

RELATÓRIO DE AVALIAÇÃO

BEM-ESTAR MULTIDIMENSIONAL NAS EMPRESAS PORTUGUESAS



Um projeto de:



Com o apoio de:



RELATÓRIO DE AVALIAÇÃO

BEM-ESTAR MULTIDIMENSIONAL NAS EMPRESAS PORTUGUESAS

se áfor

Um projeto de:



Com o apoio de:



ÍNDICE

Índice	3
Âmbito e objetivos da avaliação	4
Enquadramento Conceptual e Referencial de Análise	7
Conclusões e Recomendações	13
Metodologia	18
Principais Resultados	21
Referências Bibliográficas e Sites Consultados	46
Contactos	47

ÂMBITO E OBJETIVOS DA AVALIAÇÃO

O presente relatório enquadra-se no âmbito do processo de avaliação desenvolvido no com base na metodologia Semáforo, uma ferramenta de diagnóstico social adaptada ao contexto português a partir do modelo internacional *Poverty Stoplight*¹. O Semáforo constitui-se como uma ferramenta inovadora no domínio da responsabilidade social, orientada para a avaliação multidimensional das condições de vida dos agregados familiares no contexto empresarial. A metodologia tem como missão apoiar as empresas na aferição da realidade socioeconómica dos seus colaboradores e respectivas famílias, bem como na definição e desenvolvimento de políticas e medidas que contribuam para aliviar ou resolver as principais necessidades identificadas, promovendo o bem-estar, a confiança e a estabilidade a curto, a médio e a longo prazo.

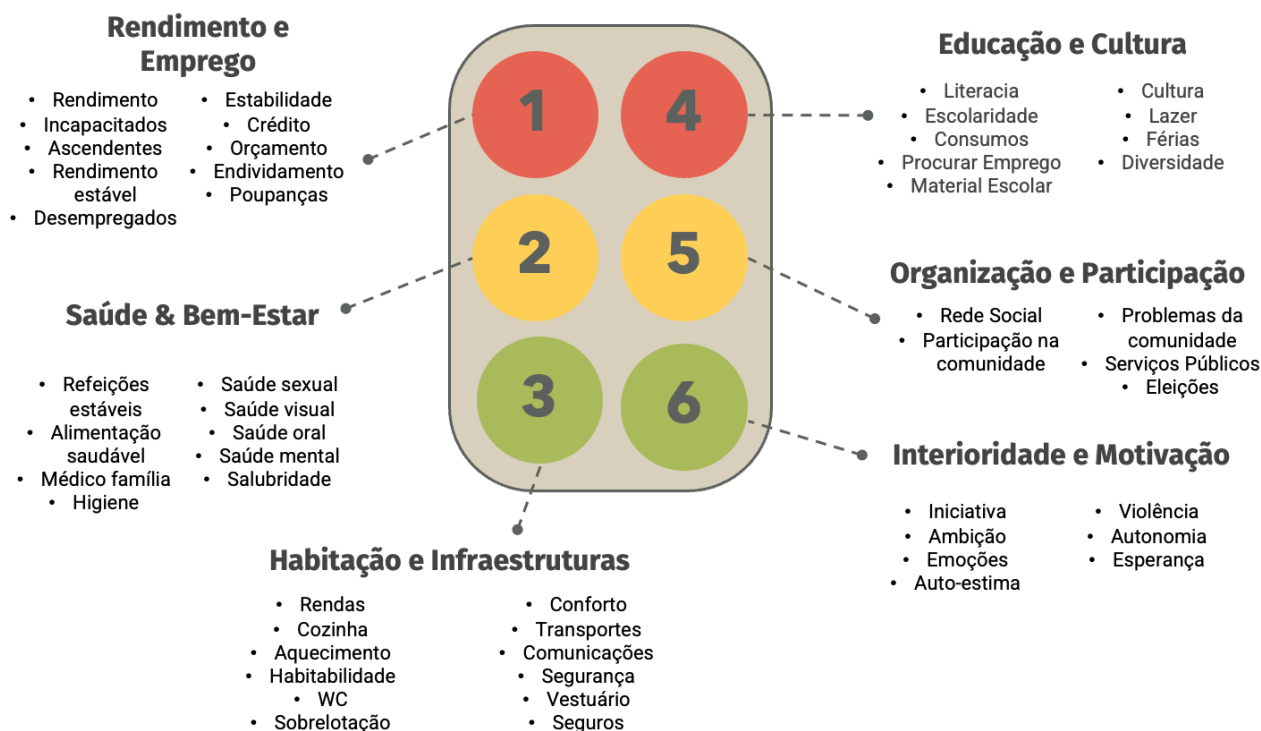
Esta abordagem foi concebida para permitir uma leitura holística, integrada e multidimensional da realidade socioeconómica das pessoas, ultrapassando uma visão exclusivamente económica da pobreza e do bem-estar. Neste sentido, o Semáforo integra diferentes dimensões da vida individual e familiar que influenciam o bem-estar, a estabilidade e a autonomia, reconhecendo a interdependência entre fatores materiais, sociais, relacionais e subjetivos.

No contexto organizacional, o Semáforo tem vindo a assumir particular relevância enquanto instrumento de apoio à tomada de decisão, ao permitir às organizações obter um conhecimento mais aprofundado e sistematizado da realidade socioeconómica dos seus colaboradores. Desta forma, tem vindo a afirmar-se como um instrumento relevante para apoiar as entidades empregadoras na compreensão das necessidades reais das pessoas que integram as organizações, contribuindo para uma utilização mais eficaz e direcionada das políticas e programas e iniciativas de apoio social existentes e de promoção do bem-estar.

A metodologia assenta num processo de autodiagnóstico, materializado através de um questionário composto por 52 indicadores, organizados em seis dimensões (macro) estruturantes da vida individual e familiar, conforme ilustrado na Figura 1.

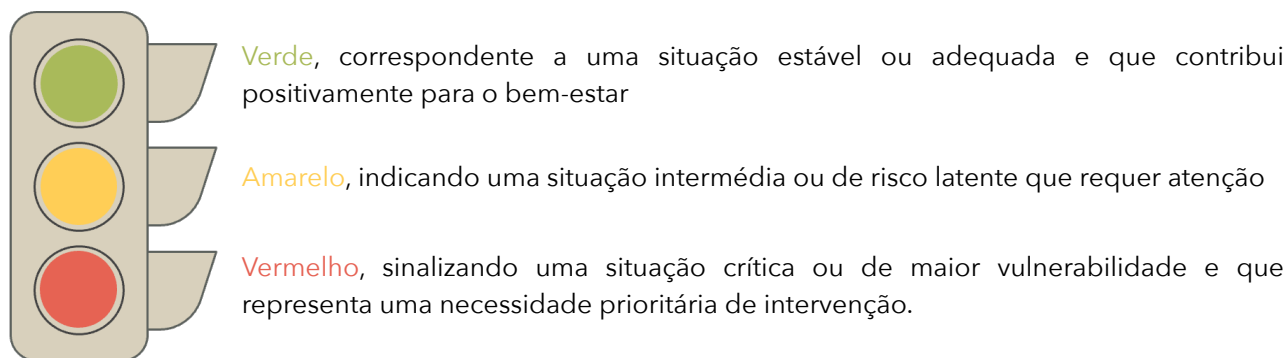
¹ <https://www.povertystoplight.org/en/>

Figura 1 - Dimensões (macro) do Semáforo e respetivos indicadores



Fonte: Autoria própria com base no questionário

Cada indicador descreve uma condição concreta da vida quotidiana do agregado familiar permitindo captar aspetos materiais, sociais, emocionais e relacionais que influenciam o bem-estar e a autonomia das pessoas. As respostas são dadas através de uma escala cromática simples e intuitiva, inspirada na lógica de um semáforo de trânsito.



No final do processo de resposta, cada participante obtém o seu 'mapa de vida', que traduz graficamente o conjunto das suas respostas e que permite identificar, de forma

clara e acessível, as áreas de maior estabilidade e aquelas que carecem de maior atenção. Este mapa constitui um ponto de partida para a priorização consciente de necessidades, promovendo a responsabilização individual e o envolvimento ativo na procura de soluções, preferencialmente através da mobilização de recursos disponíveis na comunidade envolvente e na própria organização. Esta abordagem facilita a compreensão dos resultados por parte dos participantes e promove a sua apropriação, reforçando o carácter pedagógico, reflexivo e capacitador do instrumento.

No âmbito da presente avaliação, o Semáforo foi utilizado não apenas como um instrumento de autoconhecimento individual, mas também como uma ferramenta de análise agregada, possibilitando uma leitura transversal dos resultados por dimensão (macro), por indicador e por tipo de organização. Esta leitura agregada permite identificar padrões, tendências e áreas críticas ao nível das organizações e dos grupos analisados, contribuindo para uma compreensão mais aprofundada das dinâmicas de vulnerabilidade e de bem-estar das empresas participantes.

Deste modo, o processo de avaliação enquadra-se numa lógica de responsabilidade social organizacional, de promoção do bem-estar e de desenvolvimento sustentável, contribuindo para a definição de estratégias de intervenção mais informadas, integradas, preventivas e orientadas para o impacto positivo a médio e longo prazo. Nesta linha, o processo de avaliação implementado visou uma análise comparativa e crítica das respostas obtidas quanto às condições de vida, perfis de bem-estar e de vulnerabilidade dos agregados participantes, em diferentes organizações e contextos, e, por outro, oferecer um quadro de leitura robusto e operacional, orientado para a ação, que permita sustentar recomendações de política interna, intervenção social e estratégias de desenvolvimento humano no seio das organizações.

A avaliação teve, assim, como principais objetivos:

- Apresentar um retrato multidimensional das áreas de maior vulnerabilidade e de bem-estar dos agregados participantes, a partir da identificação de áreas críticas, intermédias e de maior estabilidade, por dimensão e respetivos indicadores do Semáforo.
- Apoiar a definição de estratégias de intervenção, contribuindo para o desenho de políticas organizacionais mais informadas, inclusivas e socialmente responsáveis.

ENQUADRAMENTO CONCEPTUAL E REFERENCIAL DE ANÁLISE

A pobreza e a exclusão social continuam a constituir desafios estruturais em Portugal, apesar dos progressos registados nas últimas décadas. De acordo com os dados oficiais, cerca de 17% da população portuguesa encontrava-se em risco de pobreza² em 2022, e 20,1% das pessoas viviam em risco de pobreza ou exclusão social³ em 2023, (dados referentes a rendimentos de 2022) (ICOR, 2023)⁴. Estes valores evidenciam a persistência de níveis significativos de vulnerabilidade e desigualdade social no país, colocando uma parte expressiva da população perante dificuldades na garantia de condições de vida básicas, mesmo em contexto de crescimento económico.

Para além dos indicadores monetários, a pobreza é hoje amplamente reconhecida como um fenómeno multidimensional, que envolve diferentes formas de privação material social, relacional e simbólica, incluindo o acesso a alimentação adequada, habitação digna, cuidados de saúde, educação, mobilidade, participação social e estabilidade emocional. Esta compreensão implica uma leitura mais ampla e integrada do fenómeno, que ultrapassa uma visão estritamente económica da pobreza e incorpora os múltiplos determinantes do bem-estar humano.

DO RENDIMENTO AO BEM-ESTAR: O QUE SIGNIFICA “VIVER BEM” PARA ALÉM DO RENDIMENTO?

A compreensão do bem-estar humano e das condições de vida tem vindo a evoluir de forma significativa nas últimas décadas, afastando-se progressivamente de abordagens centradas exclusivamente no rendimento e em indicadores económicos tradicionais. A literatura contemporânea sobre desenvolvimento humano demonstra que o nível de rendimento, embora relevante, não é suficiente para compreender se as pessoas vivem bem ou se dispõem das condições necessárias para uma vida digna.

² O risco de pobreza corresponde à percentagem de pessoas com rendimentos abaixo de 60% da mediana nacional após transferências sociais

³ Pessoas em risco de pobreza ou a viver em agregados com intensidade laboral *per capita* muito reduzida ou em situação de privação material e social severa

⁴ https://www.ine.pt/xportal/xmain?DESTAQUESdest_boui=594932217&DESTAQUESmodo=2&xpgid=ine_destaques&xpid=INE&utm_source=chatgpt.com

Esta mudança conceptual assume particular importância num contexto em que persistem situações de pobreza e vulnerabilidade social mesmo em sociedades economicamente desenvolvidas.

Neste enquadramento, a Abordagem das Capacidades (Capability Approach), desenvolvida por Amartya Sen e aprofundada por Martha Nussbaum, constitui um referencial central. Para Sen (1999), o bem-estar deve ser entendido em termos de liberdades substantivas, isto é, da capacidade efetiva das pessoas para fazerem e serem aquilo que valorizam. O foco desloca-se, assim, dos recursos disponíveis para as condições concretas que permitem a sua conversão em oportunidades reais, reconhecendo que indivíduos com níveis semelhantes de rendimento podem experienciar graus muito distintos de bem-estar em função de fatores sociais, institucionais, culturais e pessoais.

Nussbaum (2011) aprofunda esta perspetiva ao introduzir o conceito de florescimento humano (human flourishing), defendendo que o objetivo último das sociedades e das instituições deve ser criar as condições necessárias para que todas as pessoas possam desenvolver plenamente as suas capacidades. A autora identifica um conjunto de capacidades centrais – como a saúde, a integridade física, a regulação emocional, a razão prática, a afiliação social, a participação cívica e o controlo sobre o ambiente material – que constituem pilares essenciais de uma vida com valor e dignidade.

A partir desta perspetiva, a pobreza deixa de ser entendida apenas como insuficiência de rendimento e passa a ser conceptualizada como insuficiência de capacidades (Sen, 1999; Nussbaum, 2011). Uma pessoa pode não ser considerada pobre do ponto de vista monetário e, ainda assim, enfrentar limitações severas no acesso à saúde, à habitação digna, à participação social ou ao bem-estar emocional. Do mesmo modo, o bem-estar não se reduz à ausência de dificuldades ou problemas, mas implica a presença de condições estruturais que sustentem a autonomia, a segurança, a participação e o desenvolvimento pessoal ao longo do tempo.

Este enquadramento teórico revela-se particularmente relevante quando articulado com a realidade da pobreza e da vulnerabilidade social em Portugal. Os dados estatísticos evidenciam que uma proporção significativa da população continua exposta a riscos de pobreza e exclusão social, reforçando a necessidade de instrumentos de diagnóstico capazes de captar a pobreza enquanto fenómeno multidimensional, dinâmico e relacional, tal como defendido pela Abordagem das Capacidades.

É neste contexto que a metodologia Semáforo se inscreve. Ao avaliar dimensões como rendimento, saúde, habitação, educação, participação social e motivação interna, a ferramenta operacionaliza a Abordagem das Capacidades, permitindo uma leitura

integrada e humanizada das condições de vida. O Semáforo não se limita a medir carências materiais, mas avalia a possibilidade concreta de cada pessoa viver uma vida plena, autônoma e socialmente integrada, tornando visíveis simultaneamente vulnerabilidades e recursos existentes.

Agency, esperança e processos de mudança

Importa sublinhar que a identificação de vulnerabilidades, por si só, não é suficiente para promover mudança. A literatura tem demonstrado que processos de intervenção mais eficazes são aqueles que reforçam a capacidade de agência das pessoas, isto é, a sua percepção de controlo, de possibilidade de ação e de orientação para objetivos. Neste sentido, a noção de esperança assume particular relevância enquanto conceito operativo, entendido não como otimismo abstrato, mas como um processo cognitivo e motivacional que integra a capacidade de definir objetivos (agency) e de identificar caminhos para os alcançar (pathways) (Snyder, 2002).

O Semáforo, ao permitir que cada participante visualize o seu mapa de vida, identifique prioridades e reflita sobre possibilidades de mudança, estrutura um processo que vai além do diagnóstico, favorecendo a apropriação dos resultados e o envolvimento ativo na procura de soluções. Deste modo, pode ser compreendido como uma tecnologia de esperança, na medida em que torna visível não apenas onde as pessoas se encontram, mas também aquilo que podem vir a ser, desde que existam condições estruturais adequadas para apoiar esse percurso.

Abordagem centrada nas forças e reconhecimento dos ativos existentes

A leitura proporcionada pelo Semáforo integra igualmente uma abordagem centrada nas forças, ao identificar áreas de estabilidade, competências, motivações e recursos presentes nas pessoas e nas famílias. Esta perspetiva, amplamente sustentada na literatura da intervenção social e comunitária, defende que o reconhecimento de forças e ativos não implica a negação das dificuldades, mas constitui uma base essencial para a construção de respostas mais eficazes e sustentáveis (Saleebey, 2013; Rapp & Goscha, 2012).

Os indicadores classificados como áreas de maior estabilidade (“verdes”) não devem, assim, ser interpretados como meros resultados residuais, mas como ativos sociais, familiares e individuais que podem ser mobilizados em processos de mudança. Esta leitura permite compreender que as famílias não são apenas portadoras de necessidades, mas também de recursos, aspirações e capacidade de adaptação, reforçando uma abordagem que valoriza a dignidade, a participação e o desenvolvimento progressivo das capacidades.

AS EMPRESAS/ORGANIZAÇÕES COMO ECOSSISTEMAS DE VIDA E BEM-ESTAR

Uma segunda chave teórica fundamental para a interpretação dos dados obtidos prende-se com a forma como as empresas e organizações são conceptualizadas. A investigação contemporânea em psicologia organizacional, sociologia do trabalho e ética empresarial tem vindo a demonstrar que as organizações não são apenas unidades económicas, mas verdadeiros ecossistemas de vida, nos quais se constroem – ou fragilizam – condições de bem-estar individual, familiar e social.

Autores como Edmondson (2018), no âmbito da segurança psicológica, ou Brown e Treviño (2006), no domínio da liderança ética, evidenciam que o contexto organizacional influencia profundamente o bem-estar emocional, a aprendizagem, a motivação, a confiança e a capacidade de participação das pessoas. De igual modo, a literatura sobre organizações saudáveis sublinha que as condições de trabalho, as relações interpessoais e a cultura organizacional têm impactos diretos na saúde física, emocional e social dos trabalhadores (Cox & Griffiths, 2010).

Paralelamente, contributos da economia civil e da economia centrada na pessoa defendem que as empresas desempenham um papel ativo na promoção do bem-estar coletivo e na redução das desigualdades sociais (Zamagni, 2010; Yunus, 2017). Neste sentido, os referenciais ESG (Environmental, Social and Governance) reforçam a importância da responsabilidade social interna, destacando o impacto das políticas laborais, salariais, de saúde e de apoio social na qualidade de vida dos colaboradores e das suas famílias.

A vida pessoal e a vida profissional não constituem esferas independentes. A estabilidade económica, a saúde física e mental, a segurança habitacional, as redes sociais e a motivação interna influenciam diretamente o desempenho, o envolvimento e a permanência no trabalho. Inversamente, as decisões organizacionais relativas a salários, horários, benefícios sociais, cultura interna e políticas de apoio repercutem-se de forma direta na vida quotidiana das famílias. Esta interdependência evidencia que as empresas são espaços privilegiados onde o bem-estar se constrói – ou se fragiliza.

Importa, contudo, clarificar que as empresas não substituem o papel do Estado nem dos sistemas públicos de proteção social, nem assumem funções próprias dos serviços sociais. O seu contributo situa-se ao nível da corresponsabilidade, através da criação de condições estruturais que facilitem a conversão de recursos em capacidades, da articulação com outros atores sociais e da adoção de práticas organizacionais que não agravem vulnerabilidades existentes.

A adoção de abordagens diagnósticas como o Semáforo permite tornar visível esta interdependência entre contexto organizacional e condições de vida, oferecendo às empresas uma base empírica sólida para o desenho de políticas de responsabilidade social interna mais informadas, eficazes e alinhadas com os princípios ESG. Ao identificar padrões de vulnerabilidade e de bem-estar de forma agregada, a ferramenta apoia a definição de estratégias que não se limitam à mitigação de riscos, mas que promovem ativamente a confiança, a autonomia e o florescimento humano, contribuindo para a transformação das organizações em verdadeiras comunidades de cuidado.



A traffic light stands on a beach at dusk. The top light is illuminated in red and shaped like a heart. Below it are two unlit circular lights. The background shows waves crashing on a sandy shore under a cloudy, twilight sky. Another traffic light is visible in the distance to the left.

CONCLUSÕES E RECOMENDAÇÕES

CONCLUSÕES E RECOMENDAÇÕES

Como resultado da análise da informação recolhida, analisada e sistematizada no âmbito da aplicação da metodologia Semáforo, é possível identificar um conjunto de conclusões relevantes sobre as condições de vida, os níveis de bem-estar e os fatores de vulnerabilidade dos agregados familiares participantes. Estas conclusões permitem sustentar uma leitura integrada dos resultados e constituem uma base sólida para a reflexão sobre a implementação do projeto e o reforço da sua intervenção futura.

PRINCIPAIS CONCLUSÕES

A análise integrada dos dados recolhidos através da aplicação da metodologia Semáforo permite retirar um conjunto de conclusões relevantes sobre as condições de vida, os níveis de bem-estar e os fatores de vulnerabilidade dos agregados familiares participantes, a saber:

Conclusão 1 - Existência de ativos relevantes e potencial de florescimento humano

A análise integrada dos dados evidencia um padrão globalmente favorável em várias dimensões estruturais e subjetivas da vida, com particular destaque para as dimensões Saúde & Bem-Estar, Habitação e Infraestruturas e Interioridade e Motivação, que apresentam percentagens elevadas de respostas classificadas como verdes. Estes resultados indicam que uma parte significativa dos agregados dispõe de condições relativamente estáveis ao nível da saúde, do contexto habitacional e de recursos internos de resiliência, motivação e sentido de vida. Estas dimensões configuram ativos relevantes para o bem-estar e constituem uma base importante para processos de desenvolvimento e florescimento humano, desde que existam condições estruturais que permitam a sua consolidação e expansão.

Conclusão 2 - O rendimento como principal constrangimento estrutural à conversão de capacidades

Em contraste com o padrão observado noutras dimensões, a dimensão Rendimento e Emprego emerge de forma consistente como a principal área de vulnerabilidade, concentrando a maior proporção de respostas vermelhas e amarelas. Esta fragilidade reflete dificuldades estruturais associadas à suficiência e estabilidade do rendimento, à gestão financeira e à capacidade de poupança, assumindo um impacto transversal nas

restantes dimensões da vida familiar. Os resultados confirmam que o rendimento funciona como um fator instrumental crítico para a conversão de capacidades, condicionando o acesso efetivo a cuidados de saúde, a habitação adequada, ao lazer, à educação e à participação social, mesmo quando estão presentes outros recursos individuais e familiares.

Conclusão 3 - Fragilidades intermédias associadas a constrangimentos de tempo, custo e organização

As dimensões Educação e Cultura e Organização e Participação apresentam um perfil intermédio, caracterizado por fragilidades moderadas mas persistentes. A análise dos resultados sugere que estas limitações não decorrem predominantemente de incapacidade ou desinteresse individual, mas antes de constrangimentos económicos, organizacionais e de disponibilidade de tempo, que restringem o acesso a oportunidades culturais, recreativas e de participação comunitária ativa. Este padrão reforça a importância de uma leitura contextualizada do bem-estar, que considere as condições estruturais que moldam as possibilidades reais de envolvimento social.

Conclusão 4 - Fragilidades específicas e concentradas coexistem com áreas de robustez significativa

A análise por indicador reforça a leitura integrada dos resultados, evidenciando que as fragilidades tendem a ser específicas e concentradas, nomeadamente ao nível da poupança, do orçamento familiar, dos seguros, do aquecimento da habitação, do acesso a cuidados de saúde especializados, das férias e da participação comunitária, coexistindo com áreas de robustez significativa noutras dimensões. Este padrão confirma a existência de potencial de florescimento humano, ainda que condicionado por constrangimentos estruturais que limitam a plena expansão das capacidades das pessoas e das famílias.

Conclusão 5 - Centralidade do contexto organizacional enquanto ecossistema de vida

De forma transversal, os dados apontam para fragilidades que resultam menos de limitações intrínsecas das pessoas e mais de condições contextuais e estruturais, reforçando a pertinência de abordagens multidimensionais ao bem-estar. Neste sentido, os resultados evidenciam também a relevância do papel das organizações enquanto ecossistemas de vida, cujo contexto, políticas e práticas podem funcionar como fatores de proteção ou de risco, influenciando de forma significativa as condições de vida, o bem-estar e as trajetórias das famílias. Esta leitura sustenta a importância de

intervenções organizacionais informadas, articuladas e orientadas para a promoção do desenvolvimento humano.

Em síntese, os resultados da aplicação da metodologia Semáforo evidenciam que as condições de vida e de bem-estar dos agregados familiares analisados se caracterizam por uma combinação de ativos relevantes e fragilidades estruturais, cuja interação condiciona as possibilidades reais de desenvolvimento e florescimento humano. A presença de recursos importantes em dimensões como a saúde, a habitação e a motivação interna confirma a existência de bases sólidas para trajetórias de bem-estar, ao passo que as limitações persistentes ao nível do rendimento, da gestão financeira e do acesso a oportunidades sociais e culturais surgem como constrangimentos centrais à plena conversão dessas capacidades.

Os dados confirmam, assim, que as situações de vulnerabilidade identificadas não decorrem maioritariamente de insuficiências individuais, mas de condições contextuais e estruturais que moldam as oportunidades disponíveis às pessoas e às famílias. Esta leitura reforça a pertinência de abordagens multidimensionais ao bem-estar e sublinha a importância de respostas que atuem não apenas sobre os efeitos da vulnerabilidade, mas sobre os fatores que a produzem e reproduzem ao longo do tempo.

Neste enquadramento, as conclusões apresentadas constituem um suporte empírico claro para a definição de recomendações orientadas para a ação, que tenham em consideração simultaneamente os resultados obtidos, o contexto organizacional em que o projeto se insere e os princípios de responsabilidade social e desenvolvimento humano que o sustentam. As recomendações que se apresentam de seguida procuram, assim, responder de forma direta às principais conclusões identificadas, articulando a mitigação de fragilidades com a valorização de recursos e capacidades existentes, e promovendo intervenções mais informadas, integradas, preventivas e orientadas para o impacto positivo a médio e longo prazo.

PRINCIPAIS RECOMENDAÇÕES

As recomendações que se apresentam de seguida decorrem diretamente das conclusões da avaliação e dos padrões identificados através da aplicação da metodologia Semáforo. Assentam numa lógica de corresponsabilidade, valorizando simultaneamente a mitigação de fragilidades estruturais e a mobilização de recursos e

capacidades existentes, com vista à promoção do bem-estar, da autonomia e do florescimento humano em contexto organizacional.

Recomendação 1 - Valorizar e consolidar os ativos existentes como base para o florescimento humano

Os resultados evidenciam a existência de ativos relevantes nas dimensões da saúde, das condições habitacionais e da motivação interna, que constituem uma base sólida para o bem-estar e o desenvolvimento humano. Recomenda-se que as organizações reconheçam e consolidem estes ativos, evitando abordagens exclusivamente centradas no défice, e promovendo políticas e práticas que reforcem a confiança, a estabilidade e a segurança psicológica dos colaboradores. A valorização destes recursos contribui para a sustentabilidade das trajetórias de bem-estar e potencia a eficácia de intervenções futuras.

Recomendação 2 - Priorizar intervenções estruturais ao nível do rendimento, da estabilidade económica e da proteção social

Considerando que o rendimento e a estabilidade económica emergem como o principal constrangimento à conversão de capacidades, recomenda-se que as organizações priorizem medidas que reforcem a previsibilidade, a proteção e a gestão financeira das famílias. Estas medidas poderão incluir, entre outras, benefícios sociais ajustados, mecanismos de apoio à poupança e à gestão do orçamento, acesso a instrumentos de proteção social e articulação com respostas externas especializadas. Importa sublinhar que estas intervenções não se limitam ao aumento salarial, mas visam criar condições estruturais que reduzam a vulnerabilidade económica e promovam maior segurança a médio e longo prazo.

Recomendação 3 - Reduzir constrangimentos de tempo, custo e organização que limitam o acesso à educação, cultura e participação

Atendendo às fragilidades identificadas nas dimensões da educação, cultura e participação, recomenda-se o desenvolvimento de estratégias que atuem sobre os constrangimentos que restringem o envolvimento social e comunitário, nomeadamente ao nível do tempo disponível, dos custos associados e da organização do trabalho. A promoção de políticas de conciliação, o estabelecimento de parcerias com entidades culturais e comunitárias e a criação de oportunidades acessíveis de participação podem contribuir para reforçar o bem-estar relacional, a pertença e a coesão social.

Recomendação 4 - Intervir de forma focalizada sobre fragilidades específicas identificadas por indicador

A coexistência de áreas de robustez com fragilidades específicas e concentradas recomenda uma abordagem de intervenção focalizada e diferenciada, orientada pelos indicadores críticos identificados (como poupança, orçamento, seguros, aquecimento, acesso a cuidados de saúde especializados, férias e participação comunitária). Recomenda-se que as organizações utilizem os resultados do Semáforo como instrumento de priorização, permitindo desenhar respostas ajustadas às necessidades concretas, evitando soluções generalistas e potenciando uma utilização mais eficiente dos recursos disponíveis.

Recomendação 5 - Reforçar o papel das organizações enquanto ecossistemas de vida e comunidades de cuidado

Os resultados sublinham a centralidade do contexto organizacional enquanto ecossistema de vida, com impacto direto nas condições de bem-estar das pessoas e das famílias. Recomenda-se que as organizações aprofundem uma abordagem integrada de responsabilidade social interna, promovendo culturas organizacionais humanizadas, éticas e orientadas para o cuidado. Este reforço implica criar condições que favoreçam a segurança psicológica, a previsibilidade, o acesso a apoio e a articulação com outros atores sociais, reconhecendo os limites do papel empresarial, mas assumindo a sua responsabilidade na criação de contextos que não agravem vulnerabilidades e que promovam o desenvolvimento humano.

Recomendação 6 - Consolidar o Semáforo como instrumento contínuo de diagnóstico, monitorização e orientação para a ação

Por fim, recomenda-se a consolidação do Semáforo enquanto instrumento de uso continuado, não apenas para diagnóstico pontual, mas como ferramenta de monitorização, aprendizagem organizacional e apoio à decisão. A utilização regular do Semáforo permite acompanhar a evolução das condições de vida e do bem-estar, avaliar o impacto das medidas implementadas e ajustar estratégias de forma informada, preventiva e sustentada, reforçando a capacidade das organizações para promover respostas socialmente responsáveis e orientadas para o impacto positivo.

Em síntese, as recomendações apresentadas assentam numa leitura integrada dos resultados da avaliação e procuram responder de forma direta e fundamentada aos principais padrões de bem-estar e vulnerabilidade identificados. Ao articular a mitigação de fragilidades estruturais com a valorização de recursos e capacidades

existentes, estas recomendações visam apoiar as organizações na definição de estratégias mais informadas, diferenciadas e sustentáveis, alinhadas com os princípios da responsabilidade social, do desenvolvimento humano e do cuidado.

Mais do que propor soluções uniformes, as recomendações reforçam a importância de abordagens contextualizadas e orientadas para a ação, capazes de reconhecer a diversidade de situações vividas pelos agregados familiares e de promover condições que favoreçam a autonomia, a segurança e o florescimento humano. Neste sentido, o Semáforo afirma-se como um instrumento central de apoio à decisão, permitindo transformar informação em conhecimento acionável e sustentar processos de melhoria contínua no seio das organizações.

METODOLOGIA

O processo de avaliação assentou numa abordagem metodológica mista (mixed-methods approach), combinando a aplicação de um questionário estruturado com a análise integrada de dados quantitativos e qualitativos. Esta opção metodológica permitiu obter uma compreensão aprofundada e multidimensional das condições de vida e do bem-estar das pessoas participantes, articulando a identificação de padrões observáveis com a interpretação do significado atribuído às experiências vividas.

A abordagem mista adotada assume um carácter convergente, na medida em que os dados quantitativos e qualitativos foram recolhidos de forma complementar e analisados de modo integrado, possibilitando uma leitura simultaneamente descritiva e interpretativa da realidade analisada. Esta opção revela-se particularmente adequada à avaliação de fenómenos complexos e multidimensionais, como a pobreza e o bem-estar, assegurando coerência entre a metodologia utilizada e o enquadramento conceptual do relatório.

1. Aplicação do Questionário

A recolha de dados foi realizada através da aplicação de um questionário estruturado, baseado na metodologia Semáforo, que avalia um conjunto de indicadores organizados em seis dimensões fundamentais da vida individual e familiar. O questionário foi concebido como um instrumento de autodiagnóstico, permitindo aos participantes avaliar a sua situação em cada indicador de acordo com uma escala

cromática (vermelho, amarelo e verde), correspondente a diferentes níveis de vulnerabilidade ou estabilidade.

A opção por um instrumento de autodiagnóstico visa reforçar a participação ativa dos respondentes e a apropriação dos resultados, promovendo uma leitura reflexiva das próprias condições de vida. Esta abordagem contribui para uma maior consciencialização das áreas de maior fragilidade e de maior estabilidade, favorecendo processos de responsabilização e envolvimento na definição de prioridades e na procura de soluções. A aplicação do questionário decorreu de forma voluntária e confidencial, garantindo o anonimato das respostas e o tratamento agregado da informação recolhida, em conformidade com princípios éticos de respeito, proteção de dados e confidencialidade.

2. Análise de Dados Quantitativa e Qualitativa (Abordagem *Mixed-Methods*)

A análise dos dados seguiu uma lógica de integração entre métodos quantitativos e qualitativos, permitindo uma leitura mais completa e contextualizada dos resultados obtidos.

A componente quantitativa incidiu sobre o tratamento estatístico das respostas ao questionário, nomeadamente a distribuição das respostas por cor, por dimensão, por indicador e por tipologia de organização. Esta análise permitiu identificar padrões globais de bem-estar e vulnerabilidade, bem como diferenças e semelhanças entre grupos, evidenciando áreas críticas, intermédias e de maior robustez, que constituíram a base para a leitura comparativa dos resultados.

Complementarmente, a componente qualitativa baseou-se na análise das respostas abertas associadas às prioridades identificadas pelos participantes, nomeadamente as razões apontadas para a ausência de determinados indicadores e as ações consideradas necessárias para os alcançar. A análise qualitativa seguiu uma lógica de análise temática, permitindo identificar padrões recorrentes e aprofundar a compreensão dos resultados quantitativos, contextualizando-os e clarificando os constrangimentos e recursos subjacentes às respostas obtidas.

A integração das componentes quantitativa e qualitativa permitiu articular os padrões identificados com o significado atribuído pelos participantes às suas condições de vida, reforçando a consistência interpretativa dos resultados. Esta abordagem contribui para uma leitura mais rica e fundamentada das dinâmicas de bem-estar e vulnerabilidade, assegurando coerência entre a metodologia adotada, o enquadramento conceptual e as conclusões e recomendações apresentadas.



PRINCIPAIS RESULTADOS

PRINCIPAIS RESULTADOS

Apresenta-se de seguida os principais resultados obtidos, tendo por base os dados recolhidos por via da aplicação do inquérito 'Semáforo' junto de organizações que integram o ecossistema social avaliado. O número de respostas obtido permite traçar um retrato das condições de vida, necessidades e níveis de bem-estar das famílias inquiridas, constituindo uma base empírica sólida para a identificação de padrões e para a definição de prioridades de intervenção.

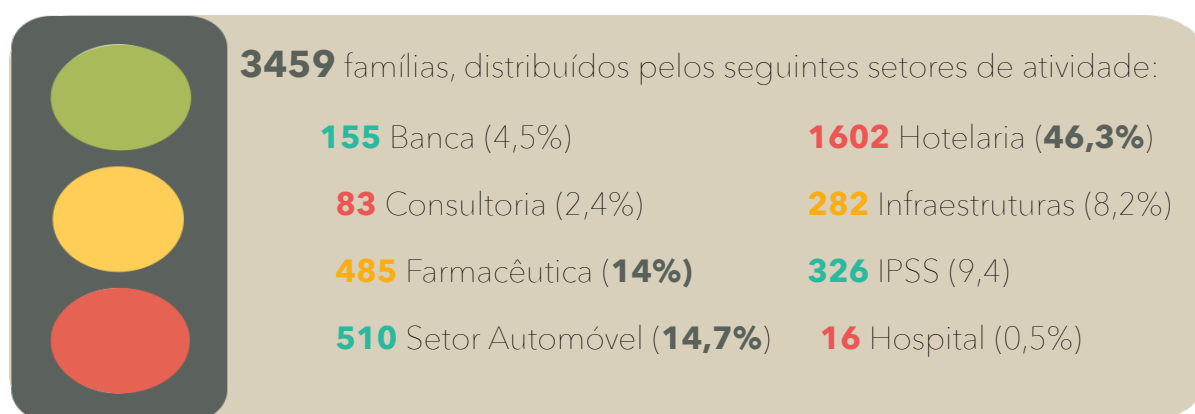
CARACTERIZAÇÃO DA AMOSTRA

A amostra é constituída por um total de 3 459 respostas válidas, resultantes da aplicação do inquérito a famílias/agregados pertencentes a organizações de diferentes setores de atividade, conforme ilustrado na Figura 2. A distribuição das respostas por tipo de organização revela uma participação assimétrica, refletindo a diversidade de setores profissionais e de contextos organizacionais envolvidos na recolha.

As organizações da área da hotelaria apresentam o maior número de respostas (1 602 respostas), representando quase metade do total da amostra. Seguem-se as organizações do setor automóvel (510 respostas) e da área farmacêutica (485 respostas). Em contraste, as consultorias (83 respostas) e os hospitais (16 respostas) apresentam um peso amostral mais reduzido.

Ainda assim, de forma global, a distribuição observada traduz uma amostra diversificada, que permite uma análise comparativa entre setores, ainda que com pesos diferenciados que devem ser considerados na interpretação dos resultados.

Figura 3 - Distribuição das respostas por tipo de organização (N; %)

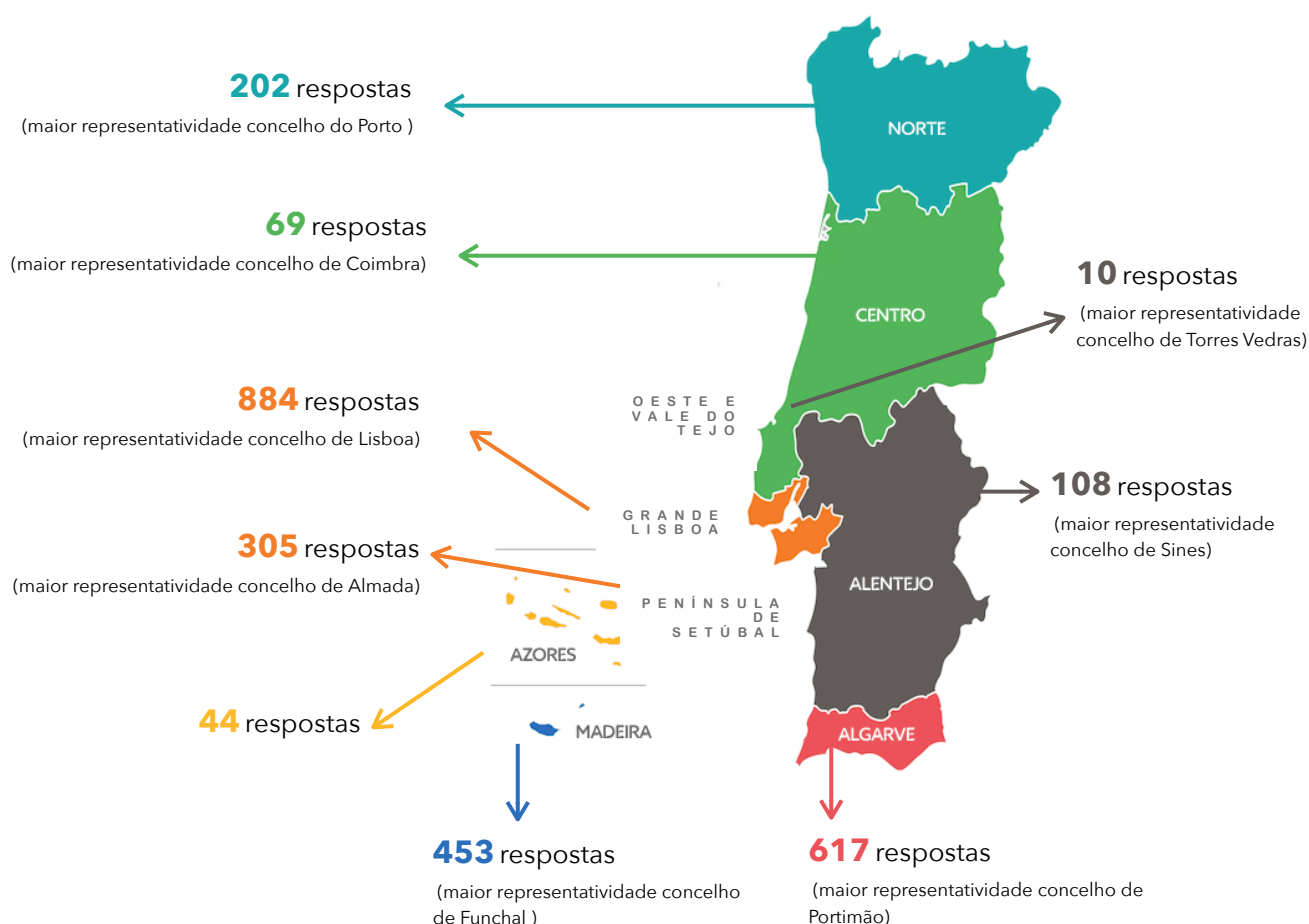


Fonte: Dados do inquérito

A caracterização sociodemográfica das famílias participantes complementa a análise realizada por organização e permite compreender a diversidade dos contextos envolvidos. As respostas recolhidas abrangem agregados residentes em diversos concelhos do país, com representação de todas as regiões, refletindo a abrangência nacional da recolha e a diversidade territorial das famílias inquiridas.

Numa análise por regiões NUTS II, verifica-se que a Grande Lisboa concentra o maior número de respostas (884 respostas), seguida da região do Algarve (617 respostas). A Região Autónoma da Madeira (453 respostas), a Península de Setúbal (305 respostas) e a região Norte (202 respostas) apresentam igualmente uma participação significativa.

Figura 4 - Distribuição das respostas por NUTS II



Fonte: Dados do inquérito

Relativamente à nacionalidade, a grande maioria das famílias inquiridas é de nacionalidade portuguesa (95,1%). Registam-se, no entanto, respostas de famílias oriundas de outros países, designadamente do Brasil (72 respostas) e de países PALOP (31 respostas), o que acrescenta uma dimensão de diversidade cultural à leitura dos dados.

No que respeita à composição familiar, observa-se uma grande variação no número de elementos dos agregados inquiridos, desde agregados unipessoais até agregados com 25 pessoas. Ainda que a maioria dos agregados seja composta por 2 a 3 pessoas (55%), a amplitude observada deve ser considerada na leitura dos resultados, uma vez que as necessidades económicas, habitacionais, educativas e de cuidado tendem a variar em função da dimensão e da estrutura familiar.

O RETRATO GERAL: O QUE NOS DIZ A ANÁLISE DAS 6 DIMENSÕES DE AVALIAÇÃO DO SEMÁFORO?

A análise das respostas obtidas através da aplicação da metodologia Semáforo permite identificar padrões diferenciados de bem-estar e vulnerabilidade nas seis dimensões (macro) de avaliação. A leitura percentual dos níveis vermelho (situação crítica), amarelo (situação de atenção), verde (situação positiva) e não responde evidencia contrastes relevantes entre dimensões, permitindo não apenas identificar áreas de maior fragilidade e de maior estabilidade, mas também compreender como estas dimensões se articulam entre si na configuração das condições de vida dos agregados familiares.

De forma global, a análise apresentada na Tabela 1 evidencia um padrão claro nas respostas obtidas, marcado pela coexistência de bases estruturais relativamente sólidas em algumas dimensões e fragilidades persistentes noutras, revelando um perfil de bem-estar que não é homogéneo, mas antes marcado por equilíbrios frágeis entre recursos disponíveis e constrangimentos estruturais.



3 dimensões fortes: Saúde & Bem-Estar (76,7% verde); Habitação e Infraestruturas (74,7% verde) e Interioridade e Motivação (71,6% verde)



2 dimensões intermédias: Educação e Cultura (23,9% vermelho e amarelo); Organização e Participação (26,1% vermelho e amarelo)



1 dimensão crítica: Rendimento e Emprego (31% amarelo e vermelho)

Tabela 1 - Respostas obtidas, por dimensão (macro) de análise (%)

Dimensão de análise	 Vermelho	 Amarelo	 Verde	Não responde
Rendimento e Emprego	7,1%	23,9%	60,1%	8,9%
Saúde & Bem-Estar	4,3%	14,4%	76,7%	4,6%
Habitação e Infraestruturas	3,6%	17,4%	74,7%	4,3%
Educação e Cultura	5,3%	18,6%	69,5%	6,6%
Organização e Participação	6,2%	19,9%	67,2%	6,7%
Interioridade e Motivação	2,2%	21,2%	71,6%	5,1%

Fonte: Dados do inquérito

A dimensão **Rendimento e Emprego** emerge de forma consistente como a mais crítica entre as seis dimensões analisadas. Para além de apresentar a maior percentagem de respostas vermelhas (7,1%) e amarelas (23,9%), totalizando cerca de 31% de respostas associadas a risco ou vulnerabilidade, regista igualmente a mais elevada taxa de não resposta (8,9%) e a mais baixa percentagem de respostas verdes (60,1%).

Este padrão constitui um forte indicador de fragilidade estrutural nos domínios económico e laboral, refletindo situações de instabilidade de rendimento, insegurança profissional e menor previsibilidade financeira. A conjugação entre níveis elevados de risco e de não resposta sugere, adicionalmente, que esta dimensão é percecionada como sensível e potencialmente geradora de exposição, o que pode dificultar a sua verbalização e reforça a sua centralidade enquanto área prioritária de intervenção.

Em contraste, as dimensões **Saúde & Bem-Estar, Habitação e Infraestruturas e Interioridade e Motivação** apresentam um padrão globalmente mais favorável, com percentagens de respostas verdes superiores a 70%, evidenciando a existência de bases estruturais e subjetivas relativamente consolidadas.

A dimensão **Saúde & Bem-Estar** destaca-se por apresentar a percentagem mais elevada de respostas verdes (76,7%), sugerindo níveis elevados de estabilidade percecionada no acesso à saúde, nos hábitos de bem-estar e nas condições gerais de vida associadas a esta dimensão. Este resultado constitui um importante ativo coletivo, criando condições favoráveis à manutenção da autonomia funcional e do bem-estar global.

De igual modo, a dimensão **Habitação e Infraestruturas** apresenta um padrão favorável (74,7% de respostas verdes), apontando para uma perceção generalizada de estabilidade residencial, segurança e adequação das infraestruturas básicas. Estas condições representam um fator estruturante central para o bem-estar e para a organização da vida familiar.

No que respeita à dimensão **Interioridade e Motivação**, os resultados evidenciam 71,6% de respostas verdes e a mais baixa percentagem de respostas vermelhas (2,2%). Estes dados sugerem a existência de uma base significativa de recursos internos, como resiliência emocional, autoestima e sentido de agência, fundamentais para lidar com adversidades. Contudo, a coexistência de respostas amarelas (21,2%) indica a presença de fragilidades latentes em aspetos como motivação, esperança ou iniciativa, sinalizando a importância de abordagens preventivas e de acompanhamento continuado.

As dimensões **Educação e Cultura e Organização e Participação** situam-se num patamar intermédio, revelando fragilidades moderadas mas persistentes. Na dimensão **Educação e Cultura**, apesar de uma maioria de respostas verdes (69,5%), uma proporção significativa dos agregados (23,9%) apresenta respostas amarelas ou vermelhas, evidenciando dificuldades no acesso, na participação ou no envolvimento em práticas educativas e culturais. A taxa de não resposta (6,6%) reforça a hipótese de existirem barreiras objetivas ou simbólicas associadas a estas áreas.

De forma semelhante, a dimensão **Organização e Participação** apresenta 67,2% de respostas verdes, coexistindo com 26,1% de respostas amarelas e vermelhas. Estes resultados sugerem que, embora a maioria dos agregados se percecionem como integrada, subsiste um conjunto relevante de situações em que a participação social, cívica e comunitária é limitada, o que pode comprometer a construção de redes de apoio, o sentimento de pertença e a coesão social.

Em suma...

- A análise integrada das seis dimensões evidencia um contraste claro entre dimensões socioeconómicas (rendimento) e dimensões estruturais ou emocionais (habitação/saúde). Enquanto **Rendimento e Emprego** emerge como a dimensão mais crítica, **Saúde & Bem-Estar**, **Habitação e Infraestruturas** e **Interioridade e Motivação** apresentam níveis mais elevados de estabilidade.
- As dimensões **Educação e Cultura** e **Organização e Participação** situam-se num patamar intermédio, caracterizado por fragilidades moderadas, que não configuram risco crítico imediato, mas requerem atenção estratégica.
- No seu conjunto, os resultados indicam que as bases estruturais de vida se encontram, em larga medida, asseguradas, coexistindo com fragilidades económicas e de participação que podem comprometer o florescimento dos agregados inquiridos se não forem adequadamente abordadas. Esta leitura reforça a relevância de abordagens multidimensionais ao bem-estar, capazes de identificar tanto riscos estruturais como potencialidades a consolidar.

A análise dos resultados por tipologia de organização (8 no total) permitiu identificar padrões consistentes de semelhança e diferenciação nas respostas, mostrando como o contexto organizacional pode influenciar de forma estruturante as condições de vida e o bem-estar das pessoas.

Importa, contudo, sublinhar que a interpretação comparativa destes resultados deve ser realizada com cautela, atendendo às diferenças significativas no número de respondentes entre as várias tipologias de organizações. Esta diferença pode fazer com que certos padrões pareçam mais ou menos pronunciados do que seriam numa amostra equilibrada, o que limita comparações estatísticas diretas. Nesta linha, privilegiou-se a identificação de tendências gerais, em detrimento de comparações restritas entre setores, destacando-se alguns aspetos mais significativos (ver tabela 2).

- De forma transversal, em todas as tipologias de organizações analisadas a dimensão Rendimento e Emprego tende a concentrar, de modo sistemático, uma maior percentagem de respostas amarelas e vermelhas, embora com intensidades distintas entre setores. Este padrão confirma o carácter estrutural desta dimensão e o seu impacto noutras áreas do bem-estar.
- Por sua vez, as dimensões Saúde & Bem-Estar, Habitação e Infraestruturas e Interioridade e Motivação apresentam, globalmente, uma predominância de respostas verdes, sugerindo a existência de bases relativamente sólidas ao nível da saúde, das condições habitacionais e da resiliência emocional, independentemente do setor de atividade.
- Nas dimensões Educação e Cultura e Organização e Participação, as diferenças entre tipologias organizacionais tendem a ser menos acentuadas, sugerindo que as fragilidades observadas nestes domínios são relativamente transversais. As fragilidades observadas nestes domínios - nomeadamente no acesso ao lazer, às férias e à participação comunitária ativa - surgem de forma relativamente transversal, sugerindo que estas áreas são menos determinadas pelo setor de atividade e mais condicionadas por fatores como a disponibilidade de tempo, a organização da vida quotidiana e a pressão económica global.
- Não obstante a base comum, emergem diferenças relevantes entre tipologias de organizações. Setores como a Banca, o setor de Consultoria e a Indústria Farmacêutica tendem a apresentar níveis mais elevados de respostas verdes nas dimensões económica, educativa, habitacional e de acesso a serviços de saúde,

podendo ser reflexo de uma maior estabilidade laboral, previsibilidade de rendimento, melhores condições habitacionais e melhor acesso a recursos. O facto de apresentarem menor incidência de situações críticas, sugere uma maior capacidade para transformar recursos em bem-estar efetivo. É de reforçar que estes resultados devem ser lidos à luz do volume relativamente mais reduzido de respostas em algumas destas tipologias, o que pode influenciar a expressão percentual dos resultados observados.

- As tipologias como a Hotelaria, o Setor Automóvel e as Infraestruturas evidenciam um padrão de maior heterogeneidade interna, com a coexistência de respostas verdes, amarelas e vermelhas em proporções significativas. Este padrão é particularmente visível nas dimensões Rendimento e Emprego, Habitação e Infraestruturas e Educação e Cultura.
- O caso da Hotelaria destaca-se particularmente pela amplitude da heterogeneidade nas respostas, podendo refletir realidades muito distintas no seio desta tipologia organizacional, associadas à diversidade de funções exercidas, ao fator sazonalidade, a diferentes tipos de vínculo contratual e/ou a níveis salariais diferenciados.
- As IPSS apresentam um perfil específico, caracterizado por fragilidades mais acentuadas ao nível do rendimento e da estabilidade económica (26% de respostas amarelas e vermelhas), quando comparadas com setores privados mais capitalizados. Apesar disso, estas organizações apresentam níveis elevados de respostas verdes em indicadores associados à Habitação, Saúde, Interioridade e Motivação e à Organização e Participação. Estes dados indiciam contextos organizacionais marcados por forte compromisso social e capital relacional, mesmo num contexto com eventuais recursos económicos mais limitados. Tal como nas restantes tipologias, a leitura destes resultados deve ter em conta o número de respondentes e a diversidade interna das organizações incluídas nesta categoria.

Em síntese, os resultados indicam que as diferenças entre tipologias de organizações se manifestam sobretudo em termos de intensidade das fragilidades, e não tanto na sua natureza. Com efeito, algumas dimensões (como é o caso do Rendimento e Emprego e da Educação e Cultura) transcendem o setor de atividade profissional, apontando para desafios estruturais mais amplos.

Deste modo, a leitura cruzada dos resultados por dimensão e por tipologia de organização evidencia a coexistência de recursos relevantes e fragilidades persistentes, sugerindo a presença de um potencial efetivo de bem-estar e

desenvolvimento que, contudo, se encontra condicionado por constrangimentos estruturais, económicos e organizacionais. Esta tensão entre capacidades existentes e limites contextuais reforça a importância de uma leitura integrada dos dados, que permita compreender não apenas onde se situam as vulnerabilidades, mas também em que medida os recursos disponíveis podem, ou não, ser convertidos em bem-estar efetivo e em trajetórias de florescimento humano.

Tabela 2 - Respostas obtidas, por tipologia de organização (%)

Tipologia de Organização		Banca (n=155)	Consultoria (n=83)	Farmacêutica (n=485)	Hospital (n=16)	Hotelaria (n=1602)	Infraestruturas (n=282)	IPSS (n=326)	Setor automóvel (n=510)
Rendimento e Emprego		3%	5%	4%	12%	7%	11%	8%	7%
		15%	21%	23%	30%	25%	26%	18%	28%
		79%	72%	69%	51%	58%	52%	55%	59%
Saúde & Bem-Estar		1%	3%	2%	8%	5%	6%	5%	4%
		8%	17%	12%	15%	15%	17%	12%	17%
		90%	77%	86%	75%	73%	70%	76%	77%
Habitação e Infraestruturas		1%	4%	2%	6%	3%	8%	3%	4%
		10%	16%	16%	20%	18%	21%	14%	20%
		88%	77%	81%	73%	73%	62%	77%	75%
Educação e Cultura		1%	4%	3%	6%	6%	9%	6%	4%
		14%	20%	20%	24%	18%	20%	15%	21%
		80%	73%	75%	68%	69%	64%	66%	69%
Organização e Participação		4%	13%	2%	6%	7%	4%	7%	7%
		19%	29%	18%	26%	20%	19%	16%	23%
		75%	57%	78%	66%	63%	70%	66%	67%
Interioridade e Motivação		1%	5%	2%	0%	2%	3%	3%	2%
		19%	28%	26%	20%	20%	24%	16%	22%
		79%	66%	71%	80%	63%	67%	74%	74%

Fonte: Dados do inquérito

Para além das diferenças observadas, os dados apontam para dinâmicas que atravessam dimensões e contextos organizacionais. Importa desenvolver, em seguida,

uma leitura integrada destes resultados, procurando compreender de que forma o potencial identificado se encontra condicionado por fatores estruturais.

LEITURA INTEGRADA DOS DADOS: POTENCIAL DE FLORESCIMENTO, MAS CONDICIONADO POR CONSTRANGIMENTOS ESTRUTURAIS

A leitura integrada dos resultados obtidos revela um padrão que converge com o enquadramento teórico subjacente a este relatório, em particular a Abordagem das Capacidades de Sen (1999) e o conceito de florescimento humano de Nussbaum (2011). Com efeito, os dados agregados apontam para o facto de uma parte significativa dos agregados inquiridos apresentarem capacidades fundamentais asseguradas, que constituem a base do florescimento humano, nomeadamente no que respeita à saúde, habitação e motivação/interioridade, embora condicionado por fragilidades económicas e por limitações na educação e participação social e cultural.

Segundo Nussbaum (2011), capacidades como a saúde física e mental, a integridade corporal, a segurança material mínima e a regulação emocional são pré-condições essenciais para que outras capacidades possam ser exercidas. Os resultados sugerem que estas condições estruturais e subjetivas se encontram, em larga medida, garantidas, permitindo às pessoas viver com dignidade, estabilidade e autonomia básica. Do ponto de vista da Abordagem das Capacidades, estas dimensões correspondem a *capabilities enabling conditions*, isto é, capacidades que sustentam e viabilizam o desenvolvimento das restantes.

Ainda assim, os dados revelam que os agregados enfrentam fragilidades estruturais, sobretudo nas dimensões económica, educativa e de participação, que podem comprometer ou travar o seu florescimento.

No que se refere às dimensões da Educação e Cultura e Organização e Participação, que apresentam uma proporção relevante de respostas amarelo e vermelho, de acordo com os autores, estão diretamente associadas à liberdade de participação na vida social, cultural e política, sendo determinantes para a expansão das oportunidades individuais (Sen, 1999). Nussbaum (2011) inclui explicitamente a afiliação social, a participação comunitária e o acesso à educação e à cultura entre as capacidades centrais para o florescimento humano. A presença de fragilidades nestas dimensões indica que, embora as bases estruturais estejam asseguradas, a conversão dessas condições em participação ativa e desenvolvimento pleno encontra-se parcialmente condicionada. Este padrão confirma um dos argumentos centrais da Abordagem das

Capacidades, a de que a existência de recursos ou condições básicas não garante, por si só, o exercício pleno das capacidades, sendo necessário considerar os contextos sociais, institucionais e culturais que facilitam ou inibem essa conversão.

Relativamente à dimensão Rendimento e Emprego, emerge como o principal fator limitador do exercício das capacidades dos agregados inquiridos. Este resultado é particularmente coerente com a Abordagem das Capacidades, que reconhece o rendimento não como um fim em si mesmo, mas como um meio instrumental essencial para a expansão de liberdades reais.

Sen (1999) sublinha que a insuficiência ou instabilidade de rendimento restringe a capacidade das pessoas para aceder a bens, serviços e oportunidades, afetando transversalmente outras dimensões do bem-estar. A fragilidade identificada nesta dimensão ajuda a explicar as limitações observadas nas capacidades de participação, educação e cultura, sugerindo que as restrições económicas funcionam como um fator de conversão negativo, travando o pleno florescimento humano.

Neste sentido, a coexistência de dimensões fortes (saúde, habitação e motivação) com uma dimensão económica crítica traduz um cenário amplamente discutido na literatura sobre desenvolvimento humano, o qual assenta na ideia de que as pessoas podem apresentar elevados níveis de resiliência, saúde e estabilidade emocional, coexistindo com vulnerabilidades económicas que limitam a realização plena do seu potencial. Este padrão reforça a ideia de que o florescimento humano não depende apenas da ausência de carências extremas, mas da articulação equilibrada entre capacidades básicas, relacionais e instrumentais.

Em síntese, a leitura integrada dos dados revela a coexistência de bases sólidas de bem-estar e resiliência com constrangimentos estruturais persistentes que limitam a plena conversão das capacidades em oportunidades efetivamente vividas. Este padrão evidencia que o potencial de florescimento humano está presente, mas permanece condicionado por fatores económicos, organizacionais e contextuais, que ultrapassam a esfera individual.

Para compreender de forma mais precisa como estes constrangimentos e potencialidades se manifestam no quotidiano das famílias, torna-se, assim, necessário aprofundar a análise ao nível dos indicadores específicos que compõem cada dimensão do Semáforo.

UM OLHAR MAIS APROFUNDADO: O QUE NOS DIZ A ANÁLISE POR INDICADOR?

Para além da leitura agregada por dimensão, apresenta-se neste sub-capítulo uma análise detalhada dos principais resultados obtidos ao nível dos indicadores individuais que compõem cada uma das seis dimensões do Semáforo. Esta leitura permite aprofundar a compreensão dos resultados, identificando de forma mais precisa os domínios específicos onde se concentram as principais fragilidades, situações de atenção e áreas de maior força e/ou estabilidade.

A análise por indicador possibilita distinguir padrões internos que podem permanecer ocultos numa leitura exclusivamente dimensional, evidenciando a heterogeneidade das condições de vida dentro de cada domínio. Ao desagregar os resultados por indicador, torna-se possível compreender quais os fatores concretos que mais contribuem para os níveis de risco ou de estabilidade observados, bem como identificar prioridades de intervenção mais focalizadas e eficazes.

A análise dos dados evidencia, dentro de cada dimensão, a coexistência de realidades distintas, com alguns indicadores a concentrarem fragilidades estruturais e outros a revelarem áreas de maior robustez e potencial de desenvolvimento. Senão vejamos...



SAÚDE & BEM-ESTAR

A análise por indicador nesta dimensão permite distinguir claramente entre comportamentos individuais e acesso a cuidados de saúde. As situações mais críticas, por concentrarem a maior percentagem de respostas vermelhas e amarelas, verificam-se nos indicadores relacionados com o acesso a consultas de **saúde mental** (29%), **saúde oral** (28%), **saúde visual** (27%), sugerindo dificuldades no acesso regular a cuidados especializados numa parte significativa dos agregados participantes.

Ainda que de forma menos significativa, 20%⁵ dos agregados refere que nem todos, ou nenhum, dos membros do agregado têm um **médico de família**/centro de saúde de referência a quem recorrer, indicando dificuldades no acompanhamento médico mais regular.

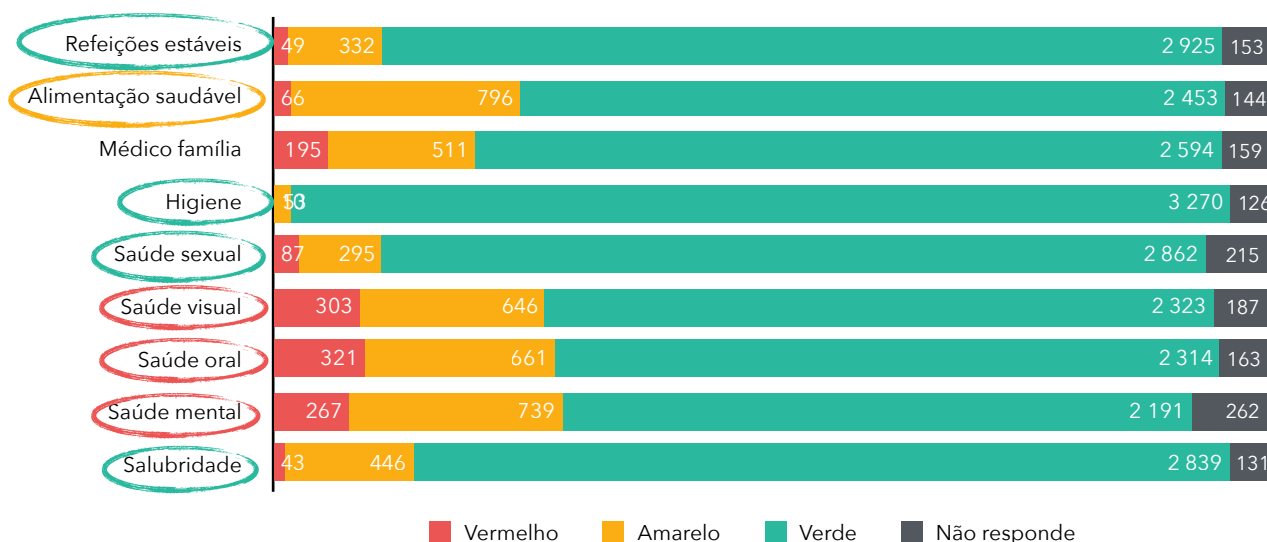
⁵ Referente às respostas vermelho e amarelo

Por sua vez, os indicadores relacionados com comportamentos básicos de saúde e bem-estar concentram as percentagens mais elevadas de respostas verde. De destacar a adoção de boas práticas de **higiene** (95%); a manutenção de **refeições estáveis** (que incluem refeição de carne, peixe ou equivalente vegetariano pelo menos de 2 em 2 dias) (85%); a **salubridade** e saneamento do local onde o agregado vive (82%); e o acesso a cuidados de **saúde sexual** e planeamento familiar (83%), indiciando que os comportamentos básicos de autocuidado e as condições gerais de vida estão amplamente assegurados.

De destacar que, embora a maioria dos agregados consiga manter uma dieta alimentar saudável, variada e equilibrada, o valor mais alto de respostas amarelas no indicador **alimentação saudável** (23%) aponta para o facto de uma parte significativa da amostra desejar ter melhores hábitos alimentares mas não o conseguir, por falta de alimentos ou da organização necessária para o concretizar. Nesta linha, apesar da maioria dos agregados conseguir manter refeições estáveis, nalguns casos nem sempre são de qualidade.

Em síntese, os resultados apresentados sugerem que as fragilidades observadas nesta dimensão estão mais associadas a barreiras estruturais no acesso ao sistema de saúde do que a práticas/comportamentos individuais inadequados por parte dos agregados.

Gráfico 1 - Respostas obtidas na dimensão Saúde & Bem-Estar, por indicador (Nº)

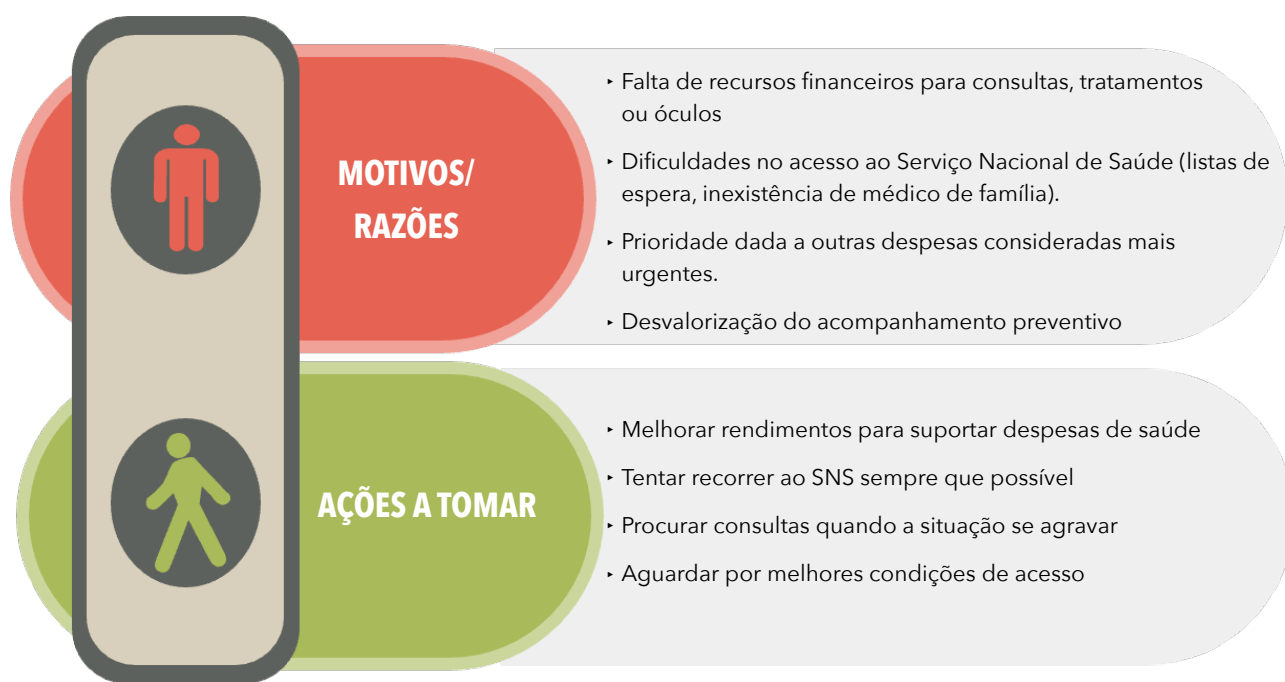


Fonte: Dados do inquérito

NA VOZ DAS FAMÍLIAS...

No que se refere aos indicadores de saúde avaliados de forma menos positiva (saúde mental, saúde oral, saúde visual, médico de família), as famílias participantes reconhecem a sua importância e a existência de fragilidades nestes domínios, contudo identificam uma incapacidade prática de transformar essa consciência em ações concretas, na medida em que consideram que a melhoria da situação está muito associada a fatores externos.

Figura 5 - Principais motivos/razões para as situações críticas ou de atenção na dimensão da Saúde & Bem-Estar e principais ações a tomar (perceção agregados)



Fonte: Dados do inquérito



HABITAÇÃO E INFRAESTRUTURAS

A análise por indicador revela um contraste marcante entre conforto percebido e fragilidades estruturais específicas. Como se observa no gráfico, os indicadores

relacionados com a existência (ou não) de **seguros** de saúde (53%); com o **aquecimento** da casa (37%) e com a existência de condições de **habitabilidade** em todas as divisões da casa (27%) concentram os valores mais elevados de respostas vermelhas e amarelas, apontando para riscos associados à proteção contra eventos de saúde inesperados, a existência de boas condições de conservação da habitação, e a situações de pobreza energética, particularmente relevantes em períodos de maior exigência climática.

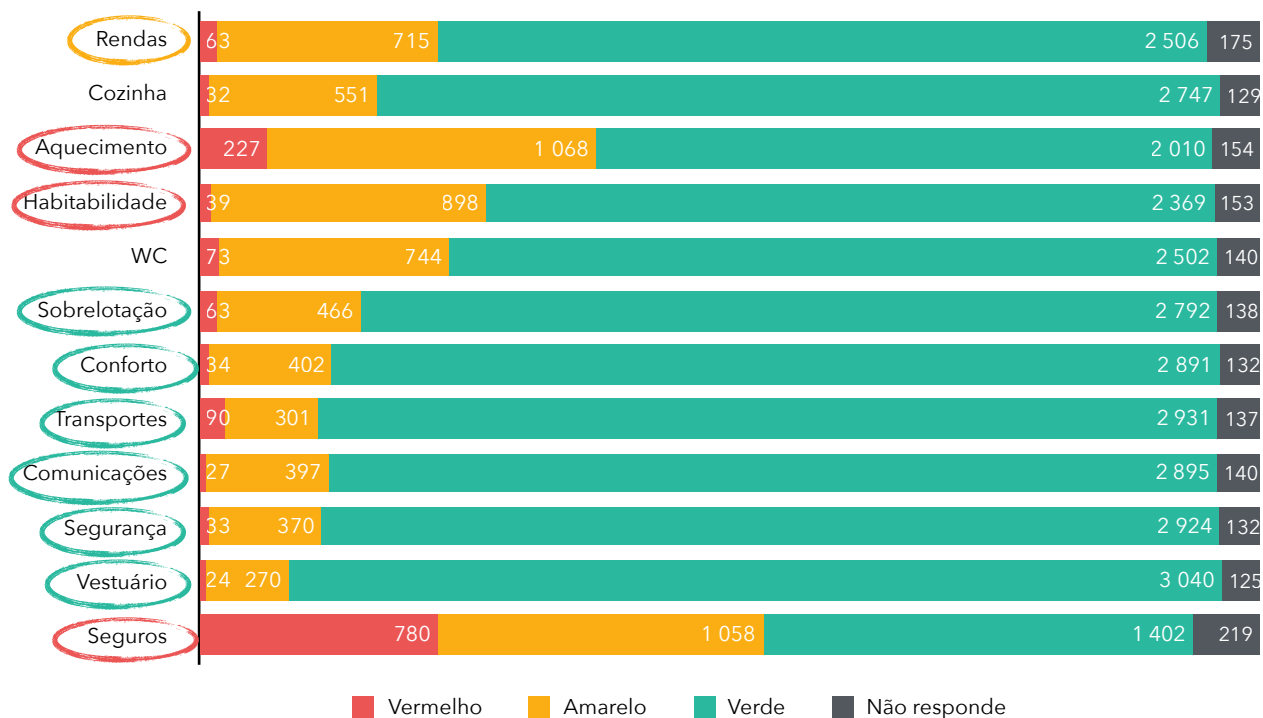
Destaca-se de forma particular, o valor elevado de respostas vermelhas e amarelas no indicador seguros, que surge como o principal ponto de risco estrutural desta dimensão, indicando que a maioria dos agregados inquiridos não têm acesso a seguros de saúde para todos os membros, ou têm seguros mas com cobertura limitada.

Por outro lado, a percentagem significativa de respostas amarelas no indicador **rendas** (21%) sugere a existência de situações de dificuldade em assegurar despesas com a habitação entre os agregados. A leitura conjunta dos indicadores rendas, seguros e aquecimento, parece apontar para o facto de, para uma parte relevante dos agregados, o peso da renda no orçamento familiar ser elevado, podendo constituir-se como um fator de pressão financeira que condiciona outras dimensões de vida, como seja a saúde, lazer, educação, poupanças, entre outras).

Paralelamente, as percentagens de respostas verdes mais elevadas relacionam-se com indicadores de conforto e qualidade de vida, como seja **vestuário** (88%), **segurança** (85%), **transportes** (85%), **comunicações** (84%) e **conforto** (84%), indicando que a maioria dos agregados consultados vive em condições habitacionais globalmente dignas, seguras e confortáveis.

Não obstante, as respostas vermelhas e amarelas revelam que a qualidade estrutural da habitação nem sempre acompanha os níveis de conforto e segurança percebidos, apontando para fragilidades significativas na proteção da saúde, conforto térmico e custos habitacionais, o que pode justificar intervenções focalizadas.

Gráfico 2 - Respostas obtidas na dimensão Habitação e Infraestruturas, por indicador (Nº)

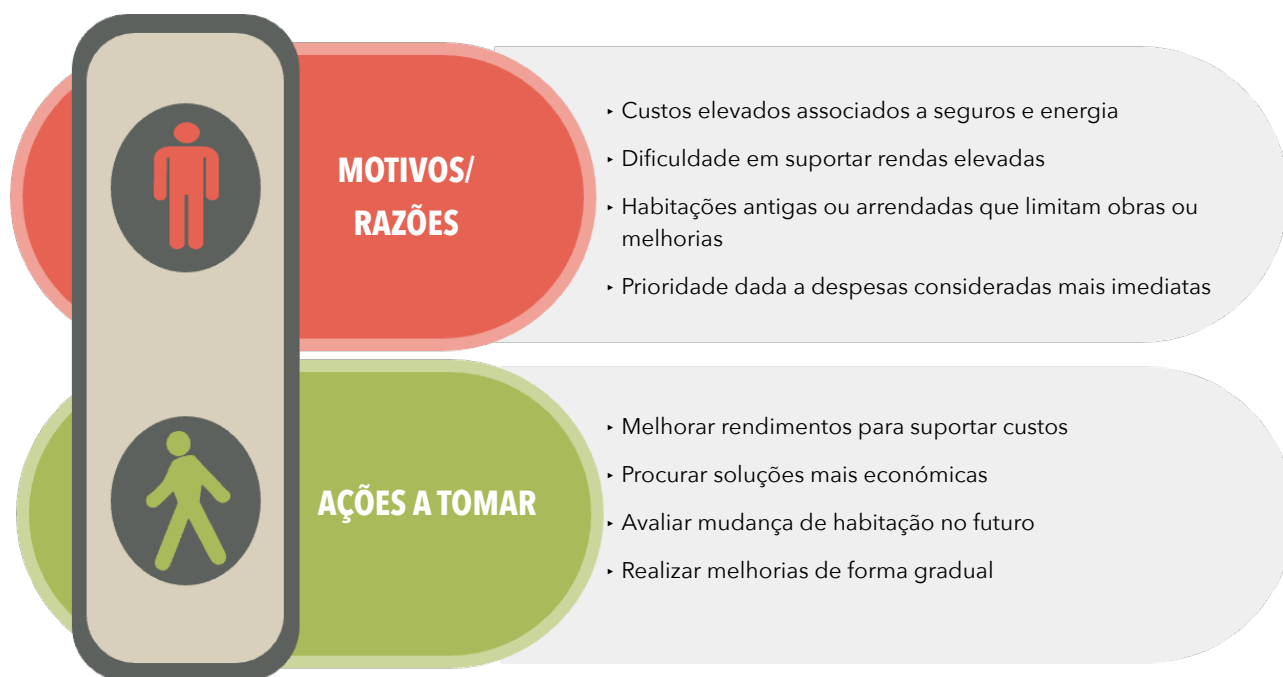


Fonte: Dados do inquérito

NA VOZ DAS FAMÍLIAS...

Relativamente aos indicadores de Habitação e Infraestruturas mais frágeis, as respostas obtidas indicam que a maioria das famílias dispõe de habitação adequada e funcional, com condições adequadas de segurança e conforto. Contudo, os custos associados à habitação exercem uma pressão financeira significativa, reduzindo a capacidade de proteção face a imprevistos e limitando o investimento em melhorias ou soluções de médio prazo.

Figura 6 - Principais motivos/razões para as situações críticas ou de atenção na dimensão Habitação e Infraestruturas e principais ações a tomar (perceção agregados)



Fonte: Dados do inquérito



INTERIORIDADE E MOTIVAÇÃO

A análise das respostas obtidas indica que os indicadores críticos (correspondentes a um maior número de respostas vermelhas) são relativamente poucos e concentrados, o que pode significar que as dificuldades emocionais e motivacionais mais severas estão limitadas a grupos pequenos.

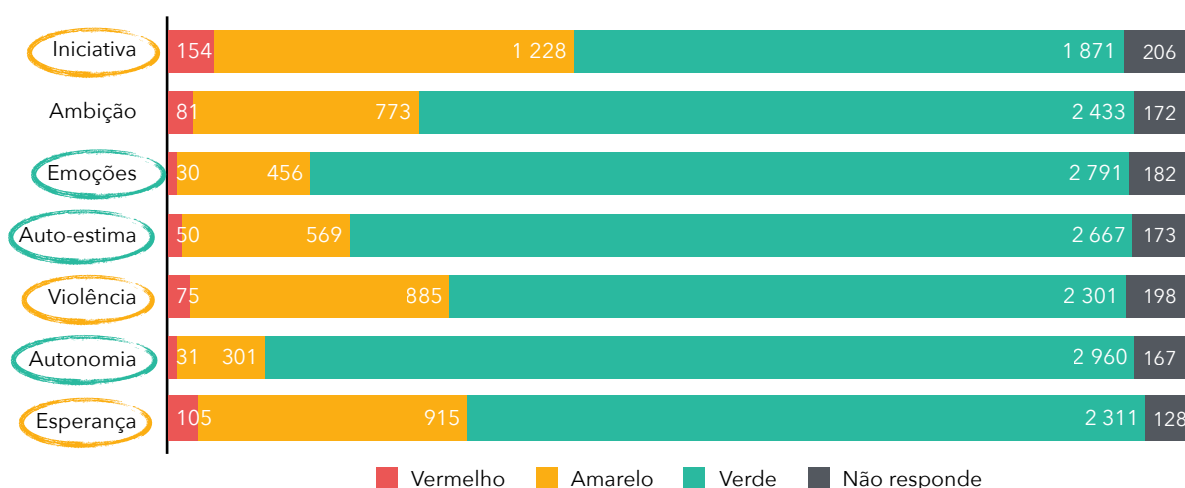
A análise do gráfico permite identificar alguns indicadores com valores de respostas amarelas significativos, como é o caso da **iniciativa** (36%), **esperança** (26%), **violência** (26%) e **ambição** (22%). Este padrão de respostas sugere a existência de fragilidades latentes (mais do que situações de risco severo), manifestadas em dúvidas em relação ao futuro (esperança), dificuldades em definir metas e objetivos para o futuro (iniciativa), e dificuldade em encarar os desafios com confiança (ambição).

No caso particular do indicador violência, o maior número de respostas amarelas pode apontar para a existência de contextos de tensão percecionada ou exposição moderada à violência, mais do que situações críticas generalizadas, com potencial impacto nos níveis de motivação, esperança e capacidade de iniciativa, o que pode justificar uma abordagem preventiva.

Em contrapartida, os indicadores **autonomia** (86%), **emoções** (81%) e **autoestima** (77%) apresentam percentagens elevadas de respostas verde, evidenciando uma base sólida de saúde emocional e capacidade de autorregulação.

No seu conjunto, os resultados indicam que, apesar de pequenas vulnerabilidades emocionais, em casos específicos, e de alguma incerteza face ao futuro, as famílias inquiridas parecem demonstrar boa capacidade de resiliência, autoestima e autonomia, constituindo uma base favorável para intervenções de carácter preventivo e promotor da motivação.

Gráfico 3 - Respostas obtidas na dimensão Interioridade e Motivação, por indicador (Nº)



Fonte: Dados do inquérito

NA VOZ DAS FAMÍLIAS...

As respostas obtidas revelam que as fragilidades identificadas pelos agregados são maioritariamente de natureza latente, sugerindo que a motivação e a esperança dependem fortemente da melhoria das condições estruturais e do contexto de vida, mais do que por limitações intrínsecas das pessoas.

Figura 7 - Principais motivos/razões para as situações críticas ou de atenção na dimensão Interioridade e Motivação e principais ações a tomar (perceção agregados)



Fonte: Dados do inquérito



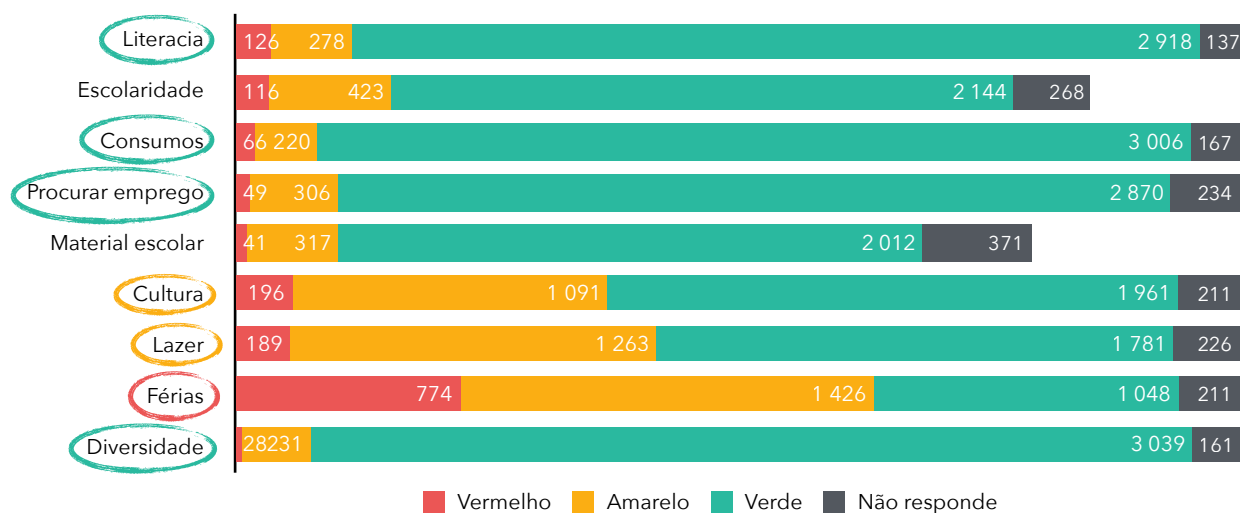
EDUCAÇÃO E CULTURA

A análise das respostas obtidas indica que as maiores fragilidades nesta dimensão se situam no acesso a **férias** (64% respostas vermelhas e amarelas) e a experiências de **cultura** (32% respostas amarelas) e **lazer** (37% respostas amarelas). Este padrão de resposta parece evidenciar a existência de possíveis desigualdades no acesso e participação cultural, recreativa e de lazer entre os agregados inquiridos.

Em contraste, os indicadores relacionados com a adoção de atitudes positivas perante a **diversidade** (88%), a prática de **consumos** responsáveis (87%), a **literacia** (84%) e a capacidade de **procurar emprego** (83%) apresentam níveis elevados de respostas verdes, demonstrando que, na sua maioria, as famílias apresentam competências individuais, valores positivos e capacidade de auto-organização.

De uma forma geral, o contraste nas respostas por indicador revela que o principal constrangimento nesta dimensão não parece residir nas capacidades individuais dos agregados, mas sim no acesso a oportunidades culturais e recreativas, frequentemente condicionado por fatores económicos e/ou logísticos/de mobilidade.

Gráfico 4 - Respostas obtidas na dimensão Educação e Cultura, por indicador (Nº)

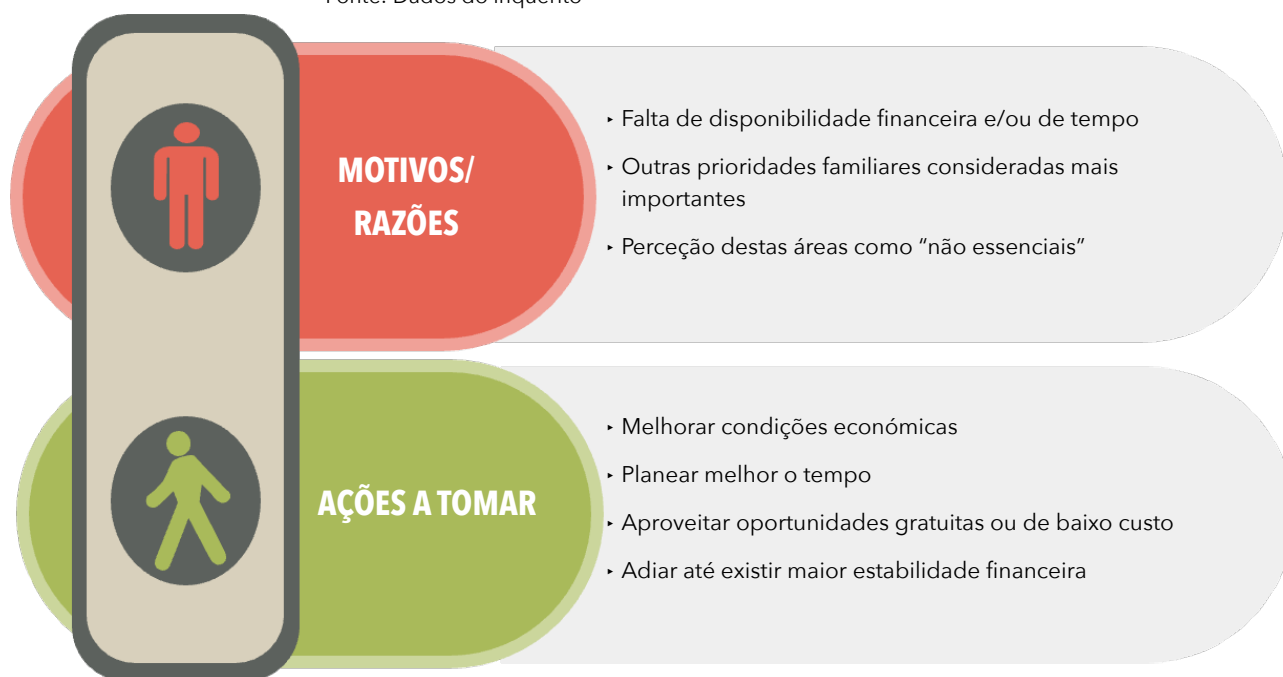


Fonte: Dados do inquérito

NA VOZ DAS FAMÍLIAS...

As fragilidades identificadas pelos agregados nos indicadores mais críticos nesta dimensão decorrem maioritariamente de constrangimentos económicos e organizacionais, nomeadamente limitações financeiras e de disponibilidade de tempo, (mais do que limitações individuais ou falta de interesse) que condicionam o acesso ao lazer e à participação cultural.

Figura 8 - Principais motivos/razões para as situações críticas ou de atenção na dimensão Educação e Cultura e principais ações a tomar (perceção agregados)



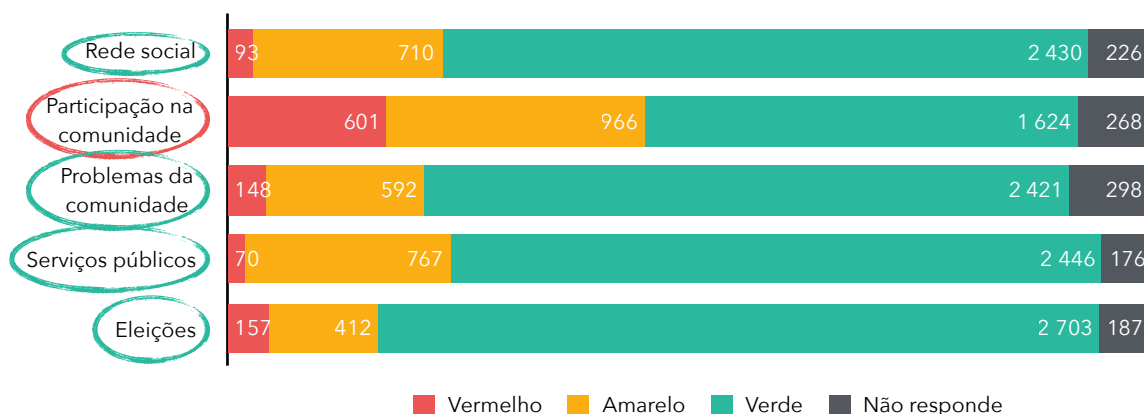
ORGANIZAÇÃO E PARTICIPAÇÃO

A análise por indicador revela a **participação na comunidade** como o principal ponto crítico nesta dimensão, acumulando valores elevados de vermelho e amarelo (45%). Este resultado indica a existência de fragilidades ao nível da participação cívica e comunitária, apesar da existência de redes sociais informais, o que poderá refletir redes sociais pouco robustas e/ou baixo envolvimento formal.

Paralelamente, indicadores como **participação eleitoral** (78%), boa relação com os **serviços públicos** (71%), existência de **rede social** por via da participação em grupos (in)formalmente constituídos⁶ (70%) e capacidade de resolução de **problemas na comunidade** (70%) apresentam elevados percentagens de respostas verdes, sugerindo confiança nas instituições, satisfação com os serviços públicos e integração social ao nível informal.

⁶ Refere-se a associações, clubes desportivos e/ou grupos de interesses ou religiosos

Gráfico 5 - Respostas obtidas na dimensão Organização e Participação, por indicador (Nº)

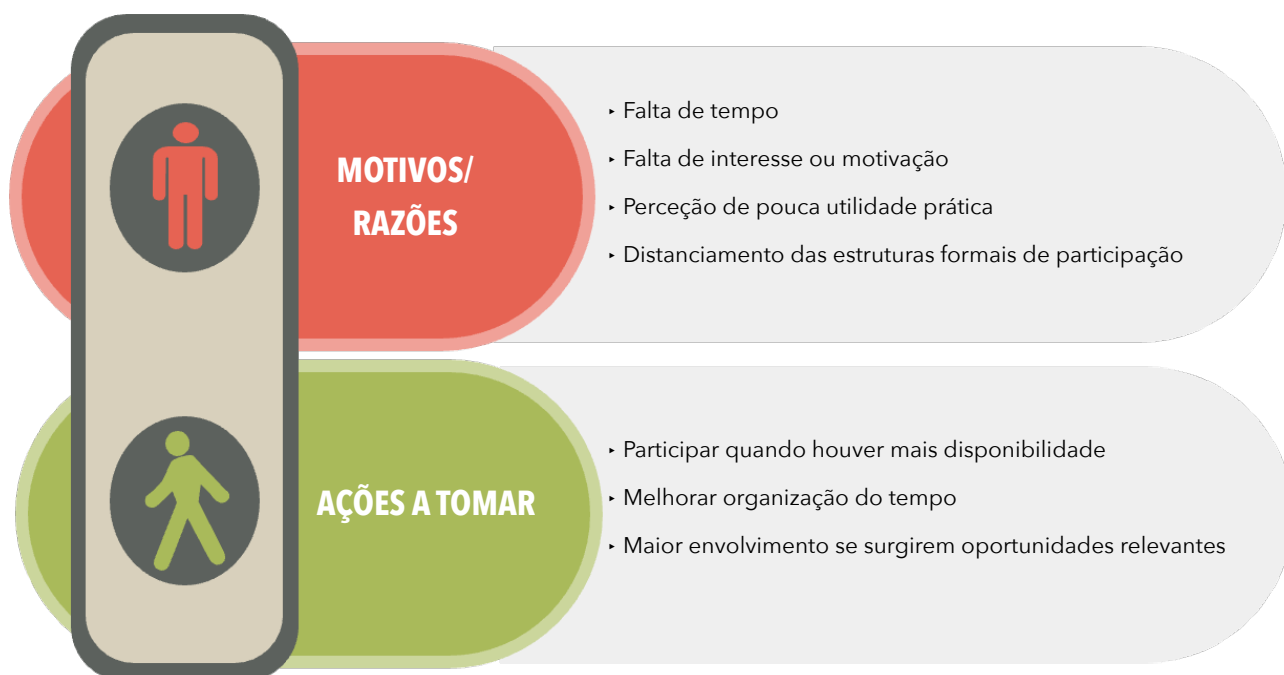


Fonte: Dados do inquérito

NA VOZ DAS FAMÍLIAS...

As fragilidades identificadas nesta dimensão refletem limitações na participação comunitária ativa e estruturada, que decorrem sobretudo de constrangimentos organizacionais, disponibilidade limitada de tempo e perceção reduzida de utilidade prática da participação formal. Desta forma, a baixa participação na comunidade não parece associar-se a isolamento social ou à ausência de redes sociais ou de integração, revelando uma participação mais reativa do que proativa.

Figura 9 - Principais motivos/razões para as situações críticas ou de atenção na dimensão Organização e Participação e principais ações a tomar (perceção agregados)



Fonte: Dados do inquérito



RENDIMENTO E EMPREGO

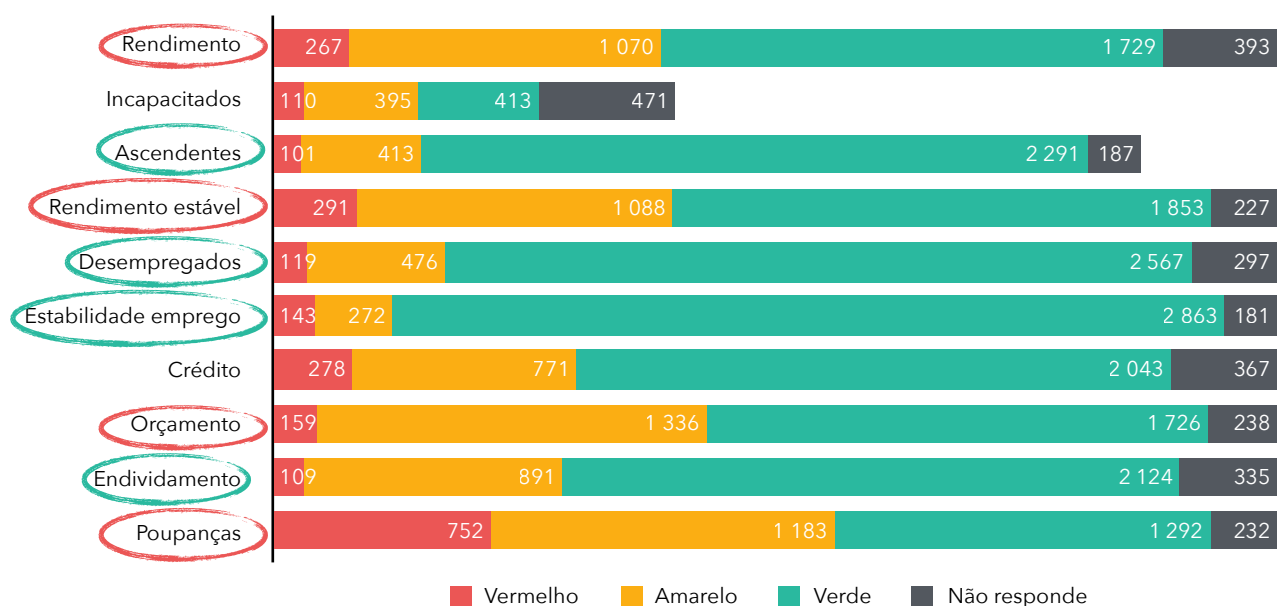
As respostas obtidas mostram que os valores mais elevados de respostas de vermelho e amarelo concentram-se, na sua maioria, nos indicadores associados a literacia e gestão financeira, nomeadamente capacidade de **poupança** para emergências ou eventos inesperados (56%); gestão adequada do **orçamento** familiar de acordo com o rendimento (43%); **estabilidade do rendimento** ao longo do ano (40%); e manutenção dos níveis do **rendimento** anual do agregado acima da linha de pobreza para Portugal (39%).

Importa salientar que estas fragilidades se manifestam não apenas em situações críticas, (referente às respostas vermelhas) mas também em situações de atenção e/ou risco latente (referente às respostas amarelas), o que sugere que a fragilidade económica parece não se circunscrever apenas a um grupo restrito dos agregados. Não obstante, a coexistência de uma percentagem significativa de respostas verdes e vermelhas em alguns indicadores, como é o caso do acesso a crédito, gestão do orçamento e rendimento estável, evidencia uma heterogeneidade significativa entre os agregados inquiridos no que se refere à capacidade de gestão financeira. Ou seja, apesar da vulnerabilidade económica verificada numa parte dos agregados, os dados apontam para a existência de um grupo significativo com boa capacidade de gestão e planeamento financeiro, apontando para a necessidade de intervenções diferenciadas.

Por contraste, os indicadores relacionados com o emprego (nomeadamente a **estabilidade laboral** de pelo menos um elemento do agregado - 83% e membros do agregado **empregados**⁷- 74%); com a ausência de **endividamento** (61%) e com a ausência de idosos/**ascendentes** a cargo dependentes de cuidados na estrutura familiar (66%), apresentam uma percentagem mais elevada de respostas verde. Estes resultados indicam que um grupo significativo das famílias participantes apresenta inserção laboral estável, condições relativamente seguras de emprego e capacidade de cumprir com os seus compromissos financeiros (pagamento de empréstimos/créditos e prestações).

⁷ O indicador 'desempregados' refere-se ao facto de todos os elementos do agregado familiar, com idade para trabalhar estarem (ou não) efetivamente a trabalhar por conta de outrem ou por conta própria todos os meses possíveis

Gráfico 6 - Respostas obtidas na dimensão Rendimento e Emprego, por indicador (Nº)



Fonte: Dados do inquérito

NA VOZ DAS FAMÍLIAS...

As respostas dos agregados evidenciam fragilidades estruturais ao nível do rendimento e da estabilidade laboral, refletindo limitações na capacidade de assegurar previsibilidade financeira e margem de gestão do orçamento.

Estas fragilidades estão predominantemente associadas a fatores económicos e ao contexto do mercado de trabalho, mais do que a limitações individuais, assumindo um carácter transversal com impacto nas restantes dimensões do bem-estar.

Figura 10 - Principais motivos/razões para as situações críticas ou de atenção na dimensão Rendimento e Emprego e principais ações a tomar (perceção agregados)



Fonte: Dados do inquérito

O presente relatório evidencia que as condições de vida e de bem-estar das famílias analisadas não podem ser compreendidas a partir de uma lógica linear ou exclusivamente económica. Os resultados mostram a coexistência de recursos relevantes, estabilidade em dimensões estruturais e fortes capacidades internas, com fragilidades persistentes que resultam, sobretudo, de constrangimentos económicos, organizacionais e contextuais. Esta combinação confirma que o potencial de bem-estar e de florescimento humano está presente, mas permanece condicionado por fatores que ultrapassam a esfera individual.

A aplicação da metodologia Semáforo permitiu tornar visível esta complexidade, oferecendo uma leitura multidimensional, integrada e humanizada das condições de vida. Mais do que identificar vulnerabilidades, o Semáforo revelou capacidades, motivações e recursos que podem ser mobilizados, desde que existam condições estruturais adequadas para a sua conversão em oportunidades reais. Neste sentido, afirma-se como um instrumento que promove conhecimento acionável, reforça a apropriação dos resultados e apoia processos de decisão mais informados e responsáveis.

O relatório reforça, assim, a relevância do papel das organizações enquanto ecossistemas de vida, capazes de influenciar de forma significativa as trajetórias de bem-estar das pessoas e das famílias. Ao reconhecer simultaneamente limites e potencialidades, este trabalho contribui para uma abordagem mais integrada da responsabilidade social, centrada não apenas na mitigação de riscos, mas na criação de condições que favoreçam a autonomia, a confiança e o desenvolvimento humano. O Semáforo afirma-se, deste modo, como uma verdadeira tecnologia de esperança, ao mostrar onde estamos, mas também ao abrir caminhos para aquilo que podemos vir a ser.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS E SITES CONSULTADOS

Brown, M. E., & Treviño, L. K. (2006). Ethical leadership: A review and future directions. *The Leadership Quarterly*, 17(6), 595-616. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.leaqua.2006.10.004>.

Cox, T., & Griffiths, A. (2010). Work-related stress: A theoretical perspective. In S. Leka & J. Houdmont (Eds.), *Occupational health psychology* (pp. 31-56). Wiley-Blackwell.

Edmondson, A. (2018). *The fearless organization: Creating psychological safety in the workplace for learning, innovation, and growth*. Wiley.

Instituto Nacional de Estatística. (2023). Indicadores de condições de vida e rendimento (ICOR). INE. <https://www.ine.pt>

Nussbaum, M. C. (2011). *Creating capabilities: The human development approach*. Harvard University Press.

Rapp, C. A., & Goscha, R. J. (2006). *The strengths model: Case management with people with psychiatric disabilities* (2nd ed.). Oxford University Press.

Saleebey, D. (2013). *The strengths perspective in social work practice* (6th ed.). Pearson.

Sen, A. (1999). *Development as freedom*. Oxford University Press.

Snyder, C. R. (2002). Hope theory: Rainbows in the mind. *Psychological Inquiry*, 13(4), 249-275. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1304_01

Yunus, M. (2017). *A world of three zeros: The new economics of zero poverty, zero unemployment, and zero net carbon emissions*. PublicAffairs.

Zamagni, S. (2010). *Economia civil: Eficiência, equidade, felicidade pública*. Cidade Nova.

Declaração:

A IA (ChatGPT) foi utilizada exclusivamente para apoiar a estrutura do relatório e a formatação bibliográfica. O conteúdo intelectual do mesmo é inteiramente da autoria das autoras.

CONTACTOS

FCH

FACULDADE DE CIENCIAS HUMANAS
UNIVERSIDADE CATÓLICA PORTUGUESA
NIF: 501082522

AUTORES

ANA OLIVEIRA
ANA ISABEL CARLOS



CATÓLICA
FACULDADE DE CIÊNCIAS HUMANAS

LISBOA

