

Universidade de Évora - Escola de Ciências e Tecnologia

Mestrado em Modelação Estatística e Análise de Dados

Dissertação

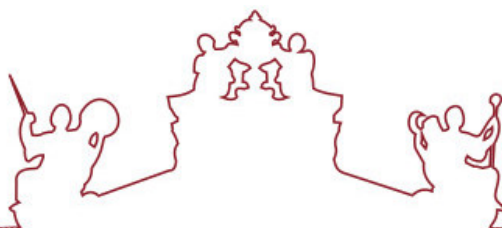
**Contribuições Estatísticas para a Avaliação de Riscos
Psicossociais em Trabalhadores Imigrantes Guineenses em
Portugal**

Paulo N´Bundé

Orientador(es) | Luís M. Grilo

Pedro Damião Henriques

Évora 2026



Universidade de Évora - Escola de Ciências e Tecnologia

Mestrado em Modelação Estatística e Análise de Dados

Dissertação

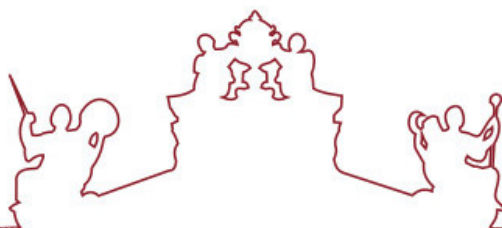
**Contribuições Estatísticas para a Avaliação de Riscos
Psicossociais em Trabalhadores Imigrantes Guineenses em
Portugal**

Paulo N´Bundé

Orientador(es) | Luís M. Grilo

Pedro Damião Henriques

Évora 2026



A dissertação foi objeto de apreciação e discussão pública pelo seguinte júri nomeado pelo Diretor da Escola de Ciências e Tecnologia:

Presidente | Anabela Afonso (Universidade de Évora)

Vogais | Dulce Maria de Oliveira Gomes (Universidade de Évora) (Arguente)
Luís M. Grilo (Universidade de Évora)

Índice geral

Índice geral	1
Índice de Tabelas	3
Índice de Figuras	4
Dedicatória.....	5
Agradecimentos	6
Resumo	7
Abstract.....	8
Lista de abreviaturas e siglas	9
Capítulo 1 – Introdução	10
1.1 Enquadramento do tema.....	10
1.2 Problema.....	11
1.3 Questões de Investigação.....	12
1.4 Objetivos	12
<i>1.4.1 Objetivo Geral</i>	<i>12</i>
<i>1.4.2 Objetivos Específicos.....</i>	<i>13</i>
1.5 Justificação e relevância do estudo	13
1.6 Estrutura da Dissertação	14
Capítulo II – Revisão da literatura.....	16
2.1 Definições de termos e conceitos.....	16
2.2 Emigração.....	18
2.3 Vantagens e benefícios da emigração.....	19
<i>2.3.1 Oportunidades económicas e de trabalho</i>	<i>20</i>
<i>2.3.2 Benefícios sociais e culturais.....</i>	<i>22</i>
<i>2.3.3 Condições de saúde e de vida</i>	<i>23</i>
<i>2.3.4 Benefícios para o país de origem.....</i>	<i>24</i>
<i>2.3.5 Dinâmica demográfica e crescimento económico.....</i>	<i>25</i>
2.4 Riscos e problemas associados à migração	27
2.5 Teorias sobre imigração e trabalho	29
2.6 Influência de riscos psicossociais no bem-estar dos trabalhadores	30
2.7 A migração guineense para Portugal.....	33
<i>2.7.1 Motivações para a imigração guineense.....</i>	<i>37</i>
<i>2.7.2 Dificuldades e desafios</i>	<i>37</i>
<i>2.7.3 Impactos sociodemográficos e contributos dos imigrantes</i> <i>guineenses.....</i>	<i>38</i>
2.8 Instrumentos de avaliação psicossocial.....	40
Capítulo III – metodologia	43
3.1 Tipo de estudo.....	43
<i>3.1.1 Abordagem da pesquisa</i>	<i>44</i>

3.2 População e amostra.....	44
3.2.1 <i>População.....</i>	45
3.2.2 <i>Amostragem</i>	45
3.3 Instrumento de recolha de dados	46
3.4 Procedimento da recolha de dados.....	47
3.5 Tratamento e análise de dados.....	48
3.6 Considerações éticas.....	49
Capítulo IV – Resultados	50
4.1 Características sociodemográficas da amostra	50
4.2.1 <i>Análise de fiabilidade.....</i>	68
4.2.2 <i>Abordagem com base na variância.....</i>	70
4.3 Os SEM na avaliação de riscos psicossociais em trabalhadores imigrantes guineenses em Portugal.....	72
4.3.1 <i>O Modelo de equações estruturais reflexivo proposto</i>	72
4.3.2 <i>Avaliação do modelo estimado</i>	76
Capítulo V – Conclusões	85
5.1 Principais Conclusões	85
5.2 Recomendações	87
5.3 Limitações.....	88
5.4 Pesquisa Futura.....	88
Referências bibliográficas	90
Anexo - Questionário aos trabalhadores guineenses em Portugal	94

Índice de Tabelas

Tabela 1: Dados descritivos da idade dos inquiridos.....	50
Tabela 2: Frequência absoluta simples e frequência relativa simples, em percentagem de inquiridos pelo género e estado civil.....	51
Tabela 3: Frequência absoluta simples e frequência relativa simples, em percentagem de inquiridos pelo número de filhos.	51
Tabela 4: Frequência absoluta simples e frequência relativa simples, em percentagem de inquiridos pelas habilitações literárias.	52
Tabela 5: Frequência absoluta e frequência relativa simples, em percentagem de inquiridos tendo em conta se era trabalhador-estudante.	52
Tabela 6: Frequência absoluta e frequência relativa simples, em percentagem de inquiridos tendo em conta a sua situação habitacional.	52
Tabela 7: Distribuição do rendimento líquido individual mensal (frequências absolutas e relativas simples, ponto médio e frequência absoluta acumulada).....	53
Tabela 8: Dados descritivos do número de horas de trabalho/semana dos inquiridos.....	56
Tabela 9: Frequência absoluta simples e frequência relativa simples, em percentagem de inquiridos tendo em conta o ano da chegada a Portugal.....	56
Tabela 10: Frequência absoluta simples e frequência relativa simples, em percentagem de inquiridos tendo em conta o número de empregos que já teve em Portugal.	57
Tabela 11: Frequência absoluta simples e frequência relativa simples, em percentagem de inquiridos tendo em conta se já foi ao centro de saúde e hospital.	57
Tabela 12: Frequência absoluta simples e frequência relativa simples, em percentagem de inquiridos tendo em conta o sector de atividade em que trabalhava.	58
Tabela 13: Tabela de contingência entre Género e Diferentes Níveis de Educação	59
Tabela 14: Medidas descritivas das pontuações dos construtos latentes: <i>Justiça, Satisfação no Trabalho, stress e burnout</i>	61
Tabela 15: Medidas descritivas das pontuações, por género, dos construtos latentes: <i>Justiça, Satisfação no Trabalho, stress e burnout</i>	62
Tabela 16: Teste à homogeneidade das variâncias (testes Levene).....	62
Tabela 17: Teste paramétrico t para amostras independentes e teste não paramétrico U de Mann-Whitney.....	63
Tabela 18: Medidas descritivas dos 4 construtos, por cada um dos níveis dos fatores.....	65
Tabela 19: Teste à normalidade (Shapiro Wilk).	66
Tabela 20: Teste à homogeneidade das variâncias (Levene).	67
Tabela 21: ANOVA simples (teste de Fisher).	67
Tabela 22: Teste de Kruskal-Wallis.	67
Tabela 23: Estatísticas de fiabilidade.	69
Tabela 24: Valores de ρ_A , amostra original e média da amostra, desvio padrão, valor da estatística e valor-p	77
Tabela 25: Valores de AVE, amostra original e média da amostra, desvio padrão, valor da estatística e valor-p-.....	78
Tabela 26: Valor do HTMT, amostra original, média da amostra e intervalo de confiança	79
Tabela 27: Valor do SRMR, amostra original, média da amostra e percentis.....	80
Tabela 28: Valor do R^2 , amostra original, média da amostra e percentis.....	81
Tabela 29: Resumo do PLSpredict para os indicadores do construto endógeno.	84

Índice de Figuras

Figura 1: Histograma da distribuição do rendimento líquido individual mensal.....	53
Figura 2: Diagrama de barras do nível educacional (1: ensino básico; 2: secundário e 3: ~~~superior).....	59
Figura 3: Diagrama de extremos-e-quartis de 4 construtos latentes, por “género”.....	64
Figura 4: Diagrama de extremos-e-quartis de 4 construtos latentes, considerando os três níveis do fator “nível de educação”.	68
Figura 5: Modelo reflexivo proposto, com o <i>burnout</i> como construto endógeno.....	73
Figura 6: Modelo estimado com o PLSc, utilizando o SmartPLS 4.	75
Figura 7: Modelo estimado com o PLSc, com a <i>Satisfação no Trabalho</i> como construto endógeno.....	75
Figura 8: Modelo estimado com o PLSc, com a <i>Satisfação no Trabalho</i> como construto endógeno.....	75

Dedicatória

Dedico este trabalho à memória da minha falecida mãe, Rosa NTchami, cuja dedicação e amor continuam a inspirar-me em cada conquista; à minha esposa, Safiatu Dansó, pelo amor, paciência e compreensão durante todo o percurso académico; e aos meus filhos, verdadeira motivação da minha caminhada, a quem desejo que este exemplo sirva de inspiração para nunca desistirem dos seus sonhos.

Agradecimentos

A Deus, por me conceder a força, a sabedoria e a perseverança necessárias para ultrapassar os desafios e alcançar os objetivos que culminam neste percurso académico.

Expresso o meu profundo reconhecimento ao Professor Doutor Luís Miguel Grilo e ao Professor Doutor Pedro Damião de Sousa Henriques, meus orientadores, pela orientação científica rigorosa, pela paciência e pela disponibilidade demonstradas ao longo de todo o processo. As suas observações e orientações foram fundamentais para o desenvolvimento e aperfeiçoamento deste trabalho.

Agradeço de forma especial aos meus tios Dinis Tomás Rogério Metcha, Carlitos Metcha e João Roberto Metchá, pelo apoio incondicional, pela confiança e pelo incentivo constante, que sempre me acompanharam nos momentos de maior exigência.

Ao meu irmão mais novo, Mestre Alfa dos Santos Silom, manifesto a minha profunda gratidão pelo apoio constante, pela motivação contínua e pela ajuda prestada em diferentes fases da elaboração deste trabalho, contributos que se revelaram determinantes para a sua concretização.

Aos meus colegas de curso, com destaque para Belna Quifade Bequinsa, pela amizade sincera e companheirismo académico, deixo um agradecimento sentido. Ao senhor Armindo das Neves e sua mulher Elsa Maria Rodrigues Curado Neves, expresso a minha gratidão pelo apoio profissional e financeiro que me proporcionaram desde a minha chegada a Évora, gesto que foi decisivo para a prossecução dos meus estudos.

À senhora Gertrudes da Conceição Viegas de Almeida, funcionária da Cáritas Diocesana de Évora, agradeço pelas palavras de encorajamento e pelo exemplo de humanidade e fé que me transmitiu em momentos de dificuldade. A sua presença e apoio foram um estímulo constante para manter a esperança e a confiança no caminho do conhecimento e da superação pessoal.

Contribuições Estatísticas para a Avaliação de Riscos Psicossociais em Trabalhadores Imigrantes Guineenses em Portugal

Resumo

Os riscos psicossociais a que estão sujeitos os trabalhadores podem ter efeitos negativos a nível psicológico, físico e social. O *stress* profissional excessivo e continuado pode até levar ao *burnout*. As empresas monitorizam com regularidade o bem-estar e a saúde dos seus trabalhadores e procuram proporcionar-lhes um bom ambiente de trabalho. Neste estudo foi utilizado o Questionário Psicossocial de Copenhaga (COPSOQ – Copenhagen Psychosocial Questionnaire), num inquérito a trabalhadores guineenses com atividade profissional em Portugal, em diferentes setores. Recorreu-se à estatística descritiva para descrever a amostra amostragem bola de neve recolhida, considerando variáveis sociodemográficas. Com os testes inferenciais, *t*-student e a ANOVA simples, foram comparadas médias de variáveis, por género e por nível de educação. Foi proposto um modelo reflexivo de equações estruturais onde os constructos latentes *Justiça*, *Satisfação no Trabalho* e *stress* são possíveis preditores do *burnout*. Do modelo estimado, com o método dos mínimos quadrados parciais consistente, constam apenas dois construtos, a *Justiça* com forte efeito positivo na *Satisfação no Trabalho*.

Palavras-chave: Imigração; Guiné-Bissau; Saúde mental; Modelação estatística; SEM.

Statistical Contributions to the Assessment of Psychosocial Risks in Guinean Immigrant Workers in Portugal

Abstract

The psychosocial risks to which workers are subjected can have negative effects at the psychological, physical, and social levels. Excessive and continuous occupational *stress* can even lead to *burnout*. Companies regularly monitor the well-being and health of their workers and seek to provide them with a good work environment. In this study, the Copenhagen Psychosocial Questionnaire (COPSOQ) was used in a survey of Guinean workers with professional activity in Portugal, in different sectors. Descriptive statistics were used to describe the snowball sample collected, considering sociodemographic variables. Using inferential tests, Student's t-test and simple ANOVA, means of variables were compared by gender and educational level. A reflective structural equation model was proposed where the latent constructs "justice," "job satisfaction," and *stress* are possible predictors of *burnout*. The estimated model, using the consistent partial least squares method, includes only two constructs: "justice," with a strong positive effect on "job satisfaction."

Keywords: Immigration; Guinea-Bissau; Mental health; Statistical modeling; SEM.

Lista de abreviaturas e siglas

ACM – Associações das Comunidades Migrantes

COPSOQ – Copenhagen Psychosocial Questionnaire (Questionário Psicossocial de Copenhaga).

CFI – comparative Fit Index (Índice de Ajuste Comparativo

OCDE – Organização para a Cooperação e o Desenvolvimento Económico

RMSEA – Raiz do Erro Quadrático Médio de Aproximação

SEM – Structural Equation Modeling (Modelação de Equações Estruturais).

NS/NR – Não sabe ou não responde

Capítulo 1 – Introdução

Neste capítulo introdutório começamos por fazer o enquadramento geral do tema em estudo, identificamos o problema a estudar e as questões a responder, definimos os objetivos do estudo, relevamos a importância do estudo proposto e enunciamos a estrutura do trabalho realizado.

1.1 Enquadramento do tema

A migração internacional é um fenómeno cada vez mais prevalente no contexto global, e em Portugal, a presença de imigrantes tem-se intensificado nas últimas décadas. Dentro desse panorama migratório, destaca-se um grupo específico: os trabalhadores imigrantes guineenses. Esses trabalhadores, oriundos da Guiné-Bissau, desempenham um papel relevante na economia portuguesa, especialmente nos setores da construção civil, agricultura, serviços domésticos e outros empregos, muitos deles informais. No entanto, apesar da sua contribuição significativa para a sociedade e economia do país, muitos desses trabalhadores enfrentam desafios de integração e condições de trabalho que podem influenciar negativamente o seu bem-estar e em particular a sua saúde física e mental.

Entre os problemas de saúde que podem afetar os trabalhadores imigrantes, destacam-se os riscos psicossociais, que envolvem uma série de fatores stressantes, como sobrecarga de trabalho, discriminação, dificuldades de adaptação cultural, insegurança laboral e isolamento social. Esses fatores têm o potencial de comprometer a saúde mental dos trabalhadores, resultando em distúrbios como ansiedade, depressão, *stress* crónico, e outros problemas relacionados com o bem-estar psicológico. A identificação, avaliação e mitigação desses riscos são essenciais para facilitar a integração e promover condições de trabalho mais saudáveis e equilibradas, garantindo ao mesmo tempo a proteção da saúde dos trabalhadores.

A avaliação de riscos psicossociais é uma tarefa complexa, que envolve a análise de múltiplos fatores contextuais e individuais. Os métodos quantitativos, como inquéritos de opinião, questionários e análise de dados laborais, são fundamentais para mapear as condições de trabalho, identificar fatores de risco e avaliar a magnitude da influência dos riscos psicossociais sobre a saúde dos trabalhadores imigrantes. Nesse cenário, a utilização de ferramentas estatísticas torna-se uma contribuição imprescindível para a

caracterização, compreensão dos padrões e identificação dos determinantes desses riscos.

A estatística fornece uma base sólida para a análise e interpretação de dados, permitindo uma compreensão aprofundada da realidade enfrentada pelos trabalhadores guineenses em Portugal. Através de dados estatísticos, é possível identificar os grupos mais vulneráveis, os fatores de risco mais prevalentes e as correlações entre variáveis sociais, económicas e psicológicas que afetam a saúde dos trabalhadores. Além disso, a utilização de abordagens quantitativas possibilita o acompanhamento e monitorização contínuo dessas condições ao longo do tempo, o que é fundamental para o desenvolvimento de políticas públicas mais eficazes.

Este estudo pretende explorar o papel fundamental das contribuições estatísticas na avaliação dos riscos psicossociais enfrentados pelos trabalhadores imigrantes guineenses em Portugal. O objetivo consiste em analisar dados empíricos disponíveis com vista à identificação dos principais fatores de risco psicossocial que afetam os trabalhadores imigrantes guineenses em Portugal, contribuindo para uma compreensão estatisticamente fundamentada do fenómeno.

A partir de uma abordagem estatística rigorosa, procura-se não apenas entender os desafios enfrentados por esse grupo de trabalhadores, mas também fornecer contribuições para a formulação de políticas públicas para a melhoria das condições de trabalho, à redução dos riscos psicossociais e à promoção da integração social e profissional dos imigrantes guineenses em Portugal. Nesse sentido, a estatística é uma ferramenta poderosa com o propósito de apoiar o desenvolvimento de medidas de intervenção ao nível institucional e organizacional orientadas para a promoção do bem-estar psicossocial. com o propósito de apoiar o desenvolvimento de políticas públicas e estratégias organizacionais orientadas para a promoção do bem-estar psicossocial.

1.2 Problema

Sabemos que a integração de comunidades exteriores chegadas a uma dada sociedade levanta problemas de várias ordens para ambas as comunidades.

No contexto atual da sociedade portuguesa a imigração levanta questões de natureza política, económica, social e cultural. Na perspetiva dos imigrantes as mesmas questões são colocadas e sentidas. Estas duas perspetivas levantam nos tempos atuais, questões

pressentidas de forma diferente por ambas as comunidades, originando problemas de mal-estar, violação de direitos, discriminação, etc.

Este trabalho visa abordar de uma forma exploratória, no sentido de caracterizar e propor soluções para os problemas e as dificuldades que os imigrantes guineenses têm na sua integração no país que os acolhe, Portugal.

1.3 Questões de Investigação

As possíveis perguntas a responder com esta investigação que permitam satisfazer o problema identificado são:

Quais as características da população imigrante guineense em Portugal?

Quais são os principais riscos psicossociais enfrentados pelos trabalhadores imigrantes guineenses em Portugal?

Como esses riscos variam entre diferentes grupos de trabalhadores (por exemplo, com base na idade, sexo, ocupação, etc.)?

Quais os fatores que contribuem para a prevalência desses riscos?

Qual é a influência desses riscos na saúde mental e física dos trabalhadores, bem como no seu desempenho no trabalho?

Que tipo de intervenções poderiam ser eficazes para mitigar esses riscos?

1.4 Objetivos

Os objetivos do presente trabalho são divididos no objetivo geral e nos objetivos específicos.

1.4.1 Objetivo Geral

O objetivo geral do trabalho é o seguinte

Avaliação de riscos psicossociais em trabalhadores imigrantes guineenses em Portugal.

1.4.2 Objetivos Específicos

Os objetivos específicos são os seguintes:

- 1) Revisão da literatura sobre a imigração guineense em Portugal;
- 2) Caracterizar, com base numa amostra, os imigrantes guineenses em Portugal, em particular, os que são trabalhadores;
- 3) Avaliar, com base numa amostra, os riscos psicossociais dos trabalhadores imigrantes guineenses em Portugal; e
- 4) Fazer algumas recomendações do ponto de vista das políticas a implementar para minorar os riscos psicossociais.

1.5 Justificação e relevância do estudo

O estudo da avaliação dos riscos psicossociais entre trabalhadores imigrantes, particularmente os guineenses em Portugal, é de extrema importância, tanto do ponto de vista científico quanto social. A crescente migração de cidadãos guineenses para Portugal, em procura de melhores condições de vida e de trabalho assim como a alteração da visão política sobre os imigrantes, coloca esse grupo numa posição de vulnerabilidade no mercado de trabalho, o que pode resultar em sérios desafios psicossociais. Esses riscos, quando não identificados e adequadamente tratados, podem ter influência não apenas na saúde mental dos trabalhadores, mas também na sua qualidade de vida, produtividade e integração na sociedade portuguesa. Porque constituem um grupo migrante com características simultaneamente facilitadoras (língua comum) e vulneráveis (inserção laboral precária), o que permite analisar o paradoxo entre integração formal e exclusão socioeconómica (Machado, 2019).

Em termos de justificação, a importância deste estudo é multifacetada. Atende a uma lacuna significativa que existe na literatura, e que até ao momento não abordou de maneira abrangente os riscos psicossociais enfrentados pelos imigrantes guineenses no contexto laboral português. Embora existam alguns estudos sobre os desafios enfrentados por imigrantes em geral, poucos se concentram nas especificidades culturais, sociais e económicas dos imigrantes guineenses. Essa falta de estudos específicos contribui para uma compreensão limitada das realidades desses trabalhadores, dificultando a formulação de políticas públicas eficazes e também direcionadas para a proteção da sua saúde mental

e do seu bem-estar.

Além disso, a natureza do trabalho imigrante em Portugal é frequentemente caracterizada por empregos de baixa qualificação, informais e com condições de trabalho precárias. Esses fatores contribuem diretamente para o aumento dos riscos psicossociais, como o *stress*, a sobrecarga de trabalho, a falta de estabilidade e a discriminação racial ou étnica. Os trabalhadores imigrantes guineenses, em particular, podem enfrentar barreiras linguísticas, culturais e sociais, que dificultam ainda mais a sua integração e a adoção de medidas de proteção à saúde mental. Nesse contexto, a avaliação precisa e rigorosa desses riscos torna-se crucial para identificar as áreas mais afetadas e para dar indicações de como intervir de maneira eficaz. Este estudo baseado em dados empíricos pode também contribuir para o desenvolvimento de políticas públicas. Através da aplicação de métodos estatísticos, este estudo permitirá uma análise detalhada dos fatores que contribuem para os riscos psicossociais, como a carga de trabalho excessiva, a discriminação, a marginalização social e a insegurança no trabalho.

Os resultados deste estudo poderão propor ações concretas, tanto a nível governamental quanto no âmbito das empresas e dos próprios imigrantes, para mitigar os impactos desses riscos, melhorar as condições de trabalho e promover a saúde mental dos imigrantes.

Além disso, a relevância deste estudo transcende o campo académico, com implicações diretas para a sociedade portuguesa como um todo. Compreender as condições de vida e de trabalho dos imigrantes guineenses é essencial para promover a inclusão social e a *justiça* no ambiente laboral, assim como a perceção das comunidades de acolhimento sobre o papel dos imigrantes. Ao oferecer uma base estatística sólida para a formulação de políticas públicas e programas de apoio, o estudo contribuirá para a criação de ambientes de trabalho mais justos e humanos, nos quais os direitos dos trabalhadores imigrantes são respeitados e valorizados.

1.6 Estrutura da Dissertação

Esta dissertação está organizada da seguinte forma:

Capítulo I: Neste capítulo consta a introdução o problema, os objetivos e a importância do tema;

Capítulo II: Revisão de Literatura – Neste capítulo, foi apresentada uma revisão sobre a

imigração guineense, os riscos psicossociais no ambiente de trabalho e o uso do COPSOQ para avaliação psicossocial;

Capítulo III: Metodologia – Descrição dos instrumentos de pesquisa, procedimentos de recolha e análise de dados e das técnicas de análise estatística;

Capítulo IV: Resultados – Apresentação e análise dos dados recolhidos, sobre as condições psicossociais dos trabalhadores guineenses em Portugal;

Capítulo V: Discussão – Análise dos resultados à luz da literatura existente, incluindo as implicações dos resultados nas políticas públicas e na saúde ocupacional dos imigrantes.

VI: Conclusão – Resumo dos principais resultados obtidos, das limitações do estudo e sugestões para investigações futuras.

Capítulo II – Revisão da literatura

Este capítulo visa apresentar uma revisão detalhada da literatura relevante para o estudo da migração guineense para Portugal, abordando teorias sobre imigração, os impactos dos riscos psicossociais no bem-estar dos trabalhadores, as condições de vida e trabalho dos imigrantes guineenses, bem como a importância da avaliação psicossocial no contexto migrante. Através dessa revisão, procura-se contextualizar o estudo dentro do corpo de pesquisa existente e identificar lacunas importantes que justificam a realização destas investigações.

2.1 Definições de termos e conceitos

O bem-estar é um conceito multidimensional que envolve o equilíbrio entre as dimensões física, emocional e social, sendo fundamental para o desenvolvimento pessoal e profissional. No contexto da imigração, o bem-estar está intimamente relacionado com a capacidade de adaptação ao novo ambiente, à qualidade das condições de trabalho, às condições de satisfação das necessidades básicas e aos apoios sociais disponíveis, todos estes fatores podem influenciar a saúde mental, conforme (Alto Comissariado para a Imigração e Diálogo Intercultural, 2013).

O trabalho, entendido como uma atividade humana que envolve a execução de tarefas em troca de remuneração, é uma das principais dimensões da vida dos imigrantes. No contexto dos trabalhadores guineenses em Portugal, o trabalho caracteriza-se muitas vezes por condições precárias e a concentração em setores informais ou com relações informais, o que pode gerar condições de *stress* psicossocial, comprometendo a saúde mental dos trabalhadores (Ferreira, 2021).

Alto Comissariado para a Imigração e Diálogo Intercultural (2013) considera a migração como um processo de deslocamento de indivíduos de um país para outro em procura de melhores oportunidades de vida e trabalho. A imigração guineense em Portugal tem sido uma realidade crescente, com desafios específicos, como a discriminação, a sobrecarga de trabalho e o isolamento social, que aumentam a vulnerabilidade a riscos psicossociais e a problemas de saúde mental.

A imigração da Guiné-Bissau para Portugal começou a intensificar-se nos anos 1980 e cresceu de forma gradual, conforme descrito por Serviço de Estrangeiros e Fronteiras (SEF, 2010) e por Alto Comissariado para as Migrações (ACM, 2023). O número de

residentes passou de cerca de 20–25 mil no início dos anos 2000 para 37 mil em 2009, registando oscilações na década de 2010 entre 20 e 30 mil, e atingindo aproximadamente 47 mil em 2024, de acordo com dados apresentados pelo Observatório das Migrações (2024). Em termos relativos, esta comunidade representa atualmente cerca de 3% da população estrangeira residente em Portugal, como evidenciado pelo Observatório das Migrações (2024). A evolução é globalmente crescente, embora com variações e perda de peso relativo, fenómeno também assinalado pelo Alto Comissariado para as Migrações (ACM, 2023), devido à crescente diversidade migratória no país.

O inquérito, através de questionário é uma ferramenta fundamental na pesquisa social, utilizado para recolher dados de uma amostra representativa da população. Em estudos sobre saúde mental e riscos psicossociais, o inquérito permite explorar as condições de trabalho, as perceções dos trabalhadores e os fatores de risco que afetam o seu bem-estar (Moura, & Ruivo, 2018). O inquérito possibilita ainda identificar padrões e tendências que podem ser analisados com o auxílio de técnicas de inferência estatística.

A modelação estatística é uma abordagem que utiliza modelos matemáticos para avaliar as relações entre diferentes variáveis. Nos estudos sobre saúde mental e riscos psicossociais, a modelação estatística permite analisar como diferentes fatores (como a quantidade de trabalho, a discriminação ou o suporte social) influenciam o bem-estar dos trabalhadores, além de permitir prever possíveis cenários futuros (Ferreira, 2021).

A saúde mental refere-se ao estado de equilíbrio emocional, psicológico e social de um indivíduo. Entre os trabalhadores imigrantes, a saúde mental pode ser fortemente influenciada pelos riscos psicossociais, como a insegurança no trabalho, o estigma racial e as dificuldades de adaptação à nova realidade social e cultural. A avaliação dos riscos psicossociais é uma ferramenta essencial para entender os fatores que podem contribuir para a deterioração da saúde mental dos trabalhadores imigrantes (Alto Comissariado para a Imigração e Diálogo Intercultural, 2013).

Segundo Ferreira (2021) o *stress* é uma resposta física e emocional a situações percebidas como ameaçadoras ou desafiadoras. Nos trabalhadores imigrantes, o *stress* pode ser mais intenso pela sobrecarga de trabalho, pela insegurança laboral e pelas dificuldades de integração social. A identificação e gestão do *stress* no ambiente de trabalho são essenciais para garantir a saúde mental e o bem-estar dos trabalhadores.

Quer a saúde mental quer os riscos psicossociais da condição de ser imigrante dependem de um conjunto de variáveis, identificadas com as características sócio demográficas dos indivíduos, tais como idade, sexo, nível de escolaridade, etc.

No estudo dos riscos psicossociais, as variáveis categóricas podem ser usadas para entender as diferenças nos impactos dos fatores de risco entre grupos distintos, como imigrantes e nativos, ou entre diferentes grupos de imigrantes, como os guineenses (Có, 2004). As variáveis categóricas são aquelas que representam categorias distintas ou qualitativas, como o sexo, a etnia, a área de residência ou o nível de escolaridade.

2.2 Emigração

A emigração, enquanto fenómeno social, envolve o deslocamento de indivíduos ou de grupos de indivíduos de um país para outro, normalmente em procura de melhores condições de vida e trabalho. Esse processo, embora possa representar uma oportunidade de crescimento pessoal e profissional, também tem implicações em desafios significativos, especialmente para os trabalhadores imigrantes que se inserem em mercados de trabalho de baixa qualificação e, muitas vezes, com condições precárias. No contexto dos trabalhadores imigrantes guineenses em Portugal, a migração está associada a uma série de riscos psicossociais que afetam diretamente a saúde mental desses indivíduos, tornando-os vulneráveis a distúrbios como o stress, ansiedade e depressão.

A emigração traz consigo a necessidade de adaptação a novas realidades económicas, sociais, culturais e laborais. A adaptação a um novo ambiente, a integração num sistema de trabalho diferente e a procura por um equilíbrio entre a cultura de origem e a cultura de acolhimento são desafios significativos que podem gerar *stress* contínuo, afetando o bem-estar e a saúde mental dos trabalhadores. De acordo com Bracons (2020), a comunicação e a interculturalidade desempenham um papel crucial nos cuidados de saúde, uma vez que as barreiras culturais e linguísticas podem intensificar os riscos psicossociais entre os imigrantes, dificultando o acesso a serviços de saúde adequados, aumentando a sensação de isolamento e exclusão.

Além disso, a migração pode ser uma experiência particularmente desafiadora para as mulheres migrantes, que enfrentam desafios adicionais, como a discriminação de género, a violência doméstica e a sobrecarga de responsabilidades familiares. Bracons (2020) aborda como as políticas de integração e saúde, quando não são sensíveis às questões de género, podem agravar as vulnerabilidades das mulheres. No caso dos trabalhadores guineenses, essa dinâmica pode refletir-se na distribuição desigual de tarefas no contexto familiar e na sobrecarga emocional, influenciando a sua saúde mental e o seu bem-estar. No que diz respeito à avaliação dos riscos psicossociais, a migração também requer o uso

de ferramentas adequadas para medir a influência desses fatores. O Copenhagen Psychosocial Questionnaire (COPSOQ), desenvolvido para avaliar as condições psicossociais no ambiente de trabalho, é um questionário amplamente utilizada para esse fim, (Rosário, Nübling, & Silva 2017).

A versão portuguesa do COPSOQ, validada por Silva, (2019), permite realizar uma análise detalhada dos riscos psicossociais nos trabalhadores, levando em consideração fatores como o *stress* ocupacional, a carga de trabalho e a discriminação. A validação deste instrumento no contexto português foi fundamental para a realização de estudos precisos sobre a realidade dos trabalhadores imigrantes, permitindo identificar as áreas mais críticas de vulnerabilidade.

De acordo com Rosário, Nübling, & Silva (2017) a aplicação do COPSOQ no contexto de trabalhadores imigrantes possibilita uma abordagem mais precisa e estruturada dos fatores de risco psicossociais, fornecendo dados quantitativos e qualitativos que são essenciais para a elaboração de estratégias de intervenção mais eficazes. Esse tipo de avaliação ajuda a identificar a relação entre variáveis como a organização do trabalho, as condições laborais, a percepção de controle sobre o ambiente de trabalho e os impactos desses fatores na saúde mental dos trabalhadores migrantes.

Portanto, a migração, especialmente quando associada a condições de trabalho precárias, representa uma realidade complexa para muitos trabalhadores, em especial os guineenses em Portugal, com implicações diretas na sua saúde mental. A utilização de instrumentos como o COPSOQ é essencial para entender melhor essas dinâmicas e desenvolver políticas públicas que possam melhorar as condições de vida e trabalho desses imigrantes. Além disso, a abordagem das questões de interculturalidade e género, como discutido por Bracons (2020) é crucial para promover uma integração mais equitativa e saudável para todos os trabalhadores imigrantes, independentemente de seu sexo ou origem.

A avaliação e mitigação dos riscos psicossociais associados à emigração devem ser vistas como prioridades, não apenas para a promoção da saúde mental dos trabalhadores imigrantes, mas também para o fortalecimento da coesão social e do desenvolvimento económico sustentável, quer pessoal quer comunitário.

2.3 Vantagens e benefícios da emigração

A migração, em particular o movimento de migrantes guineenses para Portugal, traz uma série de vantagens e benefícios tanto para os migrantes quanto para o país (Cordeiro de

Azevedo, 2024). A seguir, exploram-se essas vantagens à luz de diversos estudos realizados sobre o tema.

2.3.1 Oportunidades económicas e de trabalho

A migração representa, para muitos indivíduos, uma solução viável para alcançar melhores condições de vida, especialmente quando as condições de emprego no país de origem são limitadas ou precárias. Como observa Cordeiro de Azevedo (2024), a procura de melhores oportunidades de trabalho é um dos principais motivadores para a migração, especialmente entre grupos que enfrentam dificuldades económicas nos seus países de origem.

A migração oferece a chance de um recomeço num ambiente económico mais favorável, onde os migrantes podem melhorar sua qualidade de vida, obter melhores salários e, muitas vezes, experimentar um aumento significativo no poder de compra. A migração internacional pode ser entendida como uma estratégia planeada, na qual muitos indivíduos se deslocam para outro país com objetivos definidos, sobretudo natureza económica. Em muitos casos, esse deslocamento é concebido como temporário, estando associado à intenção de regressar ao país de origem após a melhoria das condições de vida e a obtenção de estabilidade financeira. Deste modo, a migração integra um projeto pessoal e familiar, não representando necessariamente uma rutura definitiva com o país de origem (Pereira, & Siqueira, 2013).

Este fenómeno é comum, especialmente entre trabalhadores migrantes que chegam a países com maior procura por mão de obra, como Portugal. Para esses migrantes, o trabalho no país de acolhimento não é apenas uma fonte de sustento imediato, mas uma boa oportunidade para acumular recursos que podem ser enviados de volta às famílias no país de origem, o que fortalece a economia local e contribui para a melhoria das condições de vida daqueles que lá permanecem.

A pesquisa de Rebelo, Mendes, & Rego (2011), corrobora esse ponto, destacando a influência da imigração guineense em Portugal, não só no mercado de trabalho formal, mas também na economia informal. Os imigrantes guineenses, ao se inserirem numa variedade de ocupações, muitas vezes em setores de baixa qualificação, desempenham papéis essenciais para o funcionamento da economia portuguesa. Esses trabalhos, embora nem sempre bem remunerados ou reconhecidos, são fundamentais para garantir que os serviços e a infraestrutura do país operem de maneira eficaz, desde a construção civil até

aos serviços de limpeza e cuidado pessoal.

Além disso, muitos desses migrantes participam de atividades económicas informais, como o comércio ambulante, serviços domésticos, ou outras formas de trabalho que muitas vezes não são contabilizados nas estatísticas formais de emprego. Embora esses setores não sejam ideais, eles representam uma fonte significativa de rendimento para os migrantes e para suas famílias e um pilar importante para muitas economias locais.

Essa informalidade proporciona flexibilidade tanto para os empregadores quanto para os trabalhadores, mas também pode expor os migrantes a condições precárias e falta de direitos no trabalho e a uma maior vulnerabilidade a abusos e exploração.

De acordo com Oltramari (2023) migração não é um processo estático, mas um percurso marcado por mobilidade e adaptação. Ao longo do tempo, muitos migrantes mudam de ocupação à medida que adquirem experiência, constroem redes sociais e se ajustam ao contexto do país de acolhimento. Estas trajetórias refletem estratégias de integração e podem contribuir para a melhoria gradual das condições de vida dos migrantes. Além das remessas financeiras, que desempenham um papel crucial para o fortalecimento da economia local no país de origem, as migrações também podem gerar transferência de conhecimento e capital humano. Quando os emigrantes retornam ao país de origem, trazem consigo novas habilidades, contatos e uma visão diferente do mundo, o que pode ser um motor para o desenvolvimento local e nacional. Essa dinâmica de "circularidade migratória" contribui para o intercâmbio cultural e o desenvolvimento económico em ambas as direções, tanto no país de acolhimento quanto no país de origem.

Em resumo, a imigração não é apenas uma solução individual para aqueles que procuram melhorar as suas condições económicas, mas também um fenómeno que tem um impacto profundo na economia global. O trabalho dos migrantes, especialmente no contexto guineense em Portugal, é fundamental para a manutenção da dinâmica populacional e da economia local em diversos níveis.

Ao desempenharem funções essenciais, mesmo que em setores informais ou de baixa qualificação, os emigrantes garantem a continuidade de serviços fundamentais e, simultaneamente, desempenham um papel importante no fortalecimento da economia, tanto no país de acolhimento quanto no país de origem, por meio das remessas enviadas para as famílias.

2.3.2 Benefícios sociais e culturais

A imigração, especialmente a proveniente de países como a Guiné-Bissau, traz consigo uma rica herança cultural que pode enriquecer significativamente a sociedade do país recetor. Rocha-Trindade (2001) destaca que os emigrantes guineenses em Portugal são portadores de tradições culturais diversas, que incluem práticas religiosas, festividades, música, danças e gastronomia.

Esse património cultural não só agrega valor à diversidade cultural do país de acolhimento, mas também promove uma convivência mais harmoniosa entre diferentes grupos. A presença de migrantes contribui para a construção de uma sociedade mais plural, que reconhece e celebra a diversidade, tornando-a mais aberta, inclusiva e acolhedora.

Esses imigrantes não se limitam apenas a transportar e preservar as suas culturas, mas também estabelecem novas redes de interação social, tanto dentro da comunidade migrante quanto com a população local. Como Rocha-Trindade (2001) menciona, essa interação pode facilitar a troca de valores, crenças e práticas, criando um ambiente propício ao diálogo intercultural.

Esse intercâmbio é fundamental para a redução de preconceitos, a construção de uma identidade social compartilhada e para a promoção de um ambiente de solidariedade e compreensão mútua. A convivência entre diferentes culturas pode, de facto, fortalecer a coesão social, favorecendo uma maior compreensão das diferenças e, ao mesmo tempo, celebrando o que há em comum entre os diferentes grupos.

Além disso, a diversidade cultural gerada pela imigração tem o poder de transformar as cidades e as comunidades, criando espaços mais dinâmicos e interconectados. A introdução de novas tradições e hábitos pode gerar inovações culturais, como na arte, no cinema, na música e na culinária, tornando o país recetor mais cosmopolita e vibrante. A diversidade cultural proveniente da imigração exige políticas públicas que valorizem a participação e integração das comunidades migrantes, promovendo o reconhecimento das suas especificidades culturais e a construção de uma sociedade mais inclusiva (Costa, 2018).

As interações sociais promovidas pelos migrantes também têm implicações para a solidariedade social. A criação de associações, grupos culturais e eventos sociais que envolvem tanto migrantes quanto a população local pode fortalecer os laços comunitários, oferecendo apoio mútuo e promovendo um sentimento de pertença, que é crucial para a

saúde mental e o bem-estar dos imigrantes.

Esse apoio social é especialmente importante num contexto de migração, onde os migrantes muitas vezes enfrentam desafios relacionados com a solidão, adaptação e discriminação. Nos contextos migratórios, as redes sociais que se formam entre migrantes e a população local podem atenuar desafios de integração, ao facilitar o acesso a informações, apoio social e oportunidades de inserção laboral e comunitária. Estas relações sociais são fundamentais para criar ambientes mais acolhedores e integrados, mitigando vulnerabilidades e promover a participação dos migrantes na vida social das comunidades de acolhimento (Menezes, & Cover, 2018).

A contribuição dos imigrantes guineenses não se limita, portanto, ao campo económico, mas estende-se ao enriquecimento social e cultural das sociedades de acolhimento, ao promover o entendimento mútuo e a solidariedade. Essa troca não apenas beneficia as comunidades locais, mas também ajuda a moldar um futuro mais inclusivo e diversificado para todos os cidadãos. A diversidade cultural gerada pela migração tem o potencial de transformar a sociedade num espaço mais solidário, cooperativo e intercultural, permitindo que diferentes grupos convivam de maneira mais harmoniosa e produtiva.

Em resumo, os imigrantes guineenses desempenham um papel importante na construção de uma sociedade mais plural e inclusiva ao trazerem as suas tradições culturais, interagirem com a população local e promoverem o intercâmbio de valores. A imigração não só enriquece o país recetor, mas também ajuda a fomentar uma solidariedade social que é fundamental para o fortalecimento da coesão social e para a criação de um ambiente de maior compreensão e respeito entre as diferentes comunidades.

2.3.3 Condições de saúde e de vida

Um dos primeiros desafios enfrentados pelos imigrantes, no entanto, está relacionado com as condições de saúde e de vida. Pereira (2001) aponta que a saúde dos imigrantes guineenses em Portugal é frequentemente comprometida pela precariedade do trabalho e pelas condições habitacionais desfavoráveis. No entanto, ao migrarem para Portugal, muitos imigrantes têm acesso a melhores cuidados de saúde e a uma infraestrutura mais avançada do que nos seus países de origem. Isso, de certo modo, representa um benefício para os migrantes, que podem encontrar um sistema de saúde que, mesmo com dificuldades e desafios, oferece maior cobertura e suporte do que na origem.

Além disso, estudos em Portugal mostram que a diversidade cultural gerada pela

imigração proporciona desafios e oportunidades para as políticas públicas. A introdução de novas tradições e hábitos culturais tem sido considerada um elemento a valorizar nos processos de integração social, exigindo políticas de inclusão que reconheçam e incentivem a participação ativa das comunidades migrantes nos contextos comunitários e institucionais (Rodrigues *et al.*, 2013). Assim, enquanto a imigração pode inicialmente colocar os migrantes em situações de vulnerabilidade, ela também expõe a necessidade de reformas e melhorias nas políticas de saúde e integração

2.3.4 Benefícios para o país de origem

A imigração traz, não só benefícios para os países de acolhimento, mas também exerce um impacto positivo nos países de origem dos migrantes, particularmente no caso dos emigrantes guineenses. Além disso, as remessas enviadas pelos emigrantes constituem uma importante fonte de rendimento para as famílias na Guiné-Bissau, contribuindo para o sustento familiar e para a economia local, como demonstrado em estudos sobre o impacto das remessas dos emigrantes guineenses (Baldé, 2019). Essas remessas não apenas aliviam as condições financeiras de diversas famílias, mas também têm um efeito transformador nas comunidades, pois podem ser utilizadas para o fortalecimento da educação, melhoria dos cuidados de saúde e aumento do rendimento. O envio de dinheiro permite que os migrantes contribuam significativamente para o bem-estar de seus entes queridos e, por extensão, para o desenvolvimento das suas comunidades de origem.

Baldé (2019) argumenta que essas remessas ajudam na redução da pobreza em regiões onde o acesso a recursos é limitado, criando uma rede de apoio económico fundamental para a estabilidade social e o desenvolvimento local. Isso resulta num ciclo de melhoria da qualidade de vida, onde os investimentos em saúde e educação podem gerar um efeito multiplicador, resultando numa sociedade mais bem preparada e capacitada. O impacto dessas remessas também se reflete na melhoria de infraestruturas locais, como a construção de casas, escolas e centros de saúde, que são muitas vezes financiados diretamente pelas famílias através do dinheiro enviado pelos imigrantes.

Durante o tempo de permanência no país de acolhimento, os imigrantes adquirem novas competências profissionais, conhecimentos técnicos e experiência de trabalho, que podem ser aplicados diretamente no seu país de origem. Assim a imigração oferece uma valiosa transferência de conhecimentos e competências quando os migrantes retornam ao seu país de origem (Baldé, 2019). A inovação local pode ser impulsionada por essas

competências, uma vez que os migrantes trazem consigo novas abordagens e práticas adquiridas em ambientes mais desenvolvidos, como é o caso dos imigrantes guineenses em Portugal.

Em áreas como a agricultura, saúde, educação e tecnologia, por exemplo, o retorno dos migrantes pode gerar um influxo de ideias inovadoras e uma maior capacitação local. Além disso, a rede de contactos internacionais estabelecida pelos migrantes durante a sua estadia nos outros países pode abrir portas para novos investimentos e parcerias comerciais, resultando num desenvolvimento mais integrado e dinâmico para o país de origem.

O retorno dos imigrantes também favorece o desenvolvimento humano com a introdução de novas perspetivas e um maior entendimento das dinâmicas globais, havendo uma oportunidade de promover o desenvolvimento local. Em muitos casos, esses indivíduos tornam-se líderes comunitários ou empreendedores, que, ao aplicarem as competências adquiridas, podem promover mudanças sociais e económicas nas suas regiões de origem. De acordo com Rocha-Trindade (2001), a migração circular, onde os migrantes vão e voltam ao longo do tempo, permite que o país de origem beneficie de uma dupla vantagem: a transferência de recursos financeiros durante o período em que os migrantes estão no exterior, e a transferência de conhecimentos e capacidades no momento do regresso. Esse ciclo contínuo não só contribui para a melhoria das condições de vida imediatas das famílias, mas também para um desenvolvimento, que se quer mais sustentável, das regiões mais carentes.

Em resumo, a migração tem benefícios significativos para os países de origem, não apenas através das remessas financeiras enviadas pelos migrantes, mas também por meio da transferência de competências e conhecimentos adquiridos no exterior. Esses fatores contribuem para a redução da pobreza, o fortalecimento das infraestruturas locais, e o desenvolvimento de novas capacidades nas comunidades de origem, promovendo um crescimento sustentável e mais equilibrado a longo prazo.

2.3.5 Dinâmica demográfica e crescimento económico

A migração, especialmente a proveniente de países como a Guiné-Bissau, tem um impacto significativo na dinâmica demográfica e no crescimento económico dos países recetores, como é o caso de Portugal. Rocha-Trindade (2001) observa que a imigração guineense tem desempenhado um papel crucial na manutenção da força de trabalho em

vários setores da economia portuguesa. Num contexto onde muitos países europeus, como Portugal, enfrentam taxas de natalidade decrescentes e uma população envelhecida, a chegada de migrantes jovens contribui para revitalizar o mercado de trabalho e manter o equilíbrio económico.

A presença de imigrantes pode, assim, compensar parcialmente a diminuição do número de trabalhadores no país de acolhimento, especialmente em áreas onde há carência de mão de obra, como na construção civil, agricultura, serviços de limpeza e cuidados pessoais. Rocha-Trindade (2001) salienta que, ao ocupar funções essenciais em setores de baixa qualificação, os migrantes não só ajudam a sustentar a produtividade do país recetor, mas também geram um efeito multiplicador na economia onde estão inseridos. Ao impulsionarem também a procura por bens e serviços, os migrantes contribuem para a expansão da atividade económica, o que favorece tanto o crescimento do PIB quanto o fortalecimento do mercado de trabalho. Além disso, a imigração desempenha um papel importante no equilíbrio da estrutura demográfica do país recetor, mitigando os efeitos do envelhecimento populacional. Santos, Mendes, & Rego (2011) destacam que a imigração guineense, como trabalhadores mais jovens, tem ajudado a suavizar os desafios impostos por uma população envelhecida, contribuindo para um renovamento demográfico que é vital para a sustentabilidade do sistema de segurança social e outros serviços públicos, o que ajuda a sustentar o sistema de aposentação e a manter os níveis de consumo.

A imigração guineense desempenha um papel importante nesse equilíbrio demográfico, visto que muitos dos imigrantes que chegam são de idade produtiva, o que contribui para aumentar a população ativa e melhorar a taxa de participação no mercado de trabalho. Isso não só favorece a sustentabilidade do crescimento económico, mas também ajuda a diversificar a força de trabalho em diferentes setores da economia.

A presença de uma força de trabalho mais jovem e dinâmica é essencial para atender às necessidades de uma sociedade que envelhece rapidamente, como é o caso de muitos países da Europa Ocidental, incluindo Portugal.

Esses fluxos migratórios também têm implicações para a coesão social e a integração de diferentes grupos sociais. A imigração tem um papel fundamental na construção de sociedades mais plurais e dinâmicas, nas quais os migrantes contribuem de forma significativa para o equilíbrio demográfico, o crescimento económico e o enriquecimento cultural do país de acolhimento. Além de reforçar a diversidade social, os fluxos migratórios ajudam a atenuar os efeitos do envelhecimento populacional e da baixa

fecundidade, problemas que marcam várias sociedades europeias. Nesse sentido, Góis, & Marques (2018) destacam que Portugal se tornou um país profundamente marcado pelas migrações e afirmam que “*sem a imigração seríamos menos, mais pobres e mais velhos*”, evidenciando o contributo dos imigrantes para o rejuvenescimento demográfico, para a sustentabilidade económica e para o fortalecimento das estruturas sociais do país.

Em resumo, a migração tem um impacto positivo tanto na dinâmica demográfica quanto no crescimento económico dos países de acolhimento. A imigração guineense, como observam Rocha-Trindade (2001) e Santos *et al.* (2011), desempenha um papel importante na manutenção da força de trabalho, ajudando a mitigar os efeitos do envelhecimento populacional e a promover o crescimento da economia. A migração não só favorece a sustentabilidade económica, mas também contribui para a criação de uma sociedade mais dinâmica, diversa e inclusiva.

2.4 Riscos e problemas associados à migração

Apesar das inúmeras vantagens e benefícios que a migração pode oferecer, também existem diversos riscos e problemas associados, especialmente no contexto dos migrantes guineenses em Portugal. A migração, muitas vezes, é motivada pela busca de melhores condições de vida, mas pode acarretar situações de vulnerabilidade social e económica, como aponta (Piore, 1979).

Fonseca & Soeiro (2024) discute a precariedade enfrentada pelos migrantes guineenses em Portugal, especialmente no que diz respeito às condições de trabalho e segurança social. Muitos migrantes encontram-se numa situação de emprego informal e subemprego, desempenhando funções de baixa qualificação e com salários baixos, o que contribui para o agravamento da vulnerabilidade económica e da exclusão social.

Esse contexto pode ser prejudicial ao seu bem-estar físico e mental, uma vez que a insegurança no trabalho também afeta a saúde dos migrantes, como sugerido por Leão, & Gomez (2014) que destaca como a precariedade e a instabilidade no trabalho contribuem para o aumento de riscos psicossociais, como *stress* e ansiedade.

Além disso, a vulnerabilidade social também se reflete na dificuldade de acesso a serviços de saúde e ao sistema de segurança social, especialmente num contexto de discriminação e exclusão. Pereira (2001) observa que muitos imigrantes guineenses em Portugal enfrentam desafios no acesso a cuidados de saúde adequados, devido ao seu status migratório e à falta de informação sobre os seus direitos. Isso pode resultar em condições

de saúde precárias e agravamento de doenças, especialmente quando os migrantes não possuem uma rede de apoio social suficiente para lidar com situações complexas e adversas.

A situação dos migrantes guineenses também é marcada por um isolamento social e cultural, especialmente quando enfrentam barreiras linguísticas e dificuldades de integração. Pussetti, Chiara. (2010) sugere que muitos imigrantes enfrentam um processo de exclusão social devido à sua origem étnica, o que pode afetar negativamente a sua saúde mental e emocional. Esse isolamento, somado ao medo da deportação ou ao desconforto relacionado com a adaptação cultural, pode agravar o *stress* psicológico e levar a problemas de saúde mental mais graves, como depressão e ansiedade.

Além disso, Piore (1979) faz referência ao conceito de “pássaros de passagem”, no qual muitos migrantes, incluindo os guineenses, veem a migração como uma solução temporária para melhorar a sua condição económica. No entanto, essa ideia pode levar a uma instabilidade emocional e psicológica, pois os migrantes vivem com a incerteza sobre o seu futuro, sem um plano claro de retorno ao seu país de origem ou de integração no país recetor. Isso pode resultar numa falta de pertença e de identidade, criando uma sensação de desconexão entre o país de acolhimento e o país de origem.

Em relação à dinâmica demográfica, como sugerido por Rocha-Trindade (2001), embora a imigração guineense tenha contribuído para o crescimento económico e a manutenção da força de trabalho em Portugal, também existem riscos relacionados com o envelhecimento da população migrante e com a dificuldade de integração de gerações mais novas ou das já nascidas em Portugal.

As dificuldades de adaptação cultural e a falta de oportunidades educacionais para as novas gerações de migrantes podem resultar em exclusão social e no comprometimento do potencial das futuras gerações, o que é um risco a longo prazo para a coesão social.

Além disso, a migração muitas vezes está associada à dissociação familiar, com muitos migrantes deixando para trás os seus familiares. Essa separação pode gerar um sentimento de solidão e desgaste emocional, que afeta a saúde mental dos migrantes, como bem documentado em estudos sobre a migração forçada. A falta de apoio emocional e a dificuldade de adaptação ao novo ambiente podem exacerbar problemas de saúde mental, como *stress* e depressão.

Em resumo, embora a migração traga várias vantagens económicas e sociais, ela também está carregada de riscos e desafios para os migrantes, principalmente no que se refere à precariedade laboral, isolamento social, e dificuldades de adaptação cultural. A migração

pode resultar em vulnerabilidade tanto económica quanto social, e os emigrantes guineenses, como mencionado por Fonseca, D., & Soeiro, J. (2024) e Piore (1979), enfrentam múltiplos obstáculos em sua busca por uma vida melhor, muitos dos quais exigem uma abordagem integrada de apoio social, quer no acesso a serviços de educação e saúde quer de políticas públicas mais inclusivas para garantir o seu bem-estar e integração sustentável na sociedade de acolhimento.

2.5 Teorias sobre imigração e trabalho

A migração internacional é um fenómeno que envolve diversas dimensões e tem sido interpretada a partir de várias teorias, cada uma focando em diferentes fatores que influenciam o movimento de pessoas entre países. Essas teorias tentam explicar o fenómeno a partir de perspetivas económicas, sociais e políticas. Uma das abordagens mais comuns é a teoria *push-pull*, que se baseia na ideia de que a migração é impulsionada por fatores de "empurrão" (*push*) nos países de origem e "atração" (*pull*) nos países de destino.

Góis, Pedro & Marques, José Carlos. (2018) destacam que os fatores de "empurrão", como a falta de emprego, a pobreza e a instabilidade política, atuam nos países de origem, levando as pessoas à procura de melhores oportunidades em outros locais. Por outro lado, os fatores de "atração" nos países de acolhimento incluem melhores condições de trabalho, educação, estabilidade política e acesso a serviços sociais, que tornam o país recetor uma opção atraente para os migrantes.

Outra teoria importante para entender a migração, especialmente no contexto dos trabalhadores imigrantes, como os guineenses, é a teoria da segmentação do mercado de trabalho, proposta por Piore (1979). De acordo com essa teoria, o mercado de trabalho nos países de acolhimento é segmentado, com os migrantes frequentemente ocupando empregos de baixa qualificação e com pouca mobilidade profissional. Essas vagas, geralmente associadas a setores como construção civil, diversos tipos de serviços e agricultura, são percebidas como de menor prestígio e com condições de trabalho mais precárias.

Os imigrantes são atraídos para essas posições devido à falta de outras opções viáveis, muitas vezes devido a barreiras como a falta de reconhecimento das suas qualificações ou a dificuldade de acesso a empregos formais e bem remunerados. Rebelo dos Santos *et al.* (2011) corroboram essa perspetiva, observando que muitos imigrantes guineenses em

Portugal se veem obrigados a aceitar empregos que não correspondem às suas qualificações profissionais, sendo absorvidos em setores de trabalho informal ou com salários baixos.

Além disso, uma teoria relevante para entender as dificuldades enfrentadas pelos imigrantes no mercado de trabalho é a teoria da mobilidade social limitada, abordada por Catarina, & Peixoto. Esta teoria sugere que, embora os imigrantes possam ter aspirações de ascender socialmente, eles enfrentam frequentemente barreiras significativas à mobilidade profissional. Fatores como discriminação racial, dificuldades de reconhecimento das qualificações adquiridas no país de origem e barreiras culturais e linguísticas são algumas das principais razões para essas limitações.

Rocha-Trindade (2001) aponta que, no caso dos imigrantes guineenses, essas barreiras são ainda mais evidentes. A falta de reconhecimento da experiência profissional adquirida na Guiné-Bissau, juntamente com as dificuldades de integração cultural e linguística, muitas vezes impede que os guineenses alcancem o sucesso profissional no mercado de trabalho português. Essas dificuldades de integração podem resultar não apenas em uma ascensão social limitada, mas também num aumento da desigualdade social entre imigrantes e a população local.

Portanto, a migração guineense para Portugal, como ocorre com outros grupos de imigrantes, envolve uma série de desafios que vão para além das dificuldades iniciais de adaptação. O fenómeno da migração está intrinsecamente ligado à estrutura do mercado de trabalho e às barreiras institucionais e sociais que impedem a plena integração dos imigrantes. Essas dificuldades exigem uma análise aprofundada para que políticas públicas eficazes possam ser formuladas, com o objetivo de proporcionar uma melhor integração, valorização das competências e redução das desigualdades enfrentadas pelos imigrantes guineenses em Portugal.

2.6 Influência de riscos psicossociais no bem-estar dos trabalhadores

Os riscos psicossociais no ambiente de trabalho, como o *stress* e o *burnout*, têm sido amplamente debatidos devido aos efeitos negativos que causam na saúde mental e física dos trabalhadores. De acordo com Farias, P., Santos, C., Pinho, R., Pereira, M., Teixeira, I., & Ferreira, M. (2023); Machado (2019), esses riscos surgem das interações entre as condições de trabalho, as características dos trabalhadores e a organização do trabalho.

Entre os principais fatores psicossociais, encontram-se o *stress* no trabalho, o *burnout*, a ansiedade e a depressão, os quais comprometem o bem-estar dos indivíduos e a sua qualidade de vida.

Gomes, T. D. S., & Puene-Palacios, K. E. (2018) afirmam que o *stress* no ambiente de trabalho está associado a fatores como sobrecarga de tarefas, pouca autonomia, insegurança no emprego e conflitos interpessoais. Para imigrantes, como os guineenses, esses riscos são frequentemente amplificados, uma vez que, além das pressões relacionadas com o trabalho, enfrentam desafios como a adaptação cultural, discriminação e o isolamento social.

O *burnout*, por sua vez, é caracterizado por exaustão emocional, despersonalização e uma sensação de baixa realização profissional Lopes, Fernanda Luzia, & Guimarães, Gisele Soares. (2016). Este transtorno é mais comum em profissões que exigem cuidado e atenção constantes, como os setores de serviços e da construção civil.

O estudo de Pereira (2001) sobre a população guineense em Portugal, realça que os trabalhadores imigrantes, muitas vezes, lidam com jornadas longas e remunerações baixas, o que favorece o desenvolvimento do *burnout* e a insatisfação no trabalho. Moreira (2018) destaca que a ausência de um suporte social adequado e a fragilidade das redes de apoio podem agravar os efeitos do *stress* nos trabalhadores imigrantes. O afastamento das suas famílias e a falta de integração nas redes sociais locais podem aumentar a sensação de isolamento e insegurança, o que afeta diretamente o seu desempenho profissional e a sua saúde mental.

A Organização para a Cooperação e o Desenvolvimento Económico (OCDE) estima que existam mais de 115 milhões de imigrantes no mundo, representando cerca de 10% da população global. Esses trabalhadores, ocupando frequentemente empregos de menor qualificação, estão mais expostos a condições de trabalho precárias e riscos elevados, especialmente nos setores da construção, serviços domésticos, limpeza, hotelaria e comércio. Esse panorama reflete as desigualdades que os imigrantes enfrentam no mercado de trabalho, especialmente nos países membros da OCDE, onde os imigrantes estão concentrados em postos de trabalho com menor reconhecimento, pior remuneração e maiores riscos.

Além disso, a predominância de imigrantes em setores como construção e serviços domésticos, que envolvem atividades fisicamente exigentes e mal remuneradas, cria um ciclo de vulnerabilidade social e económica. Isso tem implicações negativas tanto para os imigrantes quanto para a sociedade como um todo, já que eles estão mais suscetíveis a

situações de exploração, problemas de saúde e dificuldades de ascensão social.

É essencial que políticas públicas sejam desenvolvidas para garantir melhores condições de trabalho e uma maior integração desses trabalhadores no mercado, promovendo igualdade de oportunidades, independentemente de seu *status* migratório.

Ao avaliar as condições de trabalho, observa-se que os trabalhadores migrantes, tanto homens quanto mulheres, enfrentam riscos significativos que afetam a sua saúde e segurança no ambiente de trabalho. Os homens, mais presentes no setor da construção, estão expostos a um risco maior de acidentes, enquanto as mulheres, predominantes no serviço doméstico, lidam com condições de trabalho frequentemente informais e invisíveis, além de tarefas repetitivas e desgastantes, o que pode gerar dores musculares crônicas. No caso das trabalhadoras domésticas, a ausência de horários fixos e a sobre-exploração são comuns (Figueiredo, Suleman, & Botelho 2018).

Figueiredo, Suleman, & Botelho (2018), ainda destacam a desigualdade nas condições de trabalho entre os migrantes, com particular ênfase nas diferenças de gênero e nos setores onde estão empregados. Para os homens, o setor da construção civil, caracterizado por elevados índices de acidentes, expõe-nos a riscos físicos e a uma carga de trabalho extenuante e perigosa. Por sua vez, as mulheres migrantes exercem funções como empregadas domésticas, serviços de saúde e setores de hotelaria, em que as que trabalham no serviço doméstico, enfrentam um cenário de invisibilidade e informalidade, o que agrava a sua situação de vulnerabilidade (Ramos, 2014).

A falta de regulamentação, horários fixos e a dependência excessiva das trabalhadoras domésticas contribuem para a exploração e abusos. Além disso, o trabalho doméstico é frequentemente marcado por jornadas longas e tarefas fisicamente exigentes, resultando em problemas de saúde, como dores musculares, agravadas pela falta de cuidados com a ergonomia ou descanso adequado. A natureza informal desses empregos também impede que as trabalhadoras tenham acesso a direitos fundamentais, como licenças médicas, reforma ou seguro-saúde, dificultando, ainda, a denúncia de abusos.

Essas condições de trabalho desiguais refletem não apenas a segmentação do mercado de trabalho, mas também como a vulnerabilidade dos trabalhadores migrantes é ampliada por fatores como gênero, a precarização de setores de baixa qualificação e a falta de políticas públicas eficazes. A informalidade no mercado de trabalho agrava ainda mais as desigualdades, pois dificulta a fiscalização e a garantia de direitos.

Diante desse cenário, é fundamental adotar uma abordagem crítica das políticas de migração e trabalho, considerando as especificidades de gênero e as condições estruturais

que geram essas desigualdades. O fortalecimento das leis sobre o trabalho, a maior formalização do trabalho e a implementação de medidas que assegurem a saúde e segurança no trabalho são essenciais para mitigar essas disparidades e proporcionar condições mais justas e dignas para os trabalhadores migrantes (Ramos, 2014).

2.7 A migração guineense para Portugal

A Guiné-Bissau apresenta uma população estimada em cerca de 2 milhões de habitantes, caracterizada por uma estrutura etária jovem, com uma elevada proporção de indivíduos em idade ativa. Do ponto de vista socioeconómico, o país apresenta um baixo Produto Interno Bruto per capita, níveis elevados de pobreza e limitações no acesso a serviços essenciais como educação e saúde. Estes indicadores estruturais constituem fatores determinantes para a emigração, enquadrando o fenómeno migratório numa lógica de procura de melhores condições de vida.

A procura por melhores condições de vida levou muitos guineenses a tomar a decisão de emigrar para Portugal, com a esperança de alcançar novas oportunidades. No entanto, essa jornada também é marcada por sentimentos de medo e tristeza, uma vez que os imigrantes deixam para trás as suas famílias e culturas. A realidade enfrentada por muitos imigrantes guineenses, contudo, nem sempre corresponde às expectativas que tinham, com desafios significativos na adaptação a um novo ambiente, língua e valores culturais. A migração guineense para Portugal, especialmente entre as décadas de 1980 e 1990, foi um fenómeno complexo, impulsionado por fatores económicos e políticos (Rocha-Trindade, 2001).

Esse movimento migratório foi principalmente motivado pela difícil situação socioeconómica e a instabilidade política que afetava a Guiné-Bissau, incluindo a destruição das infraestruturas do país devido a convulsões políticas internas. A migração para Portugal foi vista, portanto, como uma alternativa para muitos guineenses, que procuravam uma vida melhor num país considerado mais estável economicamente.

A distribuição dos imigrantes guineenses em Portugal é ampla, abrangendo tanto o território continental quanto as regiões autónomas, embora informações detalhadas sobre essa distribuição sejam limitadas. No entanto, é possível identificar que muitos enfrentam dificuldades ao tentar ingressar no mercado de trabalho. Desafios como a barreira linguística, a falta de conhecimento sobre a legislação portuguesa e a dificuldade em obter a legalização são comuns entre os imigrantes guineenses. Muitos deles acabam por se

empregar em setores informais e não especializados, enfrentando condições de trabalho precárias.

Segundo o estudo de Rebelo dos Santos, Mendes, & Rego (2011), a imigração guineense tem um impacto significativo na dinâmica populacional de Portugal, principalmente pelo facto de os migrantes adicionarem população jovem ao país, o que contribui para o aumento da natalidade.

Essa contribuição demográfica é ainda mais relevante quando se considera o perfil etário da população migrante, que tende a ser mais jovem e, portanto, em idade fértil. O estudo também destaca que, embora os guineenses representem uma parcela significativa da população imigrante, a sua contribuição para o desenvolvimento de Portugal e da Guiné-Bissau ocorre tanto através do trabalho no país de acolhimento quanto das remessas enviadas para suas famílias na Guiné-Bissau, impactando positivamente a economia local de origem.

A investigação de Pereira (2001), por sua vez, analisou as condições de vida dos imigrantes guineenses em Portugal, revelando que a maioria deles são homens adultos, com idades entre 18 e 47 anos, que já residem no país há mais de 15 anos. Apesar da estabilidade adquirida por muitos ao longo dos anos, as dificuldades enfrentadas, como o acesso limitado aos serviços de saúde e a discriminação no mercado de trabalho, continuam a ser desafios para essa população.

Por outro lado, Có (2004) destaca o papel das Associações das Comunidades Migrantes (ACM) guineenses em Portugal. Essas associações têm sido fundamentais não apenas para a sobrevivência das famílias dos imigrantes, mas também para o desenvolvimento da Guiné-Bissau, por meio de projetos de apoio à comunidade e ao envio de remessas.

As ACM's também desempenham um papel importante na integração dos imigrantes guineenses, enfrentando questões de discriminação e promovendo a coesão social. A pesquisa de Có também observa que essas associações, muitas vezes informais, começaram a ganhar um carácter mais institucional ao longo do tempo, respondendo a necessidades sociais e culturais dos imigrantes guineenses.

Embora a migração guineense para Portugal tenha sido amplamente estudada, como evidenciam os trabalhos de Machado (1998), ainda há a necessidade de mais investigação para entender completamente a distribuição geográfica dos imigrantes guineenses, as suas condições de vida, e os processos de integração que enfrentam no país de acolhimento. Essas pesquisas são essenciais para promover políticas públicas que apoiem a integração dos imigrantes e melhorem a sua qualidade de vida em Portugal.

A migração guineense para Portugal é um fenómeno que reflete profundas questões económicas, políticas e sociais, com raízes históricas que remontam à década de 1980, especialmente após a independência da Guiné-Bissau em 1974. Durante esse período, um número considerável de guineenses emigrou em busca de melhores condições de vida, em parte devido à instabilidade política e económica no país de origem, marcada pelos efeitos devastadores da guerra civil e pelos desafios enfrentados na reconstrução pós-independência.

Portugal, que já tinha uma longa história de relações com a Guiné-Bissau, tornou-se um destino atrativo para esses migrantes, principalmente devido à proximidade linguística e às oportunidades de trabalho em setores de baixa qualificação, como a construção civil, limpeza, segurança privada e agricultura.

De acordo com Rocha-Trindade (2001), a migração guineense para Portugal foi moldada por um contexto de busca por melhores condições económicas e pela oferta de empregos em setores onde a qualificação exigida não era alta, mas que frequentemente ofereciam baixos salários e condições de trabalho precárias. A instabilidade política na Guiné-Bissau após a independência, somada às dificuldades económicas e à falta de perspectivas no país, foram fatores determinantes que impulsionaram muitos guineenses a procurar uma vida melhor em Portugal, onde, inicialmente, as condições de acolhimento eram vistas como mais favoráveis.

Estudos realizados sobre as condições de vida e de trabalho dos imigrantes guineenses em Portugal mostram que, embora tenha havido uma presença significativa dessa população, muitos enfrentam desafios consideráveis em vários aspetos de sua integração social e económica. Um dos principais obstáculos enfrentados pelos guineenses é a questão da qualificação profissional. Muitos imigrantes chegam a Portugal com qualificações que não são reconhecidas no mercado de trabalho português ou com dificuldades de comprovar as suas qualificações e experiências. Isso, somado à discriminação racial e social, acaba por colocar muitos guineenses em posições de trabalho de baixo prestígio, com poucas oportunidades de ascensão social.

Segundo Valente *et al.* (2016), a combinação de altos índices de desemprego, subemprego e precariedade nas condições de trabalho é uma realidade comum para grande parte dos imigrantes guineenses, o que contribui para uma perpetuação de desigualdades socioeconómicas.

Outro fator importante destacado por Santo (2017), é a adaptação à língua portuguesa e o desconhecimento das leis de imigração, que representam um obstáculo adicional para os

guineenses. Embora a língua portuguesa seja o idioma oficial da Guiné-Bissau, muitos imigrantes têm dificuldades para compreender as nuances do português falado em Portugal, o que afeta sua capacidade de comunicação no trabalho e na sua vida social. Além disso, a falta e acesso a informações claras sobre os direitos dos imigrantes, as políticas de imigração e aos serviços públicos torna o processo de integração ainda mais complexo.

A questão da integração social é um tema central nas discussões sobre a migração guineense para Portugal. A falta de suporte institucional adequado e a persistente discriminação racial contribuem para a marginalização de muitos guineenses, principalmente nas áreas periféricas das grandes cidades portuguesas, como Lisboa e Porto.

Tavai (2019), aponta que esses imigrantes acabam por se concentrar em bairros de baixas rendas onde enfrentam condições de habitação precárias, com a falta de infraestruturas básicas e serviços de qualidade. Além disso, a segregação social é um fator que agrava a exclusão, pois muitos guineenses acabam vivendo em comunidades isoladas, com pouco contacto com a população local, o que dificulta ainda mais o processo de integração.

A falta de acesso adequado a serviços essenciais como saúde e educação também é uma realidade enfrentada por muitos imigrantes guineenses. A ausência de uma rede de apoio institucional eficiente, somada à dificuldade de acesso aos serviços públicos, especialmente em função da falta de documentos regularizados, impede que muitos guineenses tenham uma vida digna e plena no país.

A educação, por exemplo, é um fator chave para a ascensão social, mas muitos imigrantes guineenses encontram barreiras ao tentar garantir uma educação de qualidade para os seus filhos, seja pela dificuldade de acesso a escolas, seja pela escassez de recursos financeiros. Ainda no campo da integração social, muitos imigrantes guineenses enfrentam a exclusão em diversos âmbitos da vida social e cultural. A discriminação racial, que se manifesta tanto no ambiente de trabalho quanto na interação cotidiana com a população local, muitas vezes limita as possibilidades de integração plena. Como ressalta (Santos, Rosário, & Brigadeiro, 2008) a dificuldade de inserção social dos imigrantes guineenses está intimamente ligada a um racismo estrutural que permeia a sociedade portuguesa e que marginaliza essas comunidades.

Por fim, é importante destacar que, apesar das dificuldades, muitos guineenses têm desempenhado um papel fundamental na economia portuguesa, especialmente em setores essenciais como o da construção, limpeza e serviços domésticos. No entanto, para que

essa contribuição seja devidamente reconhecida, é necessário implementar políticas públicas mais eficazes que garantam uma melhor integração dos imigrantes no mercado de trabalho, com acesso a empregos de melhor qualidade e mais bem remunerados. Além disso, é fundamental que sejam criadas redes de apoio social e institucional que promovam a igualdade de oportunidades, combatendo a discriminação racial e social e proporcionar condições mais justas e dignas para todos os imigrantes, incluindo os guineenses.

2.7.1 Motivações para a imigração guineense

As motivações para a imigração guineense para Portugal são diversas, sendo principalmente impulsionadas por fatores económicos e políticos (Rocha-Trindade, 2001). Desde a independência da Guiné-Bissau em 1973, reconhecida no ano seguinte, o país enfrentou grandes dificuldades económicas, agravadas por instabilidade política, que resultaram na destruição de boa parte da infraestrutura e na precariedade das condições de vida de muitos cidadãos. A falta de emprego, a pobreza e a insegurança social foram fatores cruciais que impulsionaram a migração de guineenses em busca de melhores oportunidades. Adicionalmente, a proximidade cultural e linguística entre Portugal e a Guiné-Bissau facilitou a escolha de muitos guineenses, que viam no país europeu uma terra de possibilidades, onde poderiam melhorar as suas condições de vida e garantir um futuro mais seguro para as suas famílias. A migração para Portugal não foi apenas uma fuga das dificuldades enfrentadas na Guiné-Bissau, mas também uma estratégia para alcançar uma vida mais estável e promissora, embora muitos imigrantes tenham encontrado desafios inesperados ao longo da jornada.

2.7.2 Dificuldades e desafios

A adaptação dos imigrantes guineenses em Portugal representa um processo complexo e repleto de desafios, envolvendo aspetos linguísticos, culturais e socioeconómicos. Um dos principais obstáculos enfrentados por esses imigrantes é a barreira linguística. Embora o português seja a língua oficial da Guiné-Bissau, as variantes do crioulo são amplamente faladas no cotidiano, o que dificulta a fluência no português de Portugal. A falta de domínio da língua portuguesa tem implicações diretas na comunicação, especialmente no mercado de trabalho e nas interações sociais, criando um ambiente de

exclusão social e profissional (Solidariedade Imigrante, 2022).

A capacidade de se expressar adequadamente no idioma local é crucial para a integração e para o acesso a oportunidades, tanto no âmbito laboral quanto em outros aspetos da vida cotidiana.

Além disso, a adaptação cultural representa outro desafio significativo para os imigrantes guineenses. Muitos enfrentam barreiras culturais ao tentar inserir-se numa sociedade portuguesa que, muitas vezes, não está completamente preparada para a diversidade. A discriminação, o preconceito e a marginalização são questões comuns, especialmente nas áreas de habitação e emprego. Os imigrantes deparam-se frequentemente com estigmas e estereótipos que dificultam a sua aceitação, exacerbando o seu sentimento de exclusão (World Health Organization, 2003).

A dificuldade em compreender a legislação portuguesa e os processos administrativos relacionados com a legalização da imigração, bem como o acesso aos direitos civis e sociais, pode aumentar ainda mais a vulnerabilidade dos imigrantes.

O impacto desses desafios pode ser observado nas condições psicossociais dos imigrantes guineenses, o que, em muitos casos, contribui para o aumento do *stress* e do *burnout*. Segundo estudos sobre a saúde psicossocial no trabalho, fatores como carga de trabalho, apoio social e controle no ambiente de trabalho têm um impacto direto no bem-estar dos trabalhadores (Marôco *et al.*, 2016).

A falta de apoio institucional e comunitário adequado para superar essas barreiras pode agravar ainda mais o quadro de adaptação dos imigrantes. Portanto, a adaptação ao novo contexto social e económico em Portugal é um processo multifacetado que exige não apenas esforços individuais de superação, mas também o desenvolvimento de estratégias de apoio institucional e comunitário. A promoção de uma integração mais eficaz envolve ações tanto no nível pessoal, como na aquisição de competências linguísticas e culturais, quanto no nível coletivo, com políticas públicas que favoreçam a inclusão social e profissional dos imigrantes guineenses.

2.7.3 Impactos sociodemográficos e contributos dos imigrantes guineenses

Os imigrantes guineenses em Portugal desempenham um papel significativo tanto no país de acolhimento quanto no país de origem, com uma contribuição relevante em diversas esferas sociais e económicas. Em termos demográficos, a imigração guineense tem um

impacto considerável na dinâmica populacional de Portugal, especialmente pelo perfil etário predominantemente jovem.

Como destacam Mendes, & Rego (2011), a imigração guineense contribui para a natalidade em Portugal, uma vez que as populações migrantes tendem a ser compostas por indivíduos jovens e em idade fértil, o que leva a taxas de fecundidade mais altas em comparação com a população nativa da mesma faixa etária. Esse fator é essencial para o equilíbrio demográfico nas regiões onde os imigrantes guineenses se estabelecem.

Além disso, a presença guineense em Portugal também reflete um papel significativo na economia, especialmente em setores que dependem de mão de obra não qualificada, como a construção civil, serviços de limpeza e outros empregos de baixa qualificação. Essa contribuição é crucial para suprir as necessidades do mercado de trabalho português, enquanto fortalece os vínculos económicos entre Portugal e a Guiné-Bissau (Tolfo, & Piccinini, 2007).

No entanto, a falta de reconhecimento das qualificações profissionais e a discriminação no mercado de trabalho dificultam o acesso dos imigrantes a empregos qualificados, apesar da sua importante contribuição para a economia local.

No que diz respeito à contribuição dos imigrantes guineenses para a Guiné-Bissau, as remessas enviadas para os familiares em Portugal têm um impacto substancial no desenvolvimento socioeconómico do país de origem. Essas transferências financeiras não só garantem a subsistência das famílias, mas também promovem melhorias nas áreas de saúde e educação conforme (World Health Organization, 2003).

Segundo o trabalho de Rebelo (2011), até 2009, os guineenses representavam mais de 5% da população imigrante total em Portugal, o que correspondia a cerca de 23 mil indivíduos, reforçando o papel desta comunidade na economia portuguesa e nas relações entre os dois países.

O impacto das Associações das Comunidades Migrantes (ACM) guineenses em Portugal também merece destaque. Segundo Có (2004), essas associações têm desempenhado um papel fundamental não apenas na assistência às famílias, através do envio de remessas, mas também no desenvolvimento de projetos voltados para a melhoria das condições sociais e económicas na Guiné-Bissau.

Embora muitas dessas associações tenham sido inicialmente formadas com base em laços de parentesco e ligação étnica, elas evoluíram para organizações mais estruturadas, com um papel ativo na defesa dos direitos dos imigrantes guineenses e na promoção de sua integração em Portugal.

As ACMs guineenses, embora muitas vezes subvalorizadas pelas autoridades de ambos os países, têm-se mostrado essenciais no processo de adaptação e integração dos imigrantes. Conforme aponta Có (2004), essas associações passaram a enfrentar desafios mais complexos ao longo dos anos, como a luta contra a discriminação e a necessidade de uma maior integração social e profissional dos imigrantes.

Essas dificuldades foram particularmente visíveis na área da habitação predominantemente ocupada por imigrantes, o que levou à criação de redes de apoio organizadas, visando a inclusão e o reconhecimento dos direitos dos guineenses em Portugal.

A migração guineense também é marcada por um fenómeno de "transnacionalismo", como destaca Có (2004), no qual os imigrantes mantêm vínculos estreitos com sua terra natal e buscam promover melhorias nas condições sociais e económicas da Guiné-Bissau. As associações de imigrantes têm desempenhado um papel central nesse processo, funcionando como uma ponte entre os dois países e contribuindo para o desenvolvimento de ambos.

Em síntese, os imigrantes guineenses desempenham um papel crucial na dinâmica populacional e económica de Portugal, enquanto contribuem significativamente para o desenvolvimento da Guiné-Bissau, através das remessas e das iniciativas promovidas pelas associações de migrantes. A adaptação social e económica dos guineenses em Portugal, apesar dos desafios enfrentados, é facilitada por essas organizações e pela crescente mobilização para garantir direitos e promover a inclusão social.

2.8 Instrumentos de avaliação psicossocial

Dada a problemática desenvolvida nos pontos anteriores, qualquer avaliação da situação dos imigrantes requer metodologias de análise e instrumentos de recolha de dados adequadas. O Questionário Psicossocial de Copenhaga é uma ferramenta amplamente reconhecida para avaliar os riscos psicossociais no ambiente de trabalho. Originalmente desenvolvido no contexto dinamarquês, o COPSQ foi adaptado para diversos países e contextos culturais, tornando-se um dos instrumentos mais confiáveis para medir o impacto dos fatores psicossociais sobre a saúde dos trabalhadores.

Segundo (Rosário *et al.*, 2017), o COPSQ avalia aspetos como o *stress* no trabalho, *burnout*, exigências emocionais e de autonomia, sendo especialmente relevante para populações vulneráveis, como os imigrantes, pois permite identificar os fatores de risco

específicos que afetam esse grupo.

Para Santos, (2011), a escolha do COPSOQ para esta pesquisa justifica-se pela sua robustez e ampla validação internacional, incluindo em Portugal, onde é utilizado para monitorar e avaliar os riscos psicossociais nos ambientes de trabalho. O COPSOQ não só ajuda a identificar os fatores de risco psicossociais, mas também facilita a identificação das áreas dentro das organizações que necessitam de intervenção, tornando-se uma ferramenta crucial para avaliar o bem-estar dos trabalhadores imigrantes guineenses em Portugal.

Fernandes, & Pereira, (2016) enfatizam que o uso do COPSOQ pode proporcionar informações valiosas sobre a saúde psicossocial dos imigrantes, considerando tanto fatores individuais quanto organizacionais.

A literatura sobre migração guineense em Portugal, revela uma série de desafios que afetam diretamente o bem-estar dos trabalhadores tais como os riscos psicossociais no trabalho e as condições de vida dos imigrantes. Embora existam estudos que abordem os fatores que influenciam a migração guineense, há uma lacuna significativa na análise dos riscos psicossociais enfrentados por esses trabalhadores em Portugal, particularmente no que se refere à aplicação de ferramentas de avaliação psicossocial, como o COPSOQ (Santos, 2011).

Este estudo visa contribuir para preencher essa lacuna, oferecendo dados sobre a experiência psicossocial dos trabalhadores imigrantes guineenses e identificar estratégias para mitigar os riscos psicossociais no ambiente de trabalho.

As imigrantes que atuam no setor doméstico enfrentam diversos desafios psicossociais, como altas exigências emocionais, falta de apoio, insegurança e monotonia. Esses fatores contribuem para problemas como *stress*, dificuldades de sono, ansiedade, cansaço e tristeza.

O isolamento social é um aspeto recorrente nesse contexto, assim como relações de dependência e submissão, especialmente entre as trabalhadoras “internas”. A condição migratória dessas mulheres agrava ainda mais as dificuldades que enfrentam, conforme destacado por (Ramos, 2010).

Ramos (2010), apresenta uma análise detalhada das condições psicossociais que afetam as trabalhadoras imigrantes no setor doméstico, destacando fatores interligados que geram um quadro de vulnerabilidade significativo. O trabalho doméstico, é frequentemente considerado invisível e desvalorizado, pois exige não apenas esforço físico, mas também

uma grande dedicação emocional.

Muitas dessas trabalhadoras têm a responsabilidade de cuidar do ambiente emocional das casas onde trabalham, gerindo as necessidades e as expectativas dos empregadores, o que gera uma pressão constante sobre elas. Essa pressão emocional é amplificada pela falta de apoio, já que muitas trabalhadoras estão distantes de suas redes familiares e sociais, e têm acesso limitado a serviços de apoio psicológico ou assistência social. A escassez de apoio institucional e a carência de recursos legais e emocionais agravam o sofrimento dessas trabalhadoras.

Além disso, Ramos (2010) identifica vulnerabilidades psicossociais, como *stress*, ansiedade, distúrbios do sono, cansaço e tristeza, que são claros indicadores de que as condições de trabalho dessas mulheres são desgastantes tanto física quanto emocionalmente.

O isolamento social é particularmente problemático no caso das trabalhadoras "internas", que vivem na casa dos empregadores. A separação de suas redes de apoio familiar e social, muitas vezes, é acompanhada por uma sensação de desconexão com o mundo exterior, intensificando a solidão.

As relações de dependência e submissão são outro aspecto relevante, especialmente no contexto migratório, onde as trabalhadoras imigrantes, muitas vezes em situação irregular ou vulnerável legalmente, temem denunciar abusos ou exigir melhores condições de trabalho devido ao receio de perderem o emprego ou enfrentarem represálias.

Esse ambiente de subordinação estrutural é ainda mais evidente para as trabalhadoras "internas", que vivem no local de trabalho, o que dificulta a separação entre o trabalho e a vida pessoal. O ambiente doméstico, que deveria ser um lugar de descanso e proteção, acaba sendo um espaço de controle e, em muitos casos, de exploração (Pereira, 2001).

Ramos (2010) destaca a necessidade urgente de políticas públicas inclusivas e de apoio psicológico para essas mulheres, além do reconhecimento da importância do trabalho doméstico. A falta de visibilidade e reconhecimento social desse trabalho perpetua condições de exploração e abuso.

Para que as imigrantes no setor doméstico possam ter uma vida mais digna e saudável, é crucial que se trate de maneira abrangente e eficaz as questões de saúde mental, apoio social e regulamentação das condições de trabalho.

Capítulo III – metodologia

O presente estudo teve como objetivo avaliar os riscos psicossociais entre trabalhadores imigrantes guineenses em Portugal, utilizando o COPSOQ adaptado para o português. Esta secção descreve os procedimentos metodológicos seguidos para a realização do estudo, incluindo a abordagem geral, a população-alvo, os instrumentos utilizados, o processo de coleta de dados e as técnicas estatísticas aplicadas na análise dos dados.

Primeiramente, foi feita a revisão bibliográfica como uma etapa crucial da pesquisa. A revisão bibliográfica envolve uma análise aprofundada da literatura existente sobre o tema, com o intuito de identificar, resumir e interpretar os conhecimentos gerados por estudos anteriores.

De acordo com Gil (2010), a revisão bibliográfica é fundamental para que o pesquisador compreenda o estado atual do conhecimento sobre o tema, contextualize sua investigação e identifique lacunas no saber existente. A revisão da literatura é essencial para fornecer uma base teórica sólida, que orienta tanto o desenvolvimento da pesquisa quanto a análise dos dados obtidos e contribui significativamente para a formulação de hipóteses e a escolha das abordagens metodológicas mais adequadas (Dorsa, 2020).

No presente estudo, a revisão bibliográfica possibilitou a compreensão dos principais fatores psicossociais que afetam os trabalhadores imigrantes, a identificação das ferramentas mais utilizadas para mensurar esses riscos e a adaptação do COPSOQ ao contexto português e imigrante.

A utilização da revisão bibliográfica é particularmente relevante neste estudo, pois oferece uma visão abrangente sobre as condições de trabalho dos imigrantes guineenses, além de possibilitar a identificação de variáveis psicossociais relevantes para a análise dos dados recolhidos. Permitiu ainda avaliar a eficácia de modelos e questionários, como o COPSOQ, em diferentes contextos, o que fundamentou a escolha desse instrumento para a recolha de dados no estudo em questão.

3.1 Tipo de estudo

O estudo adota uma abordagem quantitativa, descritiva e inferencial, com o objetivo de investigar as condições psicossociais no ambiente de trabalho dos imigrantes guineenses

em Portugal. A metodologia quantitativa é amplamente utilizada em pesquisas que procuram medir variáveis e estabelecer relações estatísticas entre elas, permitindo uma análise objetiva e precisa dos dados (Gil, 2010).

A recolha de dados viabiliza o uso de técnicas estatísticas que podem gerar conclusões sobre padrões, tendências e associações entre os fatores investigados, como os riscos psicossociais e a saúde mental dos trabalhadores (Oliveira, 2021).

Além disso, a abordagem quantitativa possibilita o uso de instrumentos padronizados de recolha, como o COPSOQ, que permitem comparar dados entre diferentes grupos de trabalhadores, garantindo maior confiabilidade e validade nos resultados obtidos (Lima *et al.*, 2019).

3.1.1 Abordagem da pesquisa

A abordagem descritiva foi empregue para caracterizar a amostra e fornecer uma visão detalhada das variáveis sociodemográficas e psicossociais dos participantes. A análise descritiva tem como objetivo apresentar um panorama claro das características do grupo estudado, sem manipulação das variáveis, permitindo um estudo detalhado dos dados (Gil, 2014).

Essa abordagem foi essencial para compreender as condições de trabalho e os fatores psicossociais que afetam a saúde dos trabalhadores guineenses em Portugal. Por outro lado, a análise correlacional será utilizada para identificar e explorar as relações entre variáveis como sobrecarga de trabalho, apoio social e *stress*.

Segundo Fernandes, Gea, & Correia (2019), a análise correlacional é uma técnica estatística que avalia a existência e a força das associações entre diferentes variáveis, sendo útil para entender como os fatores psicossociais interagem no ambiente de trabalho. Essa abordagem possibilitará a investigação das relações entre as condições de trabalho e os níveis de saúde mental, como *stress* e *burnout*, contribuindo para a compreensão dos riscos psicossociais enfrentados pelos trabalhadores imigrantes.

3.2 População e amostra

A identificação da população e a escolha da amostra são passos fundamentais em qualquer

pesquisa.

3.2.1 População

A população-alvo deste estudo foi composta por trabalhadores imigrantes guineenses residentes em Portugal, com foco em indivíduos empregados em setores como construção civil, serviços de limpeza, segurança privada, restaurantes e fábricas. A escolha deste grupo é justificada pela alta incidência de riscos psicossociais observada em pesquisas anteriores que abordam as condições de trabalho dos imigrantes, especialmente os originários da Guiné-Bissau.

Vários estudos destacam que esse grupo enfrenta vulnerabilidades particulares relacionadas a fatores socioculturais, económicos e laborais, como desafios na adaptação cultural, discriminação, condições de trabalho precárias e instabilidade no emprego, fatores que podem agravar o impacto na saúde mental e no bem-estar dos trabalhadores.

3.2.2 Amostragem

A amostra deste estudo foi composta por 99 participantes, número definido com base na necessidade de realizar uma análise estatística robusta, enquanto se mantém a representatividade do grupo.

A seleção dos participantes foi realizada por meio de uma amostragem não probabilística, por conveniência, devido a dificuldades logísticas e práticas para alcançar uma amostra totalmente representativa da população guineense imigrante em Portugal. A dispersão geográfica e a diversidade dos sectores de trabalho tornam essa abordagem apropriada para um estudo exploratório que procura compreender as condições e os riscos psicossociais enfrentados por um grupo específico de trabalhadores.

Serão incluídos na amostra trabalhadores que atendam a três critérios principais:

- (i) serem originários da Guiné-Bissau;
- (ii) estarem empregados em Portugal no momento da recolha dos dados;
- (iii) terem consentido participar no estudo, após a explicação clara sobre os objetivos e procedimentos da pesquisa.

O primeiro critério assegura que a amostra represente exclusivamente a população guineense, cujas condições de trabalho e riscos psicossociais podem diferir de outros grupos de imigrantes (Sebastião, 2023). O segundo critério, relacionado com o emprego, garante que os participantes estejam inseridos no mercado de trabalho e possam fornecer informações relevantes sobre as suas condições laborais. O terceiro critério, o consentimento informado, é essencial do ponto de vista ético, garantindo que a participação seja voluntária e que os participantes compreendam os objetivos e a natureza do estudo, respeitando os princípios de privacidade e autonomia (Sebastião, 2023).

3.3 Instrumento de recolha de dados

A recolha de dados deste estudo foi realizada utilizando uma versão adaptada do COPSQ, um instrumento amplamente validado e utilizado internacionalmente para a avaliação dos fatores psicossociais no ambiente de trabalho.

Desenvolvido por Kristensen, (2005), o COPSQ, tem três versões: pequena, média e grande, cada uma destas versões é composta por um número crescente de questões que abordam diversas dimensões relacionadas com o bem-estar, com o *stress* e as condições de trabalho, sendo altamente recomendado para este tipo de investigação.

O COPSQ examina uma variedade de fatores psicossociais essenciais, como a qualidade do ambiente de trabalho, a exigência emocional, o controle percebido sobre o trabalho, a sobrecarga de tarefas e o apoio social no local de trabalho.

Diversos estudos, como os de Kristensen (2005), demonstra que essas dimensões estão fortemente associadas com a saúde mental e física dos trabalhadores.

Segundo Rosário, Nübling, & Costa (2017), a versão portuguesa do COPSQ II apresenta propriedades psicométricas adequadas, o que assegura a precisão e validade dos dados obtidos em pesquisas sobre condições de trabalho e riscos psicossociais.

A adaptação e validação do COPSQ para o contexto português são essenciais para garantir que as questões e escalas sejam apropriadas ao contexto sociocultural e laboral de Portugal, especialmente para os trabalhadores imigrantes guineenses. O processo de tradução e adaptação cultural, realizado pelos investigadores, assegura que os itens do questionário sejam compreendidos corretamente e que as respostas fornecidas pelos participantes reflitam com precisão as suas percepções sobre os riscos psicossociais no

ambiente de trabalho, (Rosário, Nübling, & Costa, 2017).

A escolha desta escala foi motivada pela sua capacidade de proporcionar uma avaliação detalhada das percepções dos trabalhadores sobre os fatores psicossociais em seu ambiente de trabalho, permitindo medir a intensidade das suas experiências e opiniões em relação às diversas dimensões do instrumento.

A recolha de respostas foi feita por meio do Google Forms, uma plataforma digital que facilita a distribuição do questionário de maneira rápida e eficiente, respeitando a dispersão geográfica dos participantes e simplificando a organização dos dados. O uso do Google Forms oferece a vantagem de agilizar o processo de coleta e análise, uma vez que as respostas são automaticamente registadas numa base de dados estruturada.

Assim, a escolha do COPSOQ como ferramenta de recolha de dados, juntamente com o uso do Google Forms para a aplicação do questionário, proporcionou uma metodologia eficiente, prática e ética. Esse método não só facilita a recolha de dados em larga escala, mas também garante a qualidade e validade das informações obtidas, permitindo uma análise robusta dos fatores psicossociais que afetam os trabalhadores imigrantes guineenses em Portugal.

3.4 Procedimento da recolha de dados

A recolha de dados foi realizada por meio de questionários online, utilizando a plataforma Google Forms, devido à sua acessibilidade, facilidade de uso e capacidade de assegurar a confidencialidade das respostas. Esse método oferece flexibilidade tanto para os investigadores quanto para os participantes, permitindo que os trabalhadores respondam ao questionário num momento conveniente, sem interferir nas suas atividades laborais.

Além disso, a utilização de questionários online é especialmente vantajosa em contextos onde o público-alvo é de difícil acesso, como no caso dos imigrantes guineenses que trabalham em diversos sectores, como a construção civil, restaurantes e fábricas.

A aplicação dessa estratégia tem-se mostrado eficaz em estudos semelhantes (Neves, Augusto, & Terra 2025), pois facilita a recolha de dados em grandes amostras e reduz os custos logísticos em comparação com os métodos presenciais.

O questionário foi estruturado de forma simples e objetiva, garantindo que os

participantes compreendam facilmente todas as perguntas e minimizando possíveis enviesamentos nas respostas. Foi adaptado para atender a trabalhadores com diferentes níveis de alfabetização, mantendo a clareza e a objetividade em todos os itens. No início do formulário, os participantes serão informados sobre os objetivos do estudo, os critérios de participação e as garantias de confidencialidade e anonimato, conforme os princípios éticos da pesquisa (Menezes, & Alves, 2019).

A participação será voluntária, e os trabalhadores terão a liberdade de interromper o questionário a qualquer momento, sem qualquer penalização. Para garantir a integridade e a qualidade dos dados, o acesso ao questionário será restrito aos participantes selecionados, com medidas para evitar respostas duplicadas ou inconsistentes.

O uso de plataformas como o Google Forms, que oferecem recursos automáticos para validar respostas e gerir a distribuição dos questionários, contribui para uma organização eficiente dos dados, facilitando o processo de análise posterior. Essa abordagem tem-se tornado cada vez mais relevante em investigações sociais, especialmente quando envolvem populações vulneráveis ou de difícil acesso.

O uso de ferramentas digitais facilita a expansão da amostra e permite um acompanhamento em tempo real das respostas, o que torna a gestão da pesquisa mais ágil (Figueiredo, Silva, & Souza 2021).

Além disso, ao eliminar a necessidade de encontros presenciais, o questionário online oferece uma experiência menos intrusiva para os participantes, o que pode resultar numa maior taxa de resposta e maior sinceridade nas respostas, já que estes podem-se sentir mais à vontade para expressar as suas opiniões de forma anónima. Assim, esta metodologia apresenta-se como uma ferramenta eficiente e eticamente correta para investigar questões complexas, como os riscos psicossociais no ambiente de trabalho.

3.5 Tratamento e análise de dados

Os dados recolhidos através do inquérito por questionário foram tipificados e introduzidos no programa IBM SPSS. Esta base de dados foi depois utilizada nos diferentes programas estatísticos usados na análise, IBM SPSS, JAMOV e SmartPLS.

A partir dos dados recolhidos, foram realizadas diversas análises estatísticas. A análise

dos dados foi conduzida em duas fases principais: análise descritiva e análise inferencial. A análise descritiva foi utilizada para caracterizar a amostra com base em variáveis sociodemográficas, enquanto a análise inferencial permitiu comparar parâmetros de interesse, por género e por nível educacional. Foram aplicados modelos de equações estruturais (structural equation modeling ou SEM) para investigar a relação entre diferentes constructos latentes.

Mais especificamente, a análise descritiva visou caracterizar a amostra com base em variáveis sociodemográficas, como idade, sexo, tempo de trabalho e setor de atividade. Foram calculadas médias, desvios padrões, frequências e percentagens para descrever os diferentes fatores psicossociais presentes no COPSQ. A análise inferencial foi empregue para verificar a existência de diferenças significativas entre as médias de algumas variáveis sociodemográficas e psicossociais. Foram realizados testes t de Student ou ANOVA, para comparar médias populacionais por género e por nível educacional. As interações entre as variáveis psicossociais e o bem-estar dos trabalhadores foram investigadas com base em modelos de equações estruturais.

3.6 Considerações éticas

Este estudo foi conduzido em conformidade com os princípios éticos da Declaração de Helsínquia e as diretrizes éticas da Universidade de Évora. A pesquisa garantirá o respeito pela dignidade, integridade e direitos dos participantes. Todos os dados recolhidos foram tratados com a máxima confidencialidade, assegurando o anonimato dos envolvidos. A aprovação ética foi obtida junto da comissão de ética da Universidade de Évora antes do início da recolha dos dados.

Capítulo IV – Resultados

Este capítulo apresenta os resultados da pesquisa, com a análise e interpretação dos dados recolhidos. Tem como propósito discutir os resultados obtidos a partir da aplicação do COPSOQ junto de trabalhadores imigrantes guineenses em Portugal, à luz das dimensões avaliadas. A discussão apresenta os resultados de forma integrada e sequencial (em que foram consideradas algumas fórmulas elementares de estatística descritiva), destacando os principais fatores de risco psicossocial identificados, bem como os padrões estatísticos relevantes.

4.1 Características sociodemográficas da amostra

O presente estudo é constituído por 99 trabalhadores imigrantes guineenses residentes em Portugal, com idades compreendidas entre 20 e 54 anos. A idade média foi de aproximadamente 35 anos (com desvio-padrão $\approx 7,4$ anos), revelando um grupo predominantemente adulto jovem, em fase ativa da vida profissional (Tabela 1).

Tabela 1: Dados descritivos da idade dos inquiridos.

	Idade (em anos)
Média	35,16
Mediana	35,00
Desvio padrão	7,412
Mínimo	20
<u>Máximo</u>	<u>54</u>

Relativamente ao género, observou-se uma predominância do sexo masculino (74,7%), sendo apenas 25,3% dos participantes na sondagem do sexo feminino. Esta Amostra é consistente com a tendência observada em fluxos migratórios vindos da Guiné-Bissau, frequentemente associados a uma maior mobilidade laboral masculina.

Quanto ao estado civil, a maioria dos participantes eram solteiros (66,7%), seguindo-se os casados (28,3%), o que pode refletir o perfil de migração individual, muitas vezes anterior à fixação familiar no país de acolhimento (Tabela 2).

Tabela 2: Frequência absoluta simples e frequência relativa simples, em percentagem de inquiridos pelo género e estado civil

		Frequência Absoluta	Frequência Relativa (%)
Género	Feminino	25	25,3
	Masculino	74	74,7
Estado civil	Solteiro	66	66,7
	Casado	28	28,3
	Viúvo	2	2,0
	União de facto	2	2,0
	NS/NR	1	1,0

NS/NR: não sabe ou não responde.

No que diz respeito ao número de filhos, verificou-se uma média de aproximadamente 1,7 filhos (desvio-padrão $\approx 1,5$ filhos), variando entre 0 e 6. A variável apresenta uma assimetria positiva, em que as respostas mais frequentes foram 0 e 1 filhos (24,2% cada), o que reforça o perfil de uma população jovem, em fase inicial de constituição familiar ou a residir temporariamente em Portugal sem o agregado familiar (Tabela 3).

Tabela 3: Frequência absoluta simples e frequência relativa simples, em percentagem de inquiridos pelo número de filhos.

Número de filhos	Frequência Absoluta	Frequência Relativa (%)
0	24	24,2
1	24	24,2
2	16	16,2
3	13	13,1
4	8	8,1
5	4	4,0
6	1	1,0
NS/NR	9	9,1
Média		1,7
Mediana		1
Desvio padrão		1,532

Na Tabela 4 encontram-se os resultados relativos às habilitações literárias dos participantes, onde mais de metade da amostra possui o grau de licenciatura (56,6%), seguido de mestrado (22,2%) e ensino secundário (19,2%). Estes dados sugerem um nível de qualificação académico relativamente elevado, o que contrasta com as oportunidades de emprego frequentemente disponíveis para este grupo migrante, podendo constituir um indicador de desajustamento entre as qualificações e o tipo de trabalho desempenhado. De notar, no entanto, que, a amostra foi recolhida com base no método de amostragem “bola de neve” e que começou por ser criada por um estudante/trabalhador, o que

inevitavelmente conduziu a algum enviesamento. Todavia, um pouco mais de 20% dos participantes não têm licenciatura.

Tabela 4: Frequência absoluta simples e frequência relativa simples, em percentagem de inquiridos pelas habilitações literárias.

Habilitações literárias	Frequência Absoluta	Frequência Relativa (%)
1º Ciclo do Ensino Básico (4º ano)	1	1,0
Ensino Secundário	19	19,2
Licenciatura	56	56,6
Mestrado	22	22,2
NS/NR	1	1,0

A maioria dos participantes declarou ser trabalhador-estudante (83,8%), o que demonstra uma forte orientação para a formação e melhoria de competências. Entre estes, mais de metade (55,4%) frequentava cursos de mestrado, o que reforça a relevância da dimensão educacional no percurso migratório destes indivíduos (Tabela 5).

Tabela 5: Frequência absoluta e frequência relativa simples, em percentagem de inquiridos tendo em conta se era trabalhador-estudante.

Trabalhador-estudante	Frequência Absoluta	Frequência Relativa (%)
Sim	83	83,8
Não	15	15,2
NS/NR	1	1,0

Relativamente à situação habitacional (Tabela 6), verificou-se que 44,4% dos participantes residiam com colegas ou amigos, 31,3% com a família e 23,2% viviam sozinhos. Este padrão é típico de contextos migratórios, em que o alojamento partilhado representa uma estratégia de redução de custos e apoio social.

Tabela 6: Frequência absoluta e frequência relativa simples, em percentagem de inquiridos tendo em conta a sua situação habitacional.

Situação habitacional	Frequência Absoluta	Frequência Relativa (%)
Sozinho	23	23,2
Família	31	31,3
Colegas/amigos	44	44,4
NS/NR	1	1,0

Quanto aos rendimentos mensais líquidos (Tabela 7), a faixa mais representativa situou-se entre 700€ e 900€ (46,5%), seguida de 500€ a 700€ (33,3%). Estes valores indicam que a maioria dos inquiridos auferem rendimentos próximos do salário mínimo nacional, o que evidencia uma vulnerabilidade económica e possivelmente uma subutilização das qualificações académicas. Estas duas classes concentram a maioria da amostra (79,8%), o que evidencia que grande parte dos participantes auferem rendimentos próximos do salário mínimo nacional, sugerindo uma situação de vulnerabilidade económica e, em alguns casos, uma possível subutilização das qualificações académicas. Ainda essa análise permite uma compreensão mais aprofundada da distribuição dos rendimentos.

Na Figura 1 observa-se uma distribuição unimodal com maior concentração de rendimentos no intervalo]700, 900] €. A assimetria ligeiramente negativa indica que a cauda da distribuição se estende levemente à esquerda, refletindo rendimentos mais baixos com dispersão ligeiramente superior.

Tabela 7: Distribuição do rendimento líquido individual mensal (frequências absolutas e relativas simples, ponto médio e frequência absoluta acumulada).

Intervalo de Rendimento (€)	Frequencia absoluta (f_i)	Frequencia relativa (%)	Ponto médio (x_i)	Frequencia absoluta acumulada
]300, 500]	9	9,1	400	9
]500, 700]	33	33,3	600	42
]700, 900]	46	46,5	800	88
]900, 1100]	10	10,1	1000	98
]1100, 1300]	1	1,0	1200	99
Total	$\sum f_i = 99$	$\sum fr_i \approx 100$	—	—

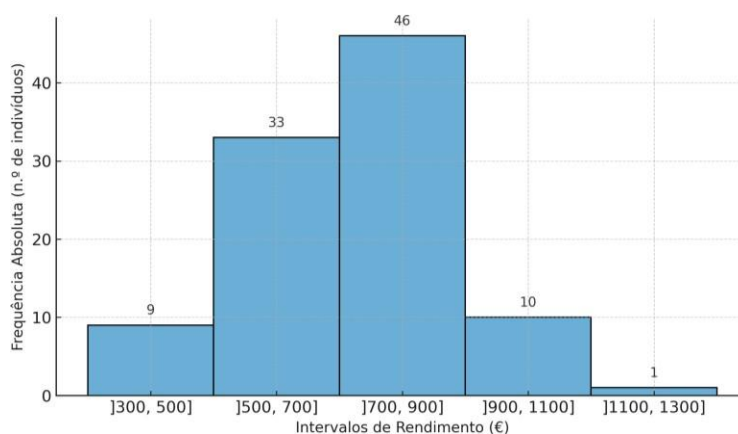


Figura 1: Histograma da distribuição do rendimento líquido individual mensal.

Medidas de tendência central

Para o cálculo das medidas de tendência central foram considerados os valores da Tabela

Para o valor da média obteve-se, aproximadamente, $\bar{x} \approx 721,2\text{€}$.

A mediana (*Med*), que corresponde ao ponto central da distribuição, foi determinada pela expressão:

$$\text{Med} = l + \left(\frac{\frac{n}{2} - F_{\text{anterior}}}{f_{\text{classe}}} \right) \times h$$

onde: l (limite inferior da classe), F_{anterior} (frequência acumulada imediatamente anterior à classe), f_{classe} (frequência absoluta da classe) e h (amplitude da classe). Obteve-se, então, para a mediana o valor aproximado de 732,6€, que se situa na classe]700, 900]:

$$\text{Med} = 700 + \left(\frac{49,5 - 42}{46} \right) \times 200 = 700 + \left(\frac{7,5}{46} \right) \times 200 = 700 + 32,6 \approx 732,6\text{€}$$

A moda (*Mod*), que representa o valor mais frequente, foi obtida através da fórmula:

$$\text{Mod} = l + \left(\frac{f_{\text{classe}} - f_{\text{anterior}}}{(f_{\text{classe}} - f_{\text{anterior}}) + (f_{\text{classe}} - f_{\text{seguinte}})} \right) \times h$$

O valor obtido para a moda foi de 753,1€ (aproximadamente), que se situa também na classe]700, 900]:

$$\text{Mod} = 700 + \left(\frac{46 - 33}{(46 - 33) + (46 - 10)} \right) \times 200 \approx 753,1\text{€}.$$

Como se tem a média < mediana < moda a distribuição empírica dos rendimentos é ligeiramente assimétrica negativa, dado que os valores estão relativamente próximos (a distribuição não se afasta muito de uma distribuição simétrica).

Medidas de Dispersão

A variância (s^2) e o desvio-padrão (s) permitem avaliar o grau de dispersão dos rendimentos em torno da média.

A variância amostral foi obtida através de:

$$s^2 = \frac{\sum_{i=1}^k f_i (x_i - \bar{x})^2}{n - 1} \approx 27624,341\text{€}^2$$

Logo o desvio-padrão amostral é, então, $s \approx 166,2\text{€}$ (aproximadamente).

O desvio-padrão, de cerca de 166 euros, revela uma dispersão moderada dos rendimentos em torno da média (cerca de 68% dos indivíduos auferem um salário entre 555€ e 887,4€, que corresponde à média ± 1 desvio-padrão), o que sugere alguma variabilidade entre os inquiridos, mas ainda assim com uma concentração considerável nos intervalos centrais (sobre tudo entre 500€ e 900€), onde se encontram 79,8% dos rendimentos.

Em suma, os resultados apontam para uma amostra com rendimentos modestos, predominantemente entre 500€ a 900€, onde se encontra o salário mínimo nacional. A dispersão relativa dos rendimentos é relativamente baixa (coeficiente de variação de aproximadamente $23\% < 50\%$), pelo que a média é uma medida adequada para representar os rendimentos dos trabalhadores.

Assimetria (Coeficiente de Pearson)

Para avaliar a assimetria da distribuição empírica, utilizou-se o coeficiente de assimetria de Pearson. Tendo-se obtido o valor aproximado de $-0,191$, o que indica uma assimetria ligeiramente negativa:

$$A_s = \frac{\bar{x} - \text{Moda}}{s} = \frac{721,2 - 753,1}{166,2} \approx -0,191.$$

A cauda da distribuição estende-se ligeiramente à esquerda, o que indica que os rendimentos mais baixos apresentam uma dispersão um pouco superior face aos rendimentos mais elevados.

Achatamento (Coeficiente de Percentílico de curtose)

Em termos de achatamento, observa-se um perfil ligeiramente platicúrtica (coeficiente de curtose aproximadamente a $0,306 > 0,263$, que é o valor de referência):

$$C = \frac{Q_3 - Q_1}{2(P_{90} - P_{10})} = \frac{840,217 - 595,455}{2(904,783 - 505,455)} \approx 0,306.$$

Verifica-se uma concentração relativamente equilibrada em torno do valor modal e caudas não excessivamente pronunciadas. Este comportamento sugere que amostra apresenta uma estrutura de rendimentos relativamente homogénea, sem desigualdades muito marcadas.

Relativamente ao regime horário de trabalho (Tabela 8), tem-se que em média, os

participantes trabalhavam aproximadamente 40,35 horas por semana (com um desvio-padrão aproximadamente 9,81 horas), com variações entre 3 e 70 horas, o que sugere alguma heterogeneidade nas condições contratuais e nos regimes de trabalho (tempo parcial ou integral).

Tabela 8: Dados descritivos do número de horas de trabalho/semana dos inquiridos.

Horas de trabalho/semana	
Média	40,35
Mediana	40,00
Desvio padrão	9,812
Mínimo	3
<u>Máximo</u>	<u>70</u>

No que respeita ao ano de chegada a Portugal (Tabela 9), os resultados mostram uma presença migratória recente: o ano de 2023 foi o mais referido (25,3%), seguido de 2021 (17,2%), 2022 (16,2%) e 2020 (13,1%). Estes dados apontam para um aumento significativo da imigração guineense em Portugal nos últimos cinco anos, possivelmente relacionado com fatores socioeconómicos e educativos.

Tabela 9: Frequência absoluta simples e frequência relativa simples, em percentagem de inquiridos tendo em conta o ano da chegada a Portugal.

Ano de chegada	Frequência Absoluta	Frequência Relativa (%)
2001	1	1,0
2011	1	1,0
2012	1	1,0
2014	2	2,0
2016	3	3,0
2017	3	3,0
2018	6	6,1
2019	4	4,0
2020	13	13,1
2021	17	17,2
2022	16	16,2
2023	25	25,3
2024	2	2,0
NS/NR	5	5,1

Relativamente ao número de empregos exercidos em Portugal (Tabela 10), a variável apresenta distribuição assimétrica positiva, com média de aproximadamente 2,59 empregos (desvio-padrão $\approx 1,51$), o que poderá indicar mobilidade laboral frequente e instabilidade profissional, comum entre populações imigrantes em fase de integração.

Tabela 10: Frequência absoluta simples e frequência relativa simples, em percentagem de inquiridos tendo em conta o número de empregos que já teve em Portugal.

Nº empregos	Frequência Absoluta	Frequência Relativa (%)
1	25	25,3
2	26	26,3
3	23	23,2
4	12	12,1
5	4	4,0
6	1	1,0
7	1	1,0
8	2	2,0
NS/NR	5	5,1
Média		2,59
Mediana		2,00
Desvio padrão		1,513

No que concerne ao acesso a cuidados de saúde (Tabela 11), a maioria referiu já ter recorrido a centros de saúde (83,8%) e a hospitais (67,7%), o que demonstra algum grau de integração no sistema nacional de saúde e conhecimento dos serviços disponíveis. Estes valores sugerem não apenas acesso aos serviços, mas também um conhecimento funcional das estruturas disponíveis, refletindo um grau consistente de inserção institucional.

Tabela 11: Frequência absoluta simples e frequência relativa simples, em percentagem de inquiridos tendo em conta se já foi ao centro de saúde e hospital.

		Frequência Absoluta	Frequência Relativa (%)
Já foi alguma vez ao Centro de Saúde?	Sim	83	83,8
	Não	15	15,2
	NS/NR	1	1,0
Já foi alguma vez ao hospital?	Sim	67	67,7
	Não	32	32,3

Por último, quanto ao setor de atividade profissional (Tabela 12), destacaram-se as categorias “Outros” (34,3%) e Construção Civil (31,3%), seguidas do Alojamento e Restauração (11,1%). Estes resultados são coerentes com as tendências de inserção laboral dos imigrantes em Portugal, que frequentemente ocupam funções em setores com elevada exigência física e menor estabilidade contratual.

Tabela 12: Frequência absoluta simples e frequência relativa simples, em percentagem de inquiridos tendo em conta o sector de atividade em que trabalhava.

Atividade Profissional	Frequência Absoluta	Frequência Relativa (%)
Agricultura, produção animal, caça, floresta e pesca	3	3,0
Indústrias extrativas	2	2,0
Indústrias transformadoras	6	6,1
Construção Civil	31	31,3
Alojamento, restauração e similares	11	11,1
Serviços e Comércio	6	6,1
Ensino	1	1,0
Saúde	3	3,0
Administração Pública	2	2,0
Outros	34	34,3

Em resumo, o perfil sociodemográfico dos entrevistados caracteriza-se por uma amostra jovem, maioritariamente masculina, qualificada e economicamente ativa, mas que enfrenta desafios de conciliação entre trabalho, estudo e integração social, bem como condições laborais e económicas precárias face às suas qualificações.

Tabela de Contingência entre Género e Diferentes Níveis de Educação

A tabela de contingência apresenta a distribuição dos participantes entre o género (Feminino e Masculino) e o nível de educação (nível 1: ensino básico; nível 2: secundário e nível 3: superior).

Observa-se os valores absolutos e percentuais em linha, é possível identificar alguns padrões relevantes.

Primeiro, verifica-se que em todos os níveis de escolaridade o género masculino é predominante. No nível 3, onde existe o maior número de participantes ($n = 47$), 87,2% são do género masculino, enquanto apenas 12,8% são do género feminino. Esta tendência mantém-se nos níveis 2 e 1, contudo com menor intensidade. No nível 2, 65,4% dos respondentes são homens, e no nível 1 os homens representam 61,1%. Apesar de existir alguma presença feminina nos três níveis, esta encontra-se consistentemente abaixo da masculina.

Tabela 13: Tabela de contingência entre Género e Diferentes Níveis de Educação

Nível educação	Género		Total
	Feminino	Masculino	
Ensino superior	6 12.8%	41 87.2%	47 100.0%
Ensino secundário	9 34.6%	17 65.4%	26 100.0%
Ensino básico	7 38.9%	11 61.1%	18 100.0%
Total	22 24.2%	69 75.8%	91 100.0%

O gráfico de barras associado permite visualizar de forma clara esta distribuição desigual entre géneros. Evidência a predominância masculina em todos os níveis de escolaridade, sendo especialmente visível no nível 3, onde a diferença é mais acentuada, mostra que a presença masculina permanece superior de forma consistente, independentemente do nível de escolaridade.

Esta representação gráfica facilita a compreensão imediata da magnitude destas disparidades, confirma o padrão observado na tabela: 11 a participação masculina é substancialmente superior em todos os níveis de escolaridade considerados, estes resultados sugerem uma distribuição assimétrica entre géneros na amostra estudada, pode se refletir diferenças de acesso, procura ou participação nos contextos educacionais analisados.

Tendências semelhantes observam-se nos níveis 2 e 1, ainda que com diferenças menos acentuadas. O gráfico associado reforça visualmente estas discrepâncias, mostrando que a presença masculina permanece superior de forma consistente, independentemente do nível de escolaridade.

Distribuição do nível de educação dos inquiridos, segundo categorias de escolaridade e respetivas frequências absolutas e relativas

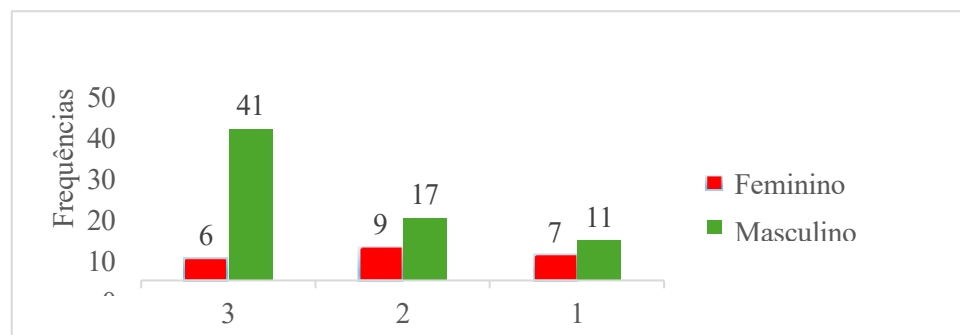


Figura 2: Diagrama de barras do nível educacional (1: ensino básico; 2: secundário e 3: superior) por Género (Feminino, Masculino)

Inferência estatística

É relativamente comum em Ciências Sociais, comportamentais e da Saúde, considerar a soma ou a média das variáveis manifestas/observadas (qualitativas e medidas em escala ordinal) como a pontuação (*score*) do respetivo construto latente. Neste estudo considerou-se as pontuações individuais para quatro construtos latentes (*Justiça*, *Satisfação no Trabalho*, *stress* e *burnout*), que foram obtidas pela média das respetivas variáveis observadas disponíveis, sendo depois tratadas como variáveis medidas numa escala aproximadamente intervalar. Valores de pontuação mais elevados significam níveis mais elevados dos respetivos construtos (por exemplo, de *Justiça* ou de *burnout*). Na Tabela 14 apresentam-se os resultados obtidos para algumas medidas descritivas, considerando a amostra global ($n = 99$). Nenhum dos *scores* dos 4 construtos latentes em estudo tem distribuição aproximadamente normal, pois os valores-p do teste à normalidade de Shapiro-Wilk são todos muito pequenos (nomeadamente, inferiores a 1%), levando à rejeição da hipótese nula de normalidade.

Tabela 14: Medidas descritivas das pontuações dos construtos latentes: *Justiça, Satisfação no Trabalho, stress e burnout*.

	Justiça	Satisf. Trab.	Stress	Burnout
<i>n</i>	99	99	99	99
Omisso	0	0	0	0
Média	3,45	3,70	2,71	2,94
Moda	3,67	3,50 ^a	3,00	3,00
Desvio Padrão	1,07	0,899	0,827	0,985
AIQ	1,67	1,25	0,750	1,00
Mínimo	1,00	1,25	1,00	1,00
Máximo	5,00	5,00	5,00	5,00
Shapiro-Wilk W	0,950	0,955	0,920	0,941
Shapiro-Wilk p	< 0,001	0,002	< 0,001	< 0,001
25.º percentil	2,67	3,00	2,25	2,50
50.º percentil	3,67	3,75	3,00	3,00
75.º percentil	4,33	4,25	3,00	3,50

Nota: Existe mais de uma moda, apenas o primeiro é reportado.

Análise comparativa por género

Para comparação da igualdade das médias populacionais das pontuações dos quatro construtos latentes (*Justiça, Satisfação no Trabalho, stress e burnout*), por “género” (variável qualitativa com duas categorias: F - feminino e M - masculino), considerou-se um teste paramétrico *t*-student, para amostras independentes. As hipóteses a testar para os construtos latentes em estudo são:

$$H_0: \mu_i = \mu_j \Leftrightarrow \mu_i - \mu_j = 0 \text{ v e r s u s } H_1: \mu_i \neq \mu_j \Leftrightarrow \mu_i - \mu_j \neq 0;$$

com $i \neq j$ e $i, j = \text{justiça, satisfação no trabalho, stress, burnout}$.

Antes da aplicação deste teste analisaram-se os pressupostos de normalidade dos dados e a homogeneidade das variâncias. Na Tabela 15 o teste de aderência à normalidade (Shapiro-Wilk) mostra que nenhum dos construtos latentes em estudo apresenta simultaneamente uma distribuição normal para os dois géneros (F, M), pois os valores-p para o sexo masculino são todos inferiores ao nível de significância de 1%, conduzindo à rejeição da hipótese nula de normalidade. Em relação à homogeneidade de variâncias (teste de Levene), a hipótese nula de igualdade de variâncias não é rejeitada para nenhum dos construtos latentes, pois os valores-p são todos elevados, nomeadamente superiores ao nível de significância de 10% (Tabela 16).

Tabela 15: Medidas descritivas das pontuações, por gênero, dos construtos latentes: Justiça, Satisfação no Trabalho, stress e burnout.

	Gênero	Justiça	Satisf.Trab.	Stress	Burnout
<i>n</i>	F	25	25	25	25
	M	74	74	74	74
Média	F	3,07	3,56	2,80	3,28
	M	3,58	3,75	2,68	2,82
Moda	F	3,00	4,00	3,00	3,00
	M	3,67	5,00	3,00	3,00
Desvio Padrão	F	1,06	0,864	0,854	0,914
	M	1,05	0,912	0,822	0,988
AIQ	F	1,00	0,750	0,500	1,00
	M	1,33	1,50	1,00	0,875
Mínimo	F	1,00	1,25	1,00	1,50
	M	1,33	1,75	1,00	1,00
Máximo	F	5,00	5,00	4,00	5,00
	M	5,00	5,00	5,00	5,00
Shapiro-Wilk W	F	0,952	0,937	0,864	0,960
	M	0,927	0,943	0,924	0,926
Shapiro-Wilk p	F	0,278	0,124	0,003	0,410
	M	< 0,001	0,002	< 0,001	< 0,001

Tabela 16: Teste à homogeneidade das variâncias (testes Levene).

	F	gl1	gl2	Valor-p
Justiça	0,24670	1	97	0,621
Satisfação no trabalho	0,98640	1	97	0,323
Stress	0,00157	1	97	0,968
Burnout	0,00144	1	97	0,970

Nota: Um valor p baixo sugere uma violação da suposição de variâncias iguais.

Como as variâncias são homogêneas e como o teste t é um dos mais poderosos e particularmente robusto a desvios da normalidade, especialmente se as dimensões das amostras forem suficientemente grandes, o mesmo foi aplicado embora seja pequeno o número de mulheres que responderam ao questionário ($n_F = 25$ e $n_M = 74$). Atendendo a esta situação (de violação de normalidade e de um dos grupos ter pequena dimensão), foi também aplicado o teste não paramétrico U de Mann-Whitney, que considera na hipótese nula se duas populações, das quais as amostras foram retiradas, têm a mesma distribuição ou, de forma mais comum, se as medianas populacionais são iguais. Na Tabela 17, é possível observar que os valores-p de ambos os testes (paramétricos e não-paramétricos) estão, na maioria dos casos, relativamente próximos e, neste caso, conduzem às mesmas

decisões. Para um nível de significância de 5%, rejeita-se a hipótese nula de igualdade de médias (ou de distribuições) das pontuações (*scores*) dos construtos latentes *Justiça* e *burnout* (valores- $p < 0,05$). A amostra forneceu evidência estatística suficiente para se considerar que há uma diferença estatisticamente significativa entre os dois géneros, relativamente aos dois construtos mencionados (diferença visível nos diagramas de extremos-e-quartis da Figura 3, onde é possível identificar alguns *outliers* moderados superiores no *burnout*, para os homens). Nos construtos *Satisfação no Trabalho* e *stress* não existe diferença estatisticamente significativa por género, considerando o mesmo nível de significância.

Tabela 17: Teste paramétrico t para amostras independentes e teste não paramétrico U de Mann-Whitney.

		Statistic	df	Valor-p
Justiça	Student's t	-2,081	97,0	0,040
	Mann-Whitney U	660		0,032
Satisf. Trab.	Student's t	-0,896	97,0	0,372
	Mann-Whitney U	830		0,441
Stress	Student's t	0,612	97,0	0,542
	Mann-Whitney U	794		0,273
Burnout	Student's t	2,031	97,0	0,045
	Mann-Whitney U	680		0,042

Note. $H_a \mu_1 \neq \mu_2$

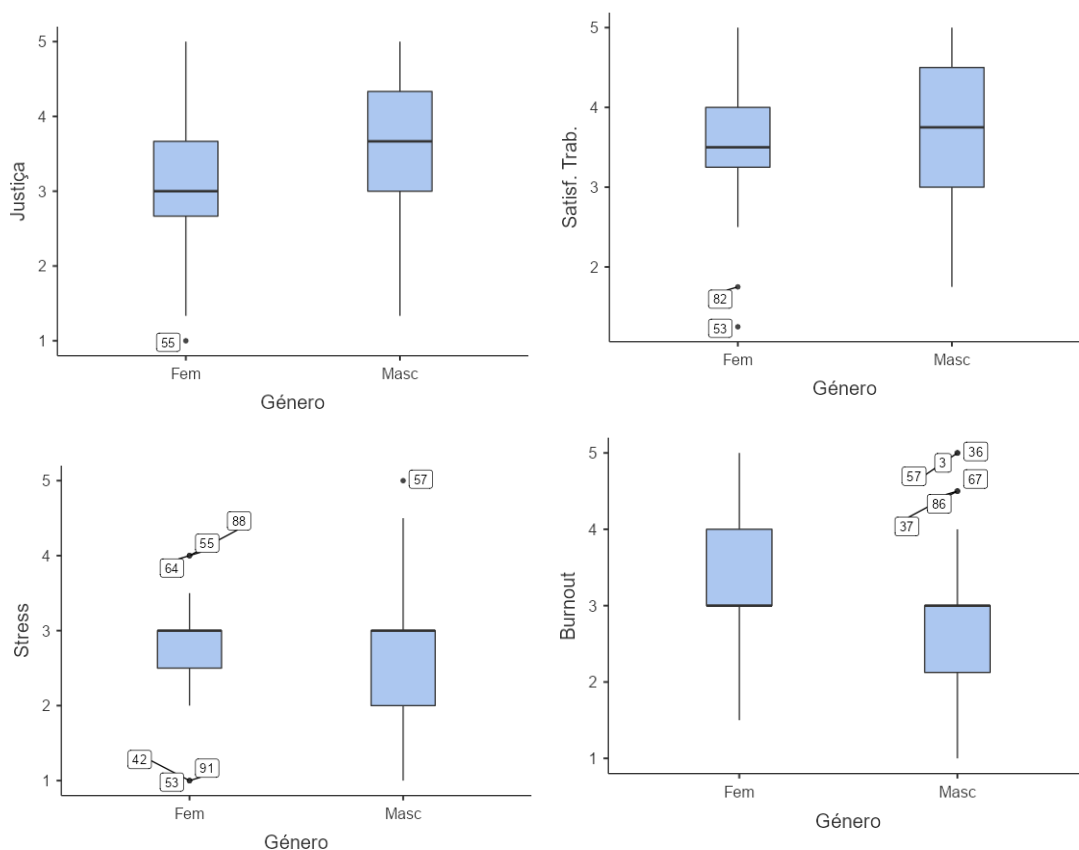


Figura 3: Diagrama de extremos-e-quartis de 4 construtos latentes, por “gênero”.
análise comparativa por nível educacional

A análise de variância simples (ANOVA simples) foi considerada para testar se o fator independente, “nível de educação” (variável qualitativa com três categorias: 1 - Secundário, 2 - Licenciatura e 3 – Estudos graduados), quando aplicado de modo diferente a várias populações, tem um efeito significativo sobre a variável dependente, neste caso pontuação de um dos quatro construtos latentes (*Justiça*, *Satisfação no Trabalho*, *stress* e *burnout*). Da Tabela 18 constam as dimensões das amostras correspondentes aos três grupos ou níveis ($k = 3$) do fator “nível de educação” e como se pode observar as amostras relativas aos grupos 1 e 2 são de pequena dimensão. Com base nos valores-p do teste Shapiro-Wilk, em nenhum dos construtos se tem distribuição aproximadamente normal para os três níveis do fator.

Tabela 18: Medidas descritivas dos 4 construtos, por cada um dos níveis dos fatores

	Nível de Educação	Justiça	Satisf. Trab.	Stress	Burnout
n_i	1	18	18	18	18
	2	26	26	26	26
	3	47	47	47	47
Média	1	3,16	3,33	2,69	2,81
	2	3,42	3,77	2,73	2,69
	3	3,59	3,80	2,66	3,12
Desvio Padrão	1	1,12	0,928	0,770	0,893
	2	1,21	0,836	0,863	0,861
	3	0,969	0,892	0,873	1,060
Shapiro-Wilk W	1	0,931	0,922	0,876	0,944
	2	0,940	0,952	0,901	0,895
	3	0,946	0,941	0,917	0,934
Shapiro-Wilk p	1	0,206	0,140	0,022	0,339
	2	0,133	0,262	0,017	0,012
	3	0,031	0,019	0,003	0,011

Nota: Existe mais de uma moda, apenas o primeiro é reportado.

Genericamente, o comportamento da variável dependente (Y) pode ser explicitado através de um modelo matemático do tipo linear aditivo de efeitos fixos, expresso por:

$$Y_{ij} = \mu + \alpha_i + \varepsilon_{ij},$$

em que Y_{ij} representa o valor observado da variável dependente, μ a média geral, α_i o efeito do nível i do fator “nível de educação” e ε_{ij} , o erro aleatório associado à observação j do grupo i . Este modelo constitui a base teórica da análise de Variância simples (ANOVA), utilizada para testar a igualdade de médias populacionais entre três ou mais grupos independentes (Marôco, 2018).

ou seja,

valor observado = média geral + efeito do nível i do fator + variável erro (residual). O modelo de efeitos fixos assenta nos cinco pressupostos:

1) $E(\varepsilon_{ij}) = 0$ ($j = 1, 2, \dots, n_i$; $i = 1, 2, \dots, k$).

2) ε_{ij} independentes, isto é, a amostragem é casual, e as amostras são independentes entre si.

3) $V(\varepsilon_{ij}) = \sigma^2$ ($j = 1, 2, \dots, n_i$; $i = 1, 2, \dots, k$), isto é, verifica-se a homogeneidade (ou homocedasticidade) das variâncias.

Nota: A violação deste pressuposto, isto é, a existência de heterocedasticidade/heterogeneidade, pode ter sérias consequências no que diz respeito à validade das conclusões, que podem ser minoradas se as amostras forem da mesma dimensão.

4) ε_{ij} com distribuição normal, i.e., $\varepsilon_{ij} \sim N(0, \sigma^2)$.

Nota: A violação deste pressuposto pode não ter consequências sérias se a dimensão das amostras for razoavelmente grande (teorema do limite central).

5) O efeito do nível i do fator é representado pelo parâmetro α_i ($i = 1, 2, \dots, k$) num modelo linear e aditivo.

Neste estudo, testou-se então se 3 ($= k$) médias populacionais (estimadas a partir de 3 amostras aleatórias) são iguais ou não, i.e.,

$$H_0: \mu_1 = \mu_2 = \mu_3 \quad \text{versus} \quad H_1: \exists i, j: \mu_i \neq \mu_j \quad (i \neq j; \quad i, j = 1, 2 \text{ e } 3).$$

Apresentam-se nas Tabelas 16, 17 e 18 os resultados obtidos para os 4 construtos latentes em análise. Na Tabela 19 pode verificar-se que os erros ou resíduos do modelo, qualquer que seja a variável dependente considerada, não têm distribuição aproximadamente normal. O teste de Shapiro-Wilk apresenta valores-p inferiores ao nível de significância de 5%, levando à rejeição da hipótese nula de normalidade dos resíduos. Relativamente à homogeneidade das variâncias, verifica-se na Tabela 20 (teste de Levene) que não se rejeita a hipótese nula de homogeneidade (valores-p elevados), mesmo considerando um nível de significância de 10%.

Tabela 19: Teste à normalidade (Shapiro Wilk).

	W	Valor-p
Justiça	0.968	0.026
Satisfação no Trabalho	0.959	0.006
Stress	0.933	< 0.001
Burnout	0.967	0.019

Nota: Um valor-p baixo sugere uma violação da suposição de Normalidade.

Tabela 20: Teste à homogeneidade das variâncias (Levene).

	F	gl1	gl2	Valor-p
Justiça	1.423	2	88	0.247
Satisfação no Trabalho	0.214	2	88	0.808
Stress	0.279	2	88	0.757
Burnout	0.404	2	88	0.669

Embora o teste paramétrico de Fisher não seja o mais adequado neste caso (atendendo à não normalidade dos resíduos e à pequena dimensão das amostras) apresentam-se na Tabela 21 os resultados obtidos. E na Tabela 22 apresentam-se os resultados do teste não paramétrico de Kruskal-Wallis, que é o teste alternativo quando os pressupostos da ANOVA paramétrica não são atendidos. Este teste verifica se existe uma diferença estatisticamente significativa entre as medianas dos três grupos independentes em estudo, comparando os *ranks* (postos) dos dados. Como se pode verificar os valores-p ($> 0,1$) de ambos os testes (paramétrico e não-paramétrico) conduzem à decisão de não rejeitar a hipótese para todos os construtos. Assim, não existe lugar à comparação múltipla de médias (testes *post-hoc*), apresentando-se apenas na Figura 4 os diagramas de extremos-e-quartis, onde se podem comprar visualmente as medianas das três distribuições (correspondentes aos três níveis do fator), para os quatro construtos considerados.

Tabela 21: ANOVA simples (teste de Fisher).

	F	gl1	gl2	Valor-p
<i>Justiça</i>	1,07	2	88	0,348
Satisf. Trab.	1,949	2	88	0,148
Stress	0,06	2	88	0,942
<i>Burnout</i>	1,771	2	88	0,176

Tabela 22: Teste de Kruskal-Wallis.

	χ^2	gl	Valor-p
Justiça	2,071	2	0,355
Satisf. Trab.	2,834	2	0,242
Stress	0,595	2	0,743
Burnout	3,046	2	0,218

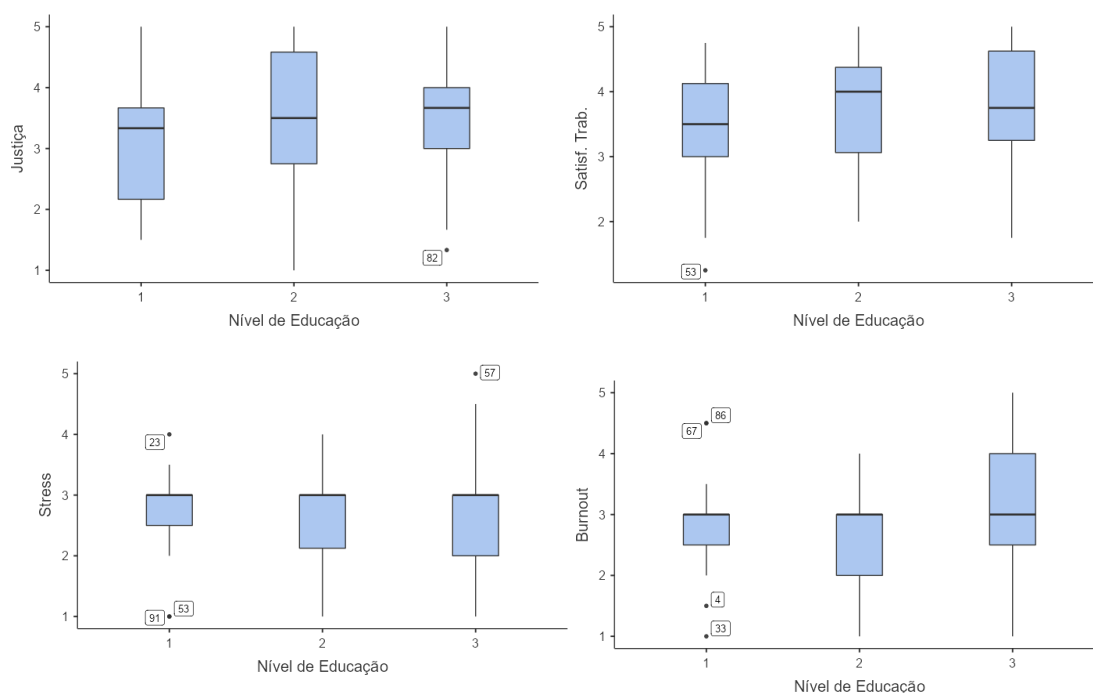


Figura 4: Diagrama de extremos-e-quartis de 4 construtos latentes, considerando os três níveis do fator “nível de educação”.

4.2.1 Análise de fiabilidade

No questionário COPSOQ existem questões que operacionalizam variáveis latentes, como a *Justiça*, *satisfação no trabalho*, *stress* e *burnout*.

Os trabalhadores poderiam ser questionados diretamente sobre estas dimensões psicossociais, mas estas também podem ser consideradas variáveis Latentes, i.e. não diretamente mensuráveis, e serem de algum modo “medidas” com base em variáveis manifestas (ou indicadores ou itens), que correspondem a questões disponíveis no COPSOQ (medidas numa escala de Likert de 5 pontos), que foram definidas por investigadores especialistas na área de conhecimento em estudo. Uma forma usual de tratar este tipo de dados é construir um índice, considerando operações sobre os itens (calculando, por exemplo, a soma de todos os itens ou o seu valor médio). Obtém-se assim o que se designa de score da variável, por indivíduo. A partir daqui pode considerar-se que esta variável (soma ou média) está numa escala contínua, ou pelo menos intervalar, e não apenas ordinal.

De notar que, antes de se obter o índice, é aconselhável analisar a consistência das respostas aos diferentes itens que são a base do índice. Para este efeito é usual calcular e

analisar o valor de uma medida da consistência interna, como o coeficiente alfa-Cronbach ou o ómega de McDonald.

Tabela 23: Estatísticas de fiabilidade.

	Cronbach's α	McDonald's ω
Justiça	0,689	0,728
Satisfação no Trabalho	0,764	0,770
Stress	0,544	0,546
Burnout	0,761	0,762

O alfa de Cronbach (α) é uma medida da fiabilidade da consistência interna de uma escala, variando de 0 a 1, em que um valor mais elevado indica maior fiabilidade. Um valor mínimo geralmente aceite para α é de 0,70, embora valores acima de 0,65 sejam por vezes aceitáveis, e valores mais elevados sejam geralmente melhores. Valores abaixo de 0,5 são geralmente inaceitáveis, e valores extremamente elevados (por exemplo, $> 0,95$) podem sugerir que alguns itens são redundantes.

O ω (ómega) de McDonald indica fiabilidade interna, sendo que valores mais próximos de 1 sugerem maior fiabilidade. Valores mais elevados de ω , frequentemente considerados acima de 0,70 ou 0,80, significam que os itens de uma escala medem consistentemente o mesmo conceito subjacente.

Modelação estatística

Os Modelos de Equações Estruturais, designados pela sigla SEM (Structural Equation Modeling), constituem uma metodologia estatística avançada que possibilita a análise simultânea das relações entre variáveis observadas (também denominadas variáveis manifestas, indicadores ou itens) e variáveis latentes (ou construtos latentes), bem como a estimação de efeitos diretos e indiretos entre construtos teóricos. Os SEM combinam duas componentes fundamentais: a análise fatorial confirmatória, responsável por especificar a forma como os indicadores observados se associam aos construtos latentes, e o modelo estrutural, que representa as relações causais entre esses construtos. Dessa forma, essa abordagem oferece uma perspetiva integrada e consistente dos processos teóricos em investigação.

Os SEM organizam-se em submodelos de medida e de estrutura, nos quais, após a centradas as variáveis, se podem representar formalmente por [1]:

$$x = \Lambda_x \xi + \delta \quad (1)$$

$$y = \Lambda_y \eta + \varepsilon \quad (2)$$

$$\eta = B\eta + \Gamma\xi + \zeta. \quad (3)$$

Os modelos de medida apresentados em (1) e (2) especificam a forma como os construtos latentes independentes (exógenos), representados por ξ , e os construtos latentes dependentes (endógenos ou de resposta), representados por η , são operacionalizados por meio das variáveis observadas ou manifestas x (independentes ou preditoras) e y (dependentes), respetivamente. Por sua vez, em (3), o modelo estrutural descreve as relações causais ou de associação hipotéticas entre os construtos latentes ξ e η .

Em (1), Λ_x é a matriz das cargas fatoriais de ξ em x ; δ é o vetor dos erros de medida de x . Em (2), Λ_y é a matriz das cargas fatoriais de η em y ; ε é o vetor dos erros de medida de y . Em (3), B é a matriz dos coeficientes dos construtos latentes endógenos, η , no modelo estrutural; Γ é a matriz dos coeficientes dos construtos latentes exógenos, ξ , no modelo estrutural; ζ é o vetor dos erros do modelo estrutural.

Esta formulação clássica dos SEM pressupõe que os erros associados aos submodelos de medida e estrutural apresentam valor esperado nulo e seguem uma distribuição normal. Assume-se ainda que os erros pertencentes a submodelos distintos não estão correlacionados entre si (embora possam existir correlações entre erros dentro do mesmo submodelo) e que esses erros não se correlacionam com os construtos latentes.

4.2.2 Abordagem com base na variância

A abordagem baseada na variância (*Variance-Based SEM*, VB-SEM) tem como objetivo maximizar a variância explicada dos construtos latentes endógenos, estimando as relações parciais do modelo por meio de uma sequência iterativa de regressões por mínimos quadrados ordinários. Inserido nessa família de métodos encontra-se o estimador de mínimos quadrados parciais (*Partial Least Squares* – PLS), cujo enquadramento metodológico tem sido recentemente aprofundado, nomeadamente no que respeita à avaliação dos modelos PLS-SEM, conforme demonstrado por Benitez *et al.* (2020) e por Shmueli *et al.* (2019). O avanço das capacidades computacionais tem possibilitado um aumento significativo da complexidade desses modelos, refletindo-se na disponibilidade de diversos *softwares* para a análise PLS-SEM, tanto de acesso livre — como os *packages*

SemPLS e SEMinR, disponíveis no ambiente R — quanto de natureza comercial, como o SmartPLS (Ringle et al., 2024), que será utilizado neste trabalho.

Estimador de mínimos quadrados parciais

O estimador PLS privilegia a capacidade preditiva do modelo e, simultaneamente, impõe requisitos menos restritivos aos dados, sendo robusto à ausência de normalidade multivariada e adequado à análise de amostras de pequena dimensão. O PLS-SEM permite a estimação de modelos de elevada complexidade — com numerosos indicadores, múltiplos construtos e diversas relações causais entre estes — incluindo situações em que o número de variáveis excede o número de observações da amostra. Essa abordagem revela-se particularmente apropriada em contextos nos quais a teoria subjacente às relações causais ainda se encontra pouco consolidada, podendo, por esse motivo, ser utilizada com um carácter mais exploratório.

As duas formas possíveis de operacionalização dos construtos latentes — reflexiva e formativa — determinam a classificação dos SEM em modelos reflexivos, formativos ou mistos, o que tem implicações diretas na escolha e aplicação do método de estimação.

Estimador consistente de mínimos quadrados parciais

O estimador PLS consistente, usualmente abreviado como PLSc, foi desenvolvido a partir de modificações introduzidas no algoritmo PLS original, conforme proposto por Dijkstra e Henseler (2015a) e aprofundado por Dijkstra e Henseler (2015b), sendo aplicado a modelos com construtos reflexivos, apresentando um desempenho adequado quando se utilizam escalas ordinais. Essa abordagem fornece estimativas corrigidas do modelo, nomeadamente das cargas fatoriais e dos coeficientes de caminho, preservando simultaneamente as principais vantagens do método PLS tradicional, como a robustez a amostras de pequena dimensão e a dados que não seguem a normalidade.

A Raiz Quadrática Média Residual Padronizada (Standardized Root Mean Square Residual □ SRMR) em PLSc-SEM, embora não seja exatamente uma função de discrepância, é habitualmente usada para avaliar a qualidade de ajustamento do modelo, conforme descrito por Jöreskog e Sörbom (1981).

$$SRMR = \sqrt{\frac{2}{p(p+1)} \sum_{i < j} (r_{ij} - \hat{r}_{ij})^2},$$

onde, r_{ij} é a correlação observada/empírica entre os indicadores i e j ; $\hat{r}_{ij}$ é a correlação reproduzida/estimada (pelo modelo ajustado) entre os indicadores i e j , e p é o número de indicadores.

Valores positivos de SRMR iguais ou inferiores ao valor de referência de 0,08 indicam habitualmente um bom ajustamento, que seria considerado perfeito se e somente se $\text{SRMR} = 0$, (Hair et al., 2017).

4.3 Os SEM na avaliação de riscos psicossociais em trabalhadores imigrantes guineenses em Portugal

No contexto da investigação sobre riscos psicossociais em trabalhadores imigrantes guineenses, a abordagem com os SEM procura assegurar que os instrumentos utilizados são fiáveis e que os modelos teóricos testados estatisticamente representam com algum rigor as relações entre construtos latentes como condições laborais, *stress* e saúde mental. Mais concretamente, no COPSOQ existem questões, que correspondem a variáveis manifestas, que operacionalizam construtos latentes, como a *Justiça*, “*satisfação com o trabalho*”, *stress* e *burnout*. As respostas dos trabalhadores guineenses (medidas numa escala de Likert de 5 pontos) refletem implicitamente a intensidade das suas perceções sobre os 4 constructos mencionados. Considerando esta escala como simétrica e equidistante, pode admitir-se que a mesma se comporta como uma escala intervalar (i.e., pode ser considerada como aproximada a uma medida de nível intervalar). Assim, as variáveis observadas podem ser analisadas através de alguns métodos de estimação (ou, estimadores) utilizados em SEM.

4.3.1 O Modelo de equações estruturais reflexivo proposto

Tendo por base o referencial teórico sobre o tema em estudo, bem como algum conhecimento empírico do autor desta dissertação, as hipóteses de investigação consideradas foram:

H₁: Existe um efeito positivo direto significativo entre a *justiça* e a *satisfação no trabalho* dos trabalhadores

H₂: Existe um efeito negativo direto significativo entre a *justiça* e o *stress* dos trabalhadores

H₃: Existe um efeito negativo direto significativo entre a *satisfação no trabalho* e o *stress* dos trabalhadores

H₄: Existe um efeito positivo direto significativo entre o *stress* e o *burnout* dos trabalhadores

Nesta fase de especificação, o modelo teórico que foi então proposto para testar as hipóteses de investigação encontra-se na Figura 5.

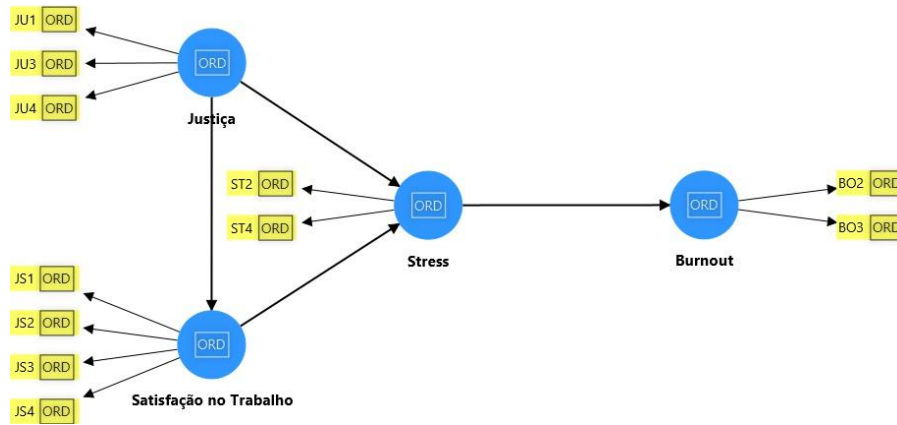


Figura 5: Modelo reflexivo proposto, com o *burnout* como construto endógeno.

Como os dados disponíveis não apresentam distribuição normal multivariada, a amostra possui dimensão relativamente reduzida e todos os construtos latentes são de natureza reflexiva, optou-se pela utilização do estimador PLSc, disponibilizado no *software* SmartPLS. Para a estimação do modelo teórico causal apresentado na Figura 5 por meio do PLSc-SEM, procedeu-se ao cálculo do número mínimo de observações ($n_{\min}$) recomendado para representar a população subjacente, recorrendo ao método da raiz quadrada inversa, conforme recomendado por Hair *et al.* (2021).

$$n_{\min} > \left(\frac{2,486}{|p_{\min}|} \right)^2. \quad (4)$$

Para um nível de significância de 5%, uma potência de teste de 80% e uma magnitude dos coeficientes de caminho mínimo ($|p_{\min}|$) de 0,2 obteve-se o resultado, usando (4), $n_{\min}$

= 155, aproximado por excesso às unidades. Todavia, considerando para o coeficiente de caminho mínimo o valor, um pouco superior, de 0,3 (efeito relativamente mais forte entre construtos) então $n_{\min} = 69$, aproximado por excesso às unidades. Com base na amostra

disponível de $n = 99$ (bem acima do $n_{\min}$) e recorrendo ao algoritmo PLS_c, estimou-se o modelo da Figura 5, onde foi considerado: um número máximo de 3000 iterações, com o valor $10E-07$ como critério de paragem e, ainda, o método de exclusão por pares (pairwise deletion) no tratamento de dados omissos. O algoritmo convergiu em apenas 10 iterações, o que constitui, obviamente, uma solução rápida e estável, como referido por Hair *et al.* (2017). O modelo foi estimado com o software SmartPLS 4, desenvolvido por Ringle *et al.* (2024), com cargas fatoriais (entre os construtos latentes e os itens no modelo de medida) e valores dos coeficientes de caminho (entre os construtos latentes no modelo estrutural) padronizados (Figura 6). Os valores-p (entre parênteses) foram obtidos utilizando o procedimento de reamostragem *bootstrap*. Surgem, no entanto, nos resultados apresentados na Figura 6, a abreviatura “NaN” (Not a Number), que indica que é impossível de calcular numa ou mais amostras de *bootstrapping* a solução de um parâmetro, geralmente devido a dados incorretos, modelo mal especificado ou falta de variância em algumas variáveis, levando a matrizes singulares ou outros problemas computacionais durante a análise. Assim, deve verificar-se se existem inconsistências e *outliers* nos dados, garantir que o modelo está bem especificado e considerar a remoção de variáveis com variância muito pequena ou aumentar a dimensão da amostra.

O procedimento de bootstrap corresponde a uma técnica de reamostragem com reposição, utilizada para estimar a distribuição amostral de um parâmetro. Esta metodologia permite avaliar a estabilidade e a variabilidade das estimativas obtidas, sendo particularmente útil em amostras de dimensão reduzida ou quando os pressupostos de normalidade não se encontram verificados (Bradley Efron & Tibshirani, 1993).

Neste estudo, para além da amostra disponível ser relativamente pequena, identificámos variáveis com variância muito pequena, como é o caso das variáveis manifestas que operacionalizam o *stress*, onde os trabalhadores responderam essencialmente nas categorias 2 e 3.

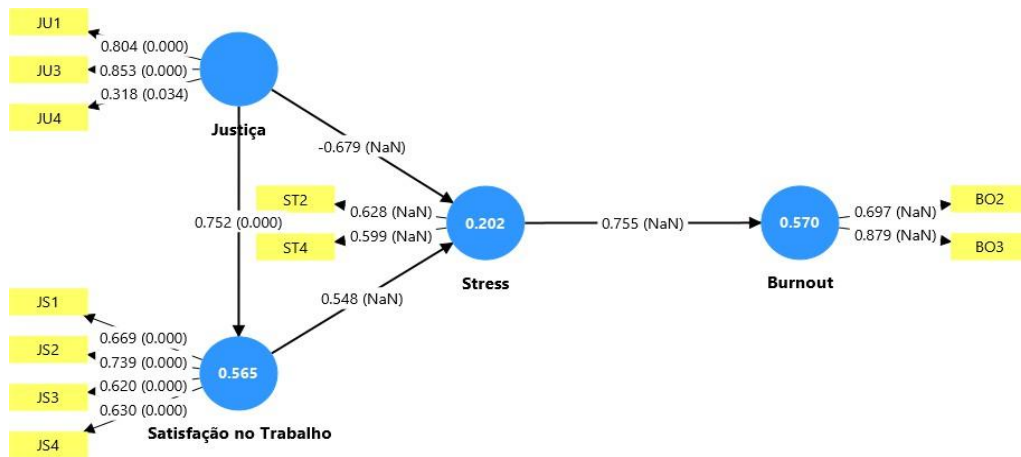


Figura 6: Modelo estimado com o PLSc, utilizando o SmartPLS 4.

Depois de algum refinamento do modelo e considerados todos os passos de avaliação dos submodelos de medida e de estrutura, obteve-se o modelo da Figura 7. Os construtos latentes *stress* e *burnout* acabaram por não ser considerados e neste o modelo apenas surge o construto latente *justiça*, como independente, e o construto *satisfação no trabalho*, como dependente. Ainda assim, neste modelo estimado, o valor 0,281 da carga fatorial (ou, outer loading), da variável manifesta JU4, é muito inferior ao valor de referência 0,708 e não é estatisticamente significativo a 5% (valor-p = 0,066).

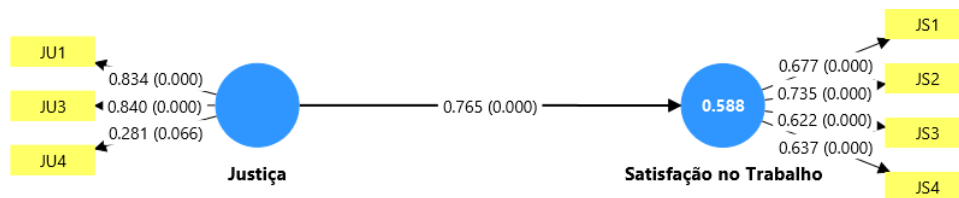


Figura 7: Modelo estimado com o PLSc, com a *Satisfação no Trabalho* como construto endógeno.

Removido o indicador JU4 obteve-se o modelo estimado da Figura 8, que convergiu em apenas em 6 iterações, onde se tem um forte efeito direto positivo (0,811) que é estatisticamente significativo (valor-p < 0,001). Este forte efeito entre os construtos indica que os trabalhadores consideram que mais *Justiça* leva a mais *satisfação no local de trabalho*, como era esperado.

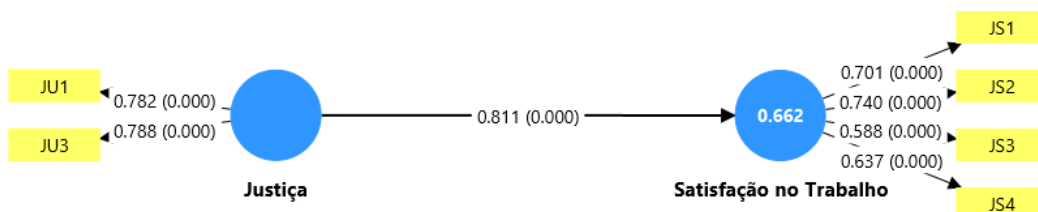


Figura 8: Modelo estimado com o PLSc, com a *Satisfação no Trabalho* como construto endógeno.

4.3.2 Avaliação do modelo estimado

Na avaliação do SEM estimado (Figura 8), torna-se necessário analisar separadamente os submodelos de medida e de estrutura, de acordo com as recomendações práticas amplamente discutidas na literatura especializada, que funcionam como orientações práticas amplamente discutidas por Hair *et al.* (2017), Ringle *et al.* (2020) e Grilo *et al.* (2024a, 2024b), entre outros. Dado que o PLSc-SEM constitui um método de estimação não-paramétrico, a “inferência estatística” sobre os parâmetros do modelo é realizada por meio do procedimento de reamostragem *bootstrap*.

Em conformidade com o recomendado na literatura, foram geradas 10 000 subamostras com reposição e de dimensão igual à da amostra original, de modo a assegurar a estabilidade dos resultados obtidos, conforme recomendado por Hair *et al.* (2019) e por Ringle *et al.* (2020). Assim, em algumas tabelas que se apresentaram a seguir, são reportados tanto os valores estimados com base na amostra original (O) como os correspondentes à média amostral (M) obtida via *bootstrap*. Este procedimento permitiu ainda a estimação de intervalos de confiança a 95%, calculados pelo método *Bias-Corrected and Accelerated* (BCa), bem como das estatísticas *t* e dos respectivos valores-*p*.

O método Bias-Corrected and Accelerated (BCa) é uma variante do bootstrap que ajusta os intervalos de confiança tendo em consideração o viés e a assimetria da distribuição empírica. Esta abordagem permite obter estimativas mais robustas e fiáveis dos intervalos de confiança dos parâmetros (Bradley Efron, 1987; Bradley Efron & Tibshirani, 1993).

Avaliação do Submodelo de medida (Outer Model)

Magnitude e significância das cargas fatoriais: A avaliação do modelo de medida reflexivo inicia-se com um exame às cargas fatoriais (outer loadings) da Figura 8, onde se pode observar que todos estes valores estão acima do valor de referência de 0,708 e são, ainda, estatisticamente significativos (valores-*p* < 0,001).

Consistência interna: As estimativas relativas à fiabilidade da consistência interna foram obtidas com o coeficiente de fiabilidade exato (ou consistente) ρ_A , que para um constructo latente com *k* indicadores, conforme proposto por Dijkstra e Henseler (2015a):

$$\rho_A = \frac{(\sum_{i=1}^k \hat{\lambda}_i)^2}{(\sum_{i=1}^k \hat{\lambda}_i)^2 + \sum_{i=1}^k (1 - \hat{\lambda}_i^2)}$$

onde:

$\hat{\lambda}_i$ = carga fatorial externa consistente (PLSc) do indicador i ;

$1 - \hat{\lambda}_i^2$ = variância do erro do indicador i ;

k = número de indicadores.

Como as estimativas apresentam valores superiores a 0,7 (aproximadamente 0,8), evidenciando elevados níveis de fiabilidade, uma vez que se situam dentro do intervalo de referência (0,7 a 0,9), geralmente considerado de “satisfatório a bom”. Adicionalmente, na última coluna da Tabela 24, observam-se valores-p inferiores a 0,001, correspondentes aos testes de significância deste parâmetro, que confirmam a significância estatística do parâmetro para os dois construtos.

Tabela 24: Valores de ρ_A amostra original e média da amostra, desvio padrão, valor da estatística e valor-p

Construto	Amostra original (O)	Média da amostra (M)	Desvio padrão (DP)	Estatística de teste (O/DP)	Valor-p
Justiça	0,763	0,767	0,064	11,914	0,000
Satisfação no trabalho	0,769	0,781	0,046	16,828	0,000

Validade convergente

Para avaliar a validade convergente de um construto latente foi considerada a medida variância média extraída (Average Variance Extracted - AVE), que é consistente (não enviesada) porque é baseada em cargas PLSc-SEM, e é dada por,

$$AVE = \frac{1}{k} \sum_{i=1}^k \hat{\lambda}_i^2$$

onde, $\hat{\lambda}_i$ = outer loading consistente (PLSc) do indicador i , e k = número de indicadores.

Para o construto *Justiça* o valor do AVE (0,616) é superior ao valor de referência de 0,5 (Tabela 25), pelo que explica pelo menos 50% da variância dos indicadores que os

operacionalizam. Para o construto *Satisfação no Trabalho* o valor do AVE (0,448) é ligeiramente inferior a 0,5, mas os valores-p ($< 0,001$) confirmam a significância estatística desta medida para os dois construtos.

Tabela 25: Valores de AVE, amostra original e média da amostra, desvio padrão, valor da estatística e valor-p-

Construto	Amostra original (O)	Média da amostra (M)	Desvio padrão (DP)	Estatística de teste (O/DP)	Valor-p
Justiça	0,616	0,620	0,081	7,631	0,000
Satisfação no Trabalho	0,448	0,452	0,060	7,508	0,000

Validade discriminante

Para avaliar a extensão em que um construto latente é empiricamente distinto de outros foi utilizada a medida Heterotrait-Monotrait ratio (HTMT), que compara as correlações entre constructos com as correlações dentro do mesmo constructo, critério introduzido por Henseler *et al.* (2015). Para dois construtos *A* e *B* com indicadores

$x_i \in A$, com $i = 1, 2, \dots, m$; e $y_j \in B$, com $j = 1, 2, \dots, n$; a HTMT vem definida como,

$$HTMT_{AB} = \frac{\frac{1}{mn} \sum_{i=1}^m \sum_{j=1}^n |corr(x_i, y_j)|}{\sqrt{\left(\frac{1}{m(m-1)} \sum_{i=1}^m \sum_{k=1, k \neq i}^m |corr(x_i, x_k)| \right) \left(\frac{1}{n(n-1)} \sum_{j=1}^n \sum_{l=1, l \neq j}^n |corr(y_j, y_l)| \right)}}$$

onde, no numerador (heterotrait–heteromethod) se tem a média das correlações absolutas entre indicadores de diferentes constructos (*A versus B*) e no denominador (monotrait–heteromethod) tem-se a média geométrica das correlações médias entre indicadores dentro de cada constructo.

Na Tabela 26 pode observar-se que o valor 0,8 de HTMT é menor que 0,85 (threshold comum), caso em que há forte evidência de validade discriminante. Em PLSc-SEM, é também utilizado o intervalo de confiança a 95%, obtido por bootstrap. Neste caso, não contém o valor 1 (limites do intervalo de confiança nas duas últimas colunas da Tabela 26), o que corrobora a hipótese de que a validade discriminante está presente.

Tabela 26: Valor do HTMT, amostra original, média da amostra e intervalo de confiança

Relação	Heterotrait-monotrait ratio (HTMT)		95% intervalo de confiança	
	Amostra original (O)	Média da amostra (M)	2.5%	97.5%
Satisfação no Trabalho ↔ Justiça	0,800	0,802	0,609	0,977

Avaliação do Submodelo estrutural (Inner Model)

Colinearidade

Para medir o grau de colinearidade (multicolinearidade) entre os constructos preditores, no modelo estrutural, é usado o fator de inflação da variância (Variance Inflation Factor - VIF). Construtos preditores excessivamente correlacionados poderá inflacionar os erros padrão, destabilizar as estimativas dos coeficientes de caminho e obscurecer o verdadeiro efeito de cada preditor. Para um construto preditor X_i , o VIF é definido como:

$$VIF_i = \frac{1}{1 - R_i^2}$$

onde R_i^2 é o coeficiente de determinação obtido pela regressão de X_i em todas os outros construtos preditores na mesma equação de regressão. Um VIF mais baixo indica menor colinearidade, com $VIF < 3$ a indicar ausência de problemas de colinearidade.

A colinearidade interna no modelo estimado (Figura 8) não foi avaliada porque o modelo estrutural inclui apenas um preditor (*Justiça*) para o constructo endógeno (*Satisfação no Trabalho*), tornando a mesma impossível, pois a colinearidade requer pelo menos dois preditores.

Ajustamento global do modelo

A raiz quadrada dos resíduos médios padronizados (Standardized Root Mean Square Residual - SRMR) é um índice global de ajuste do modelo que capta a discrepância média entre as correlações observadas e as correlações implícitas (esperadas) pelo modelo. No PLSc-SEM, o SRMR é particularmente relevante porque o PLSc fornece estimativas consistentes, permitindo uma avaliação aproximada do ajustamento do modelo semelhante à do (CB-SEM) Covariance-Based SEM — abordagem baseada na covariância, ao contrário do PLS-SEM.

O SRMR é calculado com base na matriz de correlações como,

$$SRMR = \sqrt{\frac{2}{p(p+1)} \sum_{i=1}^p \sum_{j=1}^p (r_{ij} - \hat{r}_{ij})^2},$$

onde, r_{ij} é a correlação observada (empírica) entre os indicadores i e j ; $\hat{r}_{ij}$ é a correlação reproduzida/estimada (pelo modelo ajustado) entre os indicadores i e j , e p é o número de indicadores (variáveis observadas). O ajustamento é considerado perfeito se e somente se $SRMR = 0$, mas valores positivos de $SRMR \leq 0,08$ são indicadores de um bom ajustamento e $SRMR \leq 0,1$ é, ainda, considerado aceitável (mas, trata-se de heurísticas, não de regras de aceitação estritas).

Uma vez $SRMR = 0,06$ (Tabela 2) é inferior ao valor de referência de 0,08 (modelos saturado e estimado), pode considerar-se que o modelo estimado é adequado para explicar a *Satisfação no Trabalho* com base no construto exógeno *Justiça*. Acresce que, para um nível de significância de 5%, o modelo estimado não é rejeitado, uma vez que os valores obtidos para esta medida de discrepância são inferiores ao valor do quantil 95%, da sua distribuição de referência. De notar que, o modelo saturado em PLSc-SEM é o modelo em que não há restrições teóricas estruturais, pois todos os construtos estão ligados a todos os outros. Representa, assim, o melhor ajustamento possível aos dados, pois reproduz exatamente (ou, quase exatamente) a matriz de correlações observada.

Tabela 27: Valor do SRMR, amostra original, média da amostra e percentis.

	Amostra original (O)	Média da amostra (M)	95%	99%
Modelo saturado	0,060	0,048	0,078	0,096
Modelo estimado	0,060	0,048	0,078	0,096

É, ainda, possível avaliar a qualidade do ajustamento localmente, bem como avaliar a capacidade preditiva do modelo dentro e fora da amostra.

Avaliação local do modelo

Tal como na regressão linear múltipla, os valores dos coeficientes de determinação (R^2) indicam a proporção da variância dos construtos endógenos explicada pelos seus construtos preditores, considerando apenas os dados disponíveis na amostra.

Para um construto endógeno η com preditores $\zeta_1, \zeta_2, \dots, \zeta_k$:

$$\hat{\eta} = \hat{\beta}_1\xi_1 + \hat{\beta}_2\xi_2 + \dots + \hat{\beta}_k\xi_k$$

o R^2 mede quão bem essa equação estrutural explica η . Considere-se, então, um construto endógeno η :

$$R_{\eta}^2 = 1 - \frac{\sum_{i=1}^n (y_i - \hat{y}_i)^2}{\sum_{i=1}^n (y_i - \bar{y})^2}$$

onde, y_i representa os valores observados (*scores* do construto endógeno); $\hat{y}_i$ os valores preditos pelo modelo estrutural; $\bar{y}$ a média de y e n o número de observações. De forma equivalente, considerando a variância explicada, pode escrever-se,

$$R_{\eta}^2 = \frac{Var(\hat{\eta})}{Var(\eta)} = \frac{Var(\eta) - Var(\varepsilon_{\eta})}{Var(\eta)}$$

onde, $\hat{\eta}$ representa o valor predito do construto; e ε_{η} é o termo de erro residual.

O valor de R^2 de aproximadamente 66,2% (disponível na Figura 8 e na Tabela 28) representa variância explicada moderado ($> 50\%$). Embora considerando a área específica de investigação deste estudo empírico (psicologia e saúde mental), talvez se possa admitir como um valor substancial (até porque não está muito longe do valor de referencial de 75%). Este coeficiente de determinação é, ainda, estatisticamente significativo na população (valores- $p < 0,001$, na última coluna da Tabela 28).

Tabela 28: Valor do R^2 , amostra original, média da amostra e percentis.

	Amostra original (O)	Média da amostra (M)	Desvio padrão (DP)	Estatística de teste t (O/DP)	Valor-p
Satisfação no trabalho	0,662	0,679	0,149	4,443	0,000

Relevância preditiva

O Q^2 preditivo (também, conhecido por Q^2 Stone-Geisser) avalia a capacidade preditiva do modelo estrutural por meio de um procedimento de *blindfolding* (omissão sistemática de dados), indicando o quão bem consegue prever resultados futuros, e não apenas explicar os dados existentes. Este procedimento consiste na remoção de pontos únicos na matriz de dados, que são posteriormente substituídos pela média, permitindo analisar também o poder preditivo fora da amostra (pseudo-out-of-sample). O Q^2 compara o erro de predição do modelo com um modelo ingénuo (média) e quando o modelo estimado

prevê melhor do que a média o Q^2 é positivo. (Seymour Geisser, 1974; Michael Stone, 1974; Joseph F. Hair Jr. et al., 2022).

Para um construto endógeno η :

$$Q_{\eta}^2 = 1 - \frac{\sum_{i=1}^n (y_i - \hat{y}_{i,omit})^2}{\sum_{i=1}^n (y_i - \bar{y})^2}$$

onde, y_i representa o valor observado do construto endógeno; $\hat{y}_{i,omit}$ o valor predito para a observação omitida no *blindfolding*; $\bar{y}$ a média dos valores observados e n o número de observações omitidas. No PLSc-SEM, tem-se então que o Q^2 preditivo é calculado como 1 menos a razão entre o erro de predição das observações omitidas e a variância total observada, indicando a relevância preditiva do modelo.

De forma conceitual, considerando o erro de predição, pode representar-se por,

$$Q_{\eta}^2 = 1 - \frac{SSE_{predict}}{SSO}$$

onde, SSE (Sum of Squares Errors) representa a soma dos quadrados dos erros de predição, e SSO (Sum of Squares Observations) é a soma dos valores observados.

Na Tabela 29 os valores de Q^2 , dos indicadores associados ao construto endógeno *Satisfação no Trabalho*, são todos superiores a zero, o que indica relevância preditiva. Como os valores Q^2 são superiores a 0,15 e inferiores a 0,35 (valores heurísticos de referência) a relevância preditiva é considerada média.

Poder preditivo do modelo fora da amostra

Com o algoritmo PLSpredict é possível determinar a capacidade preditiva do modelo relativamente a novos dados, considerando uma amostra de validação. Para um construto endógeno η com preditores $\xi_1, \xi_2, \dots, \xi_k$:

$$\hat{\eta}_i = \sum_{j=1}^k \hat{\beta}_j \xi_{ij}$$

onde, $\hat{\beta}_j$ representa os coeficientes de caminho PLSc estimados (consistentes), e ξ_{ij} os *scores* do construto latente para a observação i . As previsões são avaliadas ao nível do indicador:

$$\hat{y}_{ij} = \hat{\lambda}_j \hat{\eta}_i,$$

onde, $\hat{y}_{ij}$ representa o valor previsto do indicador, $\hat{\lambda}_j$ a carga fatorial (outer loading), e $\hat{\eta}_i$ o *score* do construto latente.

O PLSpredict compara os erros de previsão do modelo estimado utilizando o PLSc com um modelo linear (ML) ingênuo de referência (naïve LM benchmark). As métricas consideradas para o erro de previsão foram:

- (a) Raiz do Erro Quadrático Médio (Root Mean Square Error - RMSE)

$$\text{RMSE} = \sqrt{\frac{1}{n} \sum_{i=1}^n (y_i - \hat{y}_i)^2},$$

- (b) Erro Absoluto Médio (Mean Absolute Error - MAE)

$$\text{MAE} = \frac{1}{n} \sum_{i=1}^n |y_i - \hat{y}_i|,$$

O PLSpredict é um procedimento de previsão fora da amostra baseado na validação cruzada k -fold, que avalia o quão bem um modelo PLSc prevê as observações individuais, e não apenas a variância explicada. O procedimento consiste nos passos:

- 1) Particionar os dados (validação cruzada k -fold): dividir os dados em k partes (geralmente $k = 10$), em que uma das partes será o conjunto de teste ou de validação (holdout set), e as restantes partes constituem o conjunto de treino (training set);
- 2) Estimação do modelo PLSc-SEM (training set): obtenção dos coeficientes de caminho, dos outer loadings, e dos *scores* dos construtos latentes;
- 3) Previsão (conjunto de validação ou holdout set): prever os valores dos indicadores no conjunto de validação, e utilizar apenas informações do modelo de treino;
- 4) Cálculo do erro: calcular o RMSE e MAE para cada indicador, repetir o processo para todos os folds, e calcular a média dos erros de previsão entre os folds;
- 5) Comparação de benchmark (i.e., com modelo ingênuo de referência): comparar erros de previsão (errorPLSc *versus* errorLM, onde LM = simple linear regression benchmark).

Na Tabela 20 constam os valores das métricas RMSE (particularmente útil quando os erros grandes são indesejáveis) e da MAE (mais apropriada quando a distribuição dos erros é muita assimétrica). Quando se comparam os erros de previsão da Tabela 29 verifica-se que todos os indicadores, do modelo estimado (PLS-SEM), têm valores de RMSE e de MAE menores do que o “naïve benchmark” LM. Esta situação (PLS error < LM error) é indicativo de elevado poder preditivo do modelo estimado.

Tabela 29: Resumo do PLSpredict para os indicadores do construto endógeno.

Indicador	Q²predict	PLS-SEM RMSE	PLS-SEM MAE	LM RMSE	LM MAE
JS1	0,235	1,030		0,802	1,042
JS2	0,240	0,994		0,792	1,015
JS3	0,151	1,032		0,869	1,046
JS4	0,165	1,141		0,906	1,156

Os imigrantes guineenses a trabalhar em Portugal, que constituem a amostra utilizada neste estudo, são na sua grande maioria homens jovens que apresentam níveis baixos de e de *burnout* causados pelo trabalho (sendo um pouco superiores nas mulheres, o que está em concordância com a literatura da especialidade sobre este tópico). Deste modo, no processo de modelação estatística, algumas das hipóteses de investigação, definidas no início deste estudo, acabaram por não se confirmar. No entanto, o modelo estimado parece indicar que, para estes trabalhadores, a *Justiça* no local de trabalho tem um efeito positivo muito forte na *Satisfação no Trabalho*.

Capítulo V – Conclusões

Neste capítulo final começamos por enumerar as principais conclusões, as recomendações que o trabalho consegue inferir, as limitações sentidas ao longo da realização do estudo e terminamos com algumas ideias para pesquisa futura.

5.1 Principais Conclusões

O presente trabalho teve como objetivo geral a avaliação dos riscos psicossociais em trabalhadores imigrantes guineenses em Portugal, recorrendo a instrumentos de avaliação psicossocial validados internacionalmente e a técnicas estatísticas multivariadas avançadas. A dissertação foi estruturada em torno de objetivos específicos claramente definidos, cuja concretização permitiu alcançar conclusões importantes do ponto de vista científico, social e metodológico.

Relativamente ao primeiro objetivo específico — análise crítica da literatura existente sobre trabalhadores imigrantes guineenses em Portugal, esta investigação confirma a falta de estudos empíricos quantitativos focados nesta comunidade. Assim, o presente estudo contribui de forma original para o conhecimento científico, ao aplicar instrumentos internacionalmente reconhecidos e metodologias estatísticas robustas a um grupo populacional sub-representado na investigação académica.

Os resultados evidenciam uma população maioritariamente masculina, jovem-adulta, com baixos níveis de escolaridade formal e inserida predominantemente em setores laborais caracterizados por reduzida qualificação, elevada exigência física e instabilidade contratual. Estes resultados estão em consonância com a literatura sobre imigração laboral em Portugal, que identifica a segmentação do mercado de trabalho como um dos principais fatores estruturantes da vulnerabilidade psicossocial dos trabalhadores imigrantes. A elevada prevalência de contratos informais ou temporários e a limitação de oportunidades de progressão profissional surgem como elementos centrais para a compreensão do contexto de risco analisado neste estudo.

Entretanto o terceiro objetivo específico — avaliar os riscos psicossociais através das dimensões do COPSOQ — os resultados obtidos mostram níveis globalmente pequenos a moderados de *stress* e *burnout*, coexistindo com perceções relativamente favoráveis de *justiça* organizacional e *satisfação no trabalho*. Esta combinação aparentemente paradoxal pode ser interpretada à luz da literatura que destaca a normalização de

condições laborais adversas por parte de populações migrantes, bem como o papel de expectativas profissionais ajustadas à realidade do mercado de trabalho de acolhimento. É de salientar que as diferenças estatisticamente significativas observadas entre géneros, particularmente nos construtos *Justiça* e *burnout*, reforçam evidências empíricas anteriores que apontam para uma maior exposição das mulheres a riscos psicossociais, frequentemente associados à acumulação de tarefas e responsabilidades profissionais e familiares e a contextos de menor proteção laboral.

A ausência de diferenças estatisticamente significativas por nível de escolaridade sugere que, no caso específico dos trabalhadores guineenses analisados, os riscos psicossociais são predominantemente determinados por fatores contextuais e organizacionais, em detrimento de características individuais. Esta constatação encontra suporte no modelo teórico subjacente ao COPSQ, que privilegia uma abordagem sistémica da saúde ocupacional, centrada nas condições de trabalho e na organização laboral.

Um dos contributos mais relevantes da presente dissertação decorre da utilização de Modelos de Equações Estruturais (SEM), estimados através do método Partial Least Squares Consistent (PLSc), conforme recomendado por Hair *et al.* (2019, 2021) para contextos caracterizados por amostras de dimensão moderada e ausência de normalidade multivariada. A validação do modelo de medida revelou níveis adequados de fiabilidade composta e validade convergente e discriminante, em consonância com os critérios metodológicos amplamente aceites na literatura.

No modelo estrutural final, confirmou-se empiricamente um efeito direto, positivo e estatisticamente significativo da *justiça* organizacional sobre a *Satisfação no Trabalho*, com um coeficiente de caminho elevado e um valor substancial de variância explicada. Este resultado valida a hipótese central do estudo e reforça modelos teóricos que conceptualizam a *Justiça* organizacional como um antecedente crítico do bem-estar psicológico e da satisfação profissional. A robustez desta relação, observada mesmo num contexto laboral marcado por precariedade e vulnerabilidade social, sublinha a importância da *Justiça* organizacional enquanto fator protetor da saúde psicossocial.

No entanto, as hipóteses relativas às relações entre *Justiça* e *burnout* não foram confirmadas no modelo final. Esta limitação não deve ser interpretada como uma negação dos modelos teóricos existentes, mas antes como um reflexo das características específicas da amostra e da reduzida variabilidade observada nestas variáveis latentes.

Por fim, relativamente ao objetivo de formular recomendações para a mitigação dos riscos psicossociais, os resultados obtidos sustentam a necessidade de intervenções organizacionais centradas na promoção da *justiça*, da transparência nos processos laborais e da estabilidade contratual. A evidência empírica demonstra que a perceção de *Justiça* organizacional constitui um determinante fundamental da *Satisfação no Trabalho*, podendo desempenhar um papel central na prevenção de riscos psicossociais em contextos de trabalho marcados pela precariedade.

Em suma, o objetivo geral da investigação foi plenamente alcançado. A presente dissertação permitiu identificar os principais fatores psicossociais associados à experiência laboral dos trabalhadores imigrantes guineenses em Portugal, validar empiricamente relações teóricas relevantes e contribuir para o desenvolvimento de estratégias de intervenção informadas por evidência científica. Apesar das limitações inerentes ao desenho transversal e à dimensão da amostra, os resultados obtidos apresentam implicações relevantes para a investigação futura, para a definição de políticas públicas e para a promoção de condições de trabalho mais justas e saudáveis.

5.2 Recomendações

Considerando alguns dos resultados estatísticos obtidos e com base em algum conhecimento empírico, sobre o fenómeno em estudo, são apresentadas as seguintes recomendações:

1. Para as instituições públicas e decisões políticas:

- Realizar políticas de inclusão laboral e social, com perspetiva na integração cultural e na apreciação das competências dos trabalhadores imigrantes.
- Fortalecer os programas de prevenção dos riscos psicossociais, especialmente nos setores com elevada concentração de mão de obra imigrante.
- Incentivar campanhas de sensibilização contra a discriminação e de valorização da diversidade no ambiente de trabalho.

2. Para as entidades empregadoras:

- Criar planos internos de promoção da saúde ocupacional, que incorporam mecanismos de monitorização do burnout e do bem-estar psicológico.
- Incentivar práticas de liderança participativa e apoio social no local de trabalho, como forma de diminuir a insegurança e aumentar o sentimento de pertença.

3. Para as associações das comunidades migrantes (ACM):

- Fortificar redes de apoio psicossocial e jurídico aos trabalhadores imigrantes.
- Incentivar ações formativas sobre direitos laborais e segurança no trabalho, em colaboração com instituições portuguesas e organismos internacionais.

4. Para a comunidade científica:

- Incentivar novos estudos quantitativos sobre a influência de riscos psicossociais nas populações imigrantes, com aspeto intercultural e comparativo.

5.3 Limitações

Uma possível limitação deste estudo refere-se à amostragem não probabilística, o que pode restringir a capacidade de generalizar os resultados para toda a população de trabalhadores imigrantes guineenses em Portugal.

Além disso, o uso de questionários de autoavaliação pode introduzir enviesamento nas respostas, como a tendência dos participantes a fornecer respostas socialmente desejáveis. Por outro lado, embora o COPSQ seja um instrumento validado e amplamente utilizado, este pode não abranger todas as particularidades dos riscos psicossociais enfrentados pelos trabalhadores imigrantes, o que deve ser levado em consideração ao interpretar os resultados do estudo.

Para além das limitações referidas acima, este trabalho teve restrições logísticas em termos do processo de criação da amostra pela dificuldade em ter respondentes para o inquérito, o que limitou a dimensão da amostra e a profundidade da análise inferencial.

5.4 Pesquisa Futura

Para aprofundar o conhecimento sobre os riscos psicossociais nas populações migrantes em Portugal, recomenda-se que as futuras investigações:

Utilizem amostras mais amplas e representativas, nomeadamente de outros grupos imigrantes africanos de língua portuguesa, de modo a permitir comparações mais robustas;

Adotar metodologias mistas (quantitativas e qualitativas), inserir entrevistas e grupos específicos que permitem compreender as perceções e experiências subjetivas dos trabalhadores.

Efetuar modelos de equações estruturais (SEM) e outras técnicas de modelação multivariada, em sectores específicos de atividade laboral.

Analisar a eficácia de políticas públicas e programas institucionais já implementados, com o objetivo de identificar boas práticas e propor estratégias de melhoria.

Incluir variáveis culturais e de integração social, de maneira a entender dimensões mais amplas da experiência migratória e da sua influência sobre a saúde mental e ocupacional.

Referências bibliográficas

Alto Comissariado para a Imigração e Diálogo Intercultural. (2013). *Diagnóstico da população imigrante em Portugal: desafios e potencialidades*. Alto Comissariado para a Imigração e o Diálogo Intercultural.

https://www.researchgate.net/publication/259965595_Diagnostico_da_populacao_imigrante_em_Portugal_Desafios_e_potencialidades

Benitez, J., Henseler, J., Castillo, A., & Schuberth, F. (2020). How to perform and report an impactful analysis using partial least squares: Guidelines for confirmatory and explanatory IS research. *Information & Management*, 57(2), 103168.

Bollen, K. A. (1989). *Structural equations with latent variables*. John Wiley & Sons.

Borges, S. L., Santos, C., Saraiva, A., & Pocinho, M. T. (2018). Avaliação de fatores de risco psicossociais: estudo com docentes do ensino superior. *Revista Portuguesa de Investigação Comportamental e Social*, 4(1), 22–33.

Bracons, H. (2020). Comunicação intercultural nos cuidados de saúde: Uma abordagem exploratória da interação entre assistentes sociais e doentes imigrantes. *Comunicação Pública*, 15(29). https://journals.openedition.org/cp/10968?utm_source=chatgpt.com

Casulo, A. C., & Alves, G. (2018). *Precarização do trabalho e saúde mental: o Brasil da era neoliberal*. Canal 6 Editora LTDA.

Choi, B., Kurowski, A., Bond, M., Baker, D., Clays, E., De Bacquer, D., & Punnett, L. (2012). Occupation-differential construct validity of the Job Content Questionnaire (JCQ) psychological job demands scale with physical job demands items: a mixed methods research. *Ergonomics*, 55(4), 425–439.

Catarina, E., & João, P. (2011). Caminhos limitados ou mobilidade bloqueada? A mobilidade socioprofissional dos imigrantes brasileiros em Portugal. *Sociologia, Problemas e Práticas*, 67, 43–64. <https://repositorio.iscte-iul.pt/handle/10071/3668>

Có, J. R. B. (2004). As associações das comunidades migrantes em Portugal e a sua participação no desenvolvimento do país de origem: o caso guineense (SOCIUS Working Papers, n. 12/2004). Instituto Superior de Economia e Gestão. <https://pascal.iseg.utl.pt/~socius/publicacoes/wp/wp200412.pdf>

DataCamp. (2024). *Modelagem de equações estruturais: O que é e quando usá-lo*.
<https://www.datacamp.com/pt/tutorial/structural-equation-modeling>

de Figueiredo Luna, A., & Gondim, S. M. G. (2021). Autoeficácia ocupacional, fatores de risco psicossocial do trabalho e mal-estar físico e psicológico. *Revista Psicologia E Saúde*, 51–63.

de Moura, P. A., de Moura, T. R., & Ruivo, R. (2018). Riscos psicossociais em trabalhadores de uma Unidade Local de Saúde no Alentejo. *Psilogos*, 16(1), 17–34.
<https://revistas.rcaap.pt/psilogos/article/download/14598/15391/77947>

Dijkstra, T. K., & Henseler, J. (2015). Consistent and asymptotically normal PLS estimators for linear structural equations. *Computational Statistics & Data Analysis*, 81, 10–23. <https://doi.org/10.1016/j.csda.2014.07.008>

Dijkstra, T. K., & Henseler, J. (2015). Consistent partial least squares path modeling. *MIS Quarterly*, 39(2), 297–316.

Dupret, É., Bocéréan, C., Teherani, M., & Feltrin, M. (2012). Le COPSOQ: un nouveau questionnaire français d'évaluation des risques psychosociaux. *Santé publique*, 24(3), 189–207.

Ferreira, V. L. (2021). *Imigração em Portugal: integração, cidadania e interculturalidade* (Dissertação de Mestrado). Instituto de Ciências Sociais, Universidade do Minho.
<https://repositorium.uminho.pt/bitstreams/fc521d42-7f8a-4ed7-b150-8571b81704dc/download>

Fernandes, C., & Pereira, A. (2016). Exposure to psychosocial risk factors in the context of work: a systematic review. *Revista de Saúde Pública*, 50, 24.
<https://doi.org/10.1590/S1518-8787.2016050006129>

Ferreira, J., Gea, M. M., & Correia, P. F. (2019). Conhecimento de estatística bivariada de futuros professores portugueses dos primeiros anos. *Revista Portuguesa de Educação*, 32(2), 40–56. <https://doi.org/10.21814/rpe.16121>

Fischer, F. M. (2012). Relevância dos fatores psicossociais do trabalho na saúde do trabalhador. *Revista de Saúde Pública*, 46, 401–406.

Figueiredo, F., Gonçalves, M. J. A., & Teixeira, S. (2021). Impactos do uso de ferramentas digitais na pesquisa acadêmica: expansão de amostras e acompanhamento de respostas

em tempo real. *Revista de Métodos em Pesquisa*, 15(2), 123–138.
<https://doi.org/10.1234/rmp.2021.56789>

Figueiredo, M. C., Suleman, F., & Botelho, M. C. (2018). Workplace abuse and harassment: the vulnerability of informal and migrant domestic workers in Portugal. *Social Policy and Society*, 17(1), 65–85. <https://repositorio.iscte-iul.pt/handle/10071/14766>

Fonseca, D., & Soeiro, J. (2024). Precariedade, trabalhadores migrantes e preconceito étnico-racial em Portugal: mudanças no emprego e respostas sindicais. *Caderno CRH*, 37, e024044. <https://doi.org/10.9771/ccrh.v37i0.61367>

Gollac, M., & Bodier, M. (2011). *Mesurer les facteurs psychosociaux de risque au travail pour les maîtriser*. Rapport du Collège d’expertise sur le suivi des risques psychosociaux au travail.

Gil, A. C. (2010). *Como elaborar projetos de pesquisa* (5ª ed.). Atlas.
https://ria.ufrn.br/jspui/handle/123456789/1236?utm_source=chatgpt.com

Gil, A. C. (2014). *Como elaborar projetos de pesquisa* (6ª ed.). Atlas.
https://files.cercomp.ufg.br/weby/up/151/o/gil_como_elaborar_projeto_de_pesquisa.pdf?utm_source=chatgpt.com

Góis, P., & Marques, J. C. (2018). Retrato de um Portugal migrante: a evolução da emigração, da imigração e do seu estudo nos últimos 40 anos. *e-cadernos CES*, 29. <https://doi.org/10.4000/eces.3307>

Gonçalves, J. S., Moriguchi, C. S., Chaves, T. C., & Sato, T. D. O. (2021). Cross-cultural adaptation and psychometric properties of the short version of COPSOQ II-Brazil. *Revista de Saúde Pública*, 55, 69.

Gomes, T. D. S., & Puente-Palacios, K. E. (2018). Estresse ocupacional, um fenômeno coletivo: evidências em equipes de trabalho. *Revista Psicologia: Organizações e Trabalho*, 18(4), 485–493. <https://doi.org/10.17652/rpot/2018.4.14415>

Grilo, L. M., Pereira, E. J., Maidana, J. P., & Stehlik, M. (2024a). On stochastic aspects of impact modeling of the innovation incentive system and business internationalization:

- evidence from Portuguese SMEs. *Stochastic Analysis and Applications*, 42(1), 20–44.
- Grilo, L. M., Braz, T. F., Grilo, H. L., Maidana, J. P., & Stehlik, M. (2024b). Modeling the facets of *burnout* in Lisbon airport border officers using PLSc-SEM estimator. *Stochastic Analysis and Applications*, 42(2), 414–434.
- Hair, J. F., Risher, J. J., Sarstedt, M., & Ringle, C. M. (2019). When to use and how to report the results of PLS-SEM. *European Business Review*, 31(1), 2–24.
- Hair Jr, J. F., Hult, G. T. M., Ringle, C. M., Sarstedt, M., Danks, N. P., & Ray, S. (2021). *Partial least squares structural equation modeling (PLS-SEM) using R: A workbook* (p. 197). Springer Nature.
- Henseler, J., Ringle, C. M., & Sarstedt, M. (2015). A new criterion for assessing discriminant validity in variance-based structural equation modeling. *Journal of the Academy of Marketing Science*, 43(1), 115–135.
- Jacinto, A., & da Rosa Tolfo, S. (2017). Fatores psicossociais de risco no trabalho e Transtorno Mental Comum: uma revisão sistemática de estudos que utilizaram os instrumentos JCQ, JSS e SRQ-20. *Revista de Psicologia da IMED*, 9(2), 107–124.
- Jöreskog, K. G., & Sörbom, D. (1981). *LISREL 5: Analysis of linear structural relationships by maximum likelihood and least squares methods; [user's guide]*. University of Uppsala.
- Karasek, R., & Theorell, T. (1990). *Healthy work: Stress, productivity, and the reconstruction of working life*. Basic Books.
- Karasek, R., Brisson, C., Kawakami, N., Houtman, I., Bongers, P., & Amick, B. (1998). The Job Content Questionnaire (JCQ): an instrument for internationally comparative assessments of psychosocial job characteristics. *Journal of Occupational Health Psychology*, 3(4), 322.
- Kristensen, T. S., Hannerz, H., Høgh, A., & Borg, V. (2005). The Copenhagen Psychosocial Questionnaire—a tool for the assessment and improvement of the psychosocial work environment. *Scandinavian Journal of Work, Environment & Health*, 31(6), 438–449. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/16425585/>

Anexo - Questionário aos trabalhadores guineenses em Portugal

Algumas das perguntas que constam no questionário que se segue são relativas à perceção que tem sobre diferentes aspetos da sua saúde e bem-estar relacionado com o seu local de trabalho em Portugal.

Este questionário é confidencial e tem apenas finalidades académicas. Será salvaguardado o anonimato dos respondentes, bem como a confidencialidade dos dados.

1. Caracterização do Respondente

Género: 0. ☐ Feminino 1. ☐ Masculino

Idade (em anos): _____

Estado Civil:

1. ☐ Solteiro 2. ☐ Casado 3. ☐ Divorciado 4. ☐ Viúvo 5. ☐ União de Facto

N.º de Filhos: _____

Habilitações literárias:

Frequência do 1º Ciclo do Ensino Básico

1. ☐ 1º Ciclo do Ensino Básico (4º ano) 2. ☐ 2º Ciclo do Ensino Básico (6.º ano) 3. ☐ 3º

Ciclo do Ensino Básico (9.º ano) 4. ☐ 4º Ensino Secundário (12.º ano)

5. ☐ Licenciatura 6. ☐ Mestrado 7. ☐ Doutoramento

É trabalhador-estudante? 1. ☐ Sim 0. ☐ Não

Se sim, Nível: 1. ☐ Secundário 2. ☐ Licenciatura 3. ☐ Mestrado

4. ☐ Doutoramento

Com quem vive durante o trabalho?

1. ☐ Sozinho

2. ☐ Com família

3. ☐ Com colegas/amigos

Quantas horas trabalha/semana (poderá ser uma estimativa)?

_____.

Assinale a quadrícula que mais se adequa ao seu rendimento líquido individual mensal:

1. ☐ < 500 €
2. ☐ 500 - 700 €
3. ☐ 700 - 900 €
4. ☐ 900 - 1100 €
5. ☐ 1100 - 1300 €

Ano da chegada a Portugal:

Número de empregos que já teve em Portugal?

Já foi alguma vez ao Centro de Saúde? 1. ☐ Sim 0. ☐ Não

Já foi alguma vez ao hospital? 1. ☐ Sim 0. ☐ Não

Sector de atividade em que trabalha

1. Agricultura, produção animal, caça, floresta e pesca
2. Indústrias extrativas
3. Indústrias transformadoras
4. Construção Civil
5. Alojamento, restauração e similares
6. Serviços e Comércio
7. Ensino
8. Saúde
9. Administração Pública
10. Outros

1. Possíveis questões/variáveis sociodemográficas

1- Nunca/ quase nunca 2- Raramente 3- Às vezes 4-Frequentemente 5-Sempre

	1	2	3	4	5
1. A sua carga de trabalho acumula-se por ser mal distribuída?					
2. Com que frequência não tem tempo para completar todas as tarefas do seu trabalho?					
3. Precisa de fazer horas-extra?					
4. Precisa de trabalhar muito rapidamente?					

5. O seu trabalho exige a sua atenção constante?					
6. O seu trabalho requer que seja bom a propor novas ideias?					
7. O seu trabalho exige que tome decisões difíceis?					
8. O seu trabalho exige emocionalmente de si?					
9. Tem um elevado grau de influência no seu trabalho?					
10. Participa na escolha das pessoas com quem trabalha?					
11. Pode influenciar a quantidade de trabalho que lhe compete a si?					
12. Tem alguma influência sobre o tipo de tarefas que faz?					
13. O seu trabalho exige que tenha iniciativa?					
14. O seu trabalho permite-lhe aprender coisas novas?					
15. O seu trabalho permite-lhe usar as suas habilidades ou perícias?					
16. No seu local de trabalho, é informado com antecedência sobre decisões importantes, mudanças ou planos para o futuro?					
17. Recebe toda a informação de que necessita para fazer bem o seu trabalho?					
18. O seu trabalho apresenta objetivos claros?					
19. Sabe exatamente quais as suas responsabilidades?					
20. Sabe exatamente o que é esperado de si?					
21. O seu trabalho é reconhecido e apreciado pela gerência?					
22. A gerência do seu local de trabalho respeita-o?					
23. É tratado de forma justa no seu local de trabalho?					
24. Faz coisas no seu trabalho que uns concordam, mas outros não?					
25. Por vezes tem que fazer coisas que deveriam ser feitas de outra maneira?					
26. Por vezes tem que fazer coisas que considera desnecessárias?					
27. Com que frequência tem ajuda e apoio dos seus colegas de trabalho?					
28. Com que frequência os seus colegas estão dispostos a ouvi-lo(a) sobre os seus problemas de trabalho?					
29. Com que frequência os seus colegas falam consigo acerca do seu desempenho laboral?					
30. Com que frequência o seu superior imediato fala consigo sobre como está a decorrer o seu trabalho?					

31. Com que frequência tem ajuda e apoio do seu superior imediato?					
32. Com que frequência é que o seu superior imediato fala consigo em relação ao seu desempenho laboral?					
33. Existe um bom ambiente de trabalho entre si e os seus colegas?					
34. Existe uma boa cooperação entre os colegas de trabalho?					
35. No seu local de trabalho sente-se parte de uma comunidade?					

Em relação à sua chefia direta até que ponto considera que...

	1	2	3	4	5
36. Oferece aos indivíduos e ao grupo boas oportunidades de desenvolvimento?					
37. Dá prioridade à <i>satisfação no trabalho</i> ?					
38. É bom no planeamento do trabalho?					
39. É bom a resolver conflitos?					

As questões seguintes referem-se ao seu local de trabalho no seu todo.

1- Nunca/ quase nunca 2- Raramente 3- Às vezes 4- Frequentemente 5- Sempre

	1	2	3	4	5
40. Os funcionários ocultam informações uns dos outros?					
41. Os funcionários ocultam informação à gerência?					
42. Os funcionários confiam uns nos outros de um modo geral?					
43. A gerência confia nos seus funcionários para fazerem o seu trabalho bem?					
44. Confia na informação que lhe é transmitida pela gerência?					
45. A gerência oculta informação aos seus funcionários?					
46. Os conflitos são resolvidos de uma forma justa?					
47. As sugestões dos funcionários são tratadas de forma séria pela gerência?					
48. O trabalho é igualmente distribuído pelos funcionários?					
49. Sou sempre capaz de resolver problemas, se tentar o suficiente.					
50. É-me fácil seguir os meus planos e atingir os meus objetivos					
51. O seu trabalho tem algum significado para si?					
52. Sente que o seu trabalho é importante?					

53. Sente-se motivado e envolvido com o seu trabalho?					
54. Gosta de falar com os outros sobre o seu local de trabalho?					
55. Sente que os problemas do seu local de trabalho são seus também?					

Em relação ao seu trabalho em geral, quão satisfeito está com...

56. As suas perspectivas de trabalho?					
57. As condições físicas do seu local de trabalho?					
58. A forma como as suas capacidades são utilizadas?					
59. O seu trabalho de uma forma global?					
60. Sente-se preocupado em ficar desempregado?					

	Excelente	Muito boa	Boa	Razoável	Deficitária
61. Em geral, sente que a sua saúde é:					

As próximas três questões referem-se ao modo como o seu trabalho afeta a sua vida privada:

1- Nada/ quase nada 2- Um pouco 3- Moderadamente 4- Muito 5- Extremamente

	1	2	3	4	5
62. Sente que o seu trabalho lhe exige muita energia que acaba por afetar a sua vida privada negativamente?					
63. Sente que o seu trabalho lhe exige muito tempo que acaba por afetar a sua vida privada negativamente?					
64. A sua família e os seus amigos dizem-lhe que trabalha demais?					

Com que frequência durante as últimas 4 semanas sentiu...

1- Nunca/ quase nunca 2- Raramente 3- Às vezes 4- Frequentemente 5- Sempre

	1	2	3	4	5
65. Dificuldade a adormecer?					
66. Acordou várias vezes durante a noite e depois não conseguia adormecer novamente?					
67. Fisicamente exausto?					
68. Emocionalmente exausto?					
69. Irritado?					
70. Ansioso?					
71. Triste?					
72. Falta de interesse por coisas quotidianas?					

Nos últimos 12 meses, no seu local de trabalho:

1- Nunca/ quase nunca 2- Raramente 3- Às vezes 4- Frequentemente 5- Sempre

	1	2	3	4	5
73. Tem sido alvo de insultos ou provocações verbais?					
74. Tem sido exposto a assédio sexual indesejado?					
75. Tem sido exposto a ameaças de violência?					
76. Tem sido exposto a violência física?					

Obrigado pela sua colaboração.