



# Relatório "A Demografia e os Desafios à Economia"

SEMINÁRIO *"Demografia e Economia nos Territórios e na Baixa Densidade"*

22-23 MAIO 2026 · CASTELO BRANCO

JOSÉ ANTÓNIO CORTEZ



# Um Problema Europeu

## Peso na População Mundial

**5,7%** hoje → **3,7%** em 2070. A União Europeia perde progressivamente expressão demográfica à escala global.

## Envelhecimento Acelerado

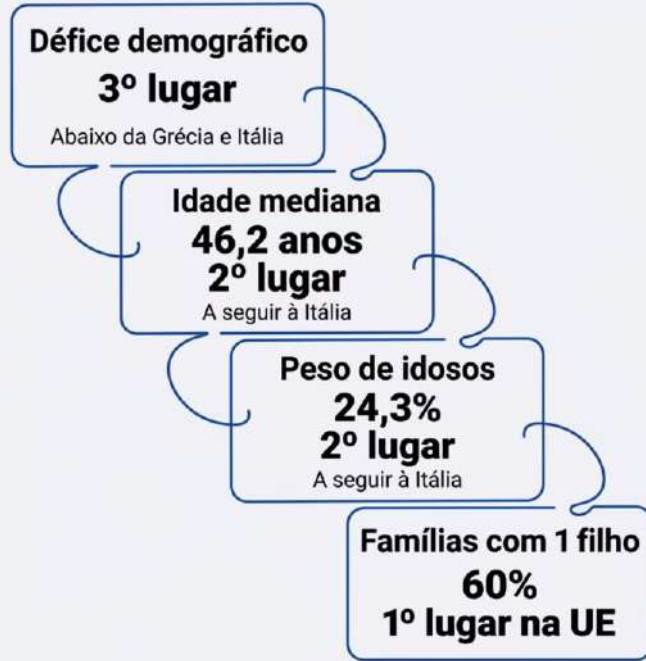
Saldo natural negativo, parcialmente compensado por imigração. Hoje **21%** tem mais de 65 anos; em 2070 serão mais de **30%**.

## Idade Mediana em Alta

Já atingiu os **42,2 anos**, enquanto a população em idade ativa (16–65 anos) continua a diminuir, pressionando os sistemas de proteção social.

# Portugal: Um Posicionamento Agravado

Portugal acompanha as tendências europeias, mas com indicadores sistematicamente piores do que a média da U.E.



## 3.º Maior Défice Demográfico

Saldo natural negativo, apenas superado pela Grécia e pela Itália.

## 2.ª Idade Mediana Mais Alta

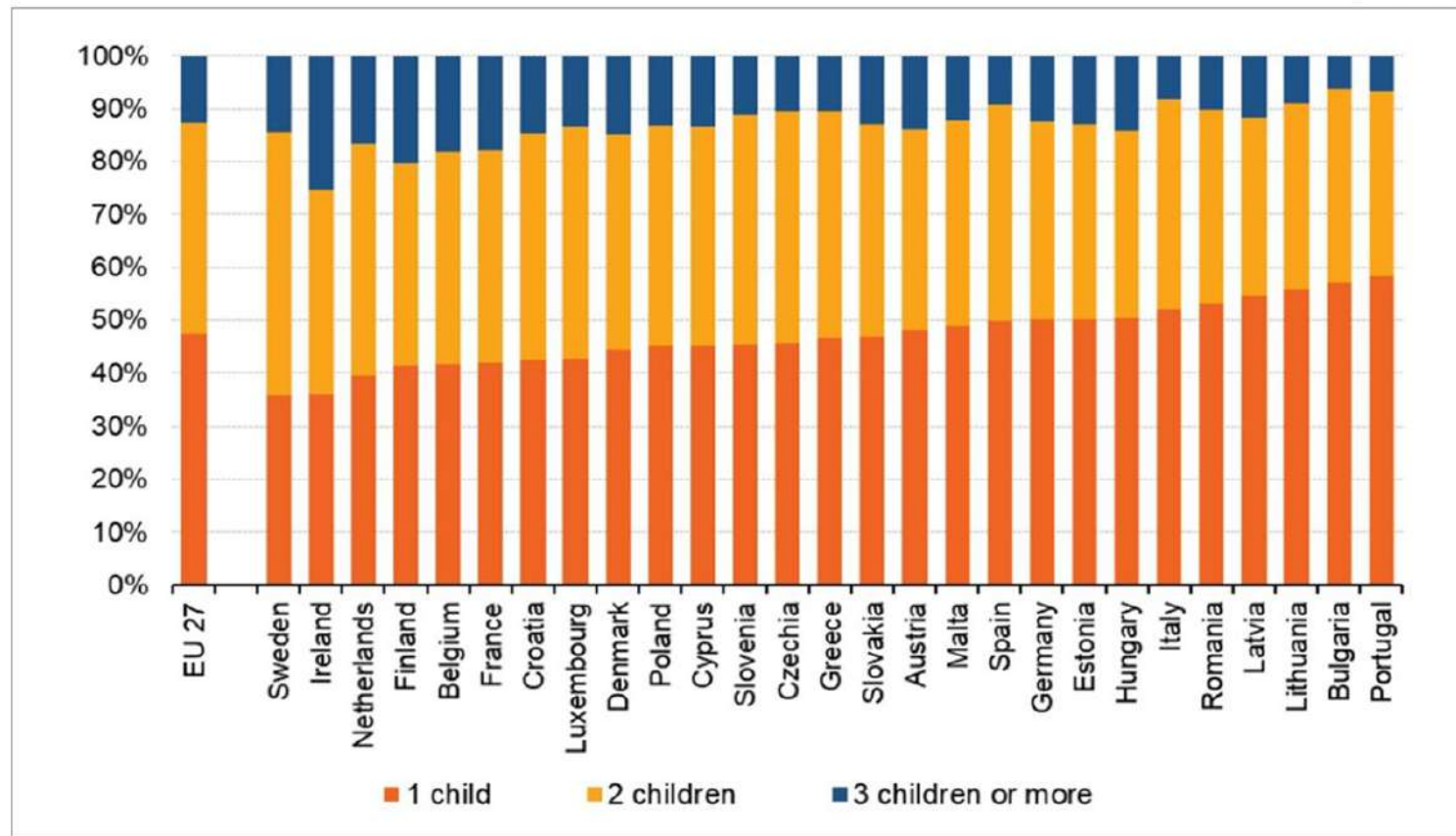
46,2 anos — a segunda mais elevada da U.E., logo a seguir à Itália.

## 60% com Apenas 1 Filho

Portugal lidera na U.E. na percentagem de agregados familiares com um único filho.

# Agregado familiar por número de filhos nos países da U.E.

(ano 2019)



# Projeções até 2070: Portugal Agrava-se

**-14%**

## Redução da População

Queda na população residente, face a apenas -5% na média da U.E.

**-26,7%**

## Pop. em Idade Ativa

Quebra muito acima dos -15% verificados na média europeia.

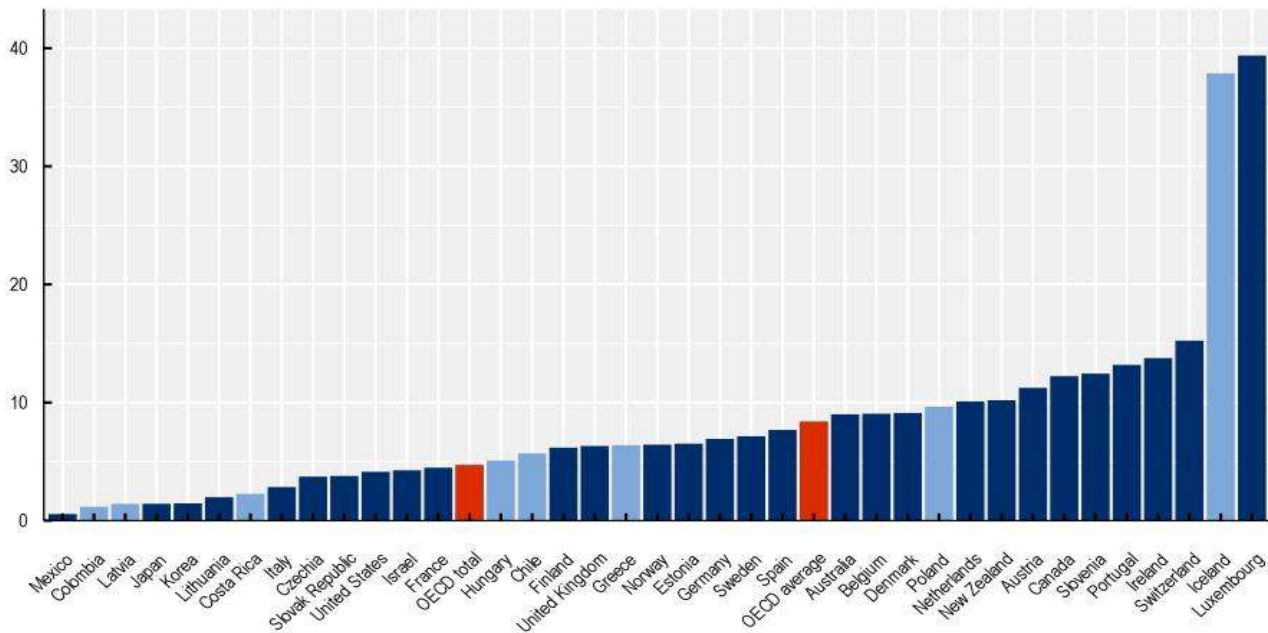
**67,8**

## Índice de Dependência

Idosos por cada 100 pessoas em idade ativa — o mais elevado da U.E. em 2070.



## Percentagem dos imigrantes permanentes na população total dos países da OCDE (2024)



Note: Light blue columns are unstandardised data. "OECD average" refers to the unweighted (simple) average of the ratios (per thousand population) across all OECD countries shown in the graph.

Source: OECD (2025), *Standardised inflows of permanent-type migrants* (dataset), <https://data-explorer.oecd.org/s/31n>.

# A Imigração em Portugal: Perfil Distinto

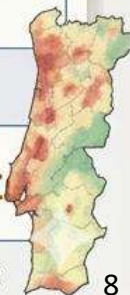


## Um Crescimento na Linha da OCDE

Portugal ocupa o **5.º lugar** no crescimento da imigração entre 2019 e 2024, e igualmente o **5.º lugar** na OCDE no peso da população imigrante face ao total residente.

Contudo, o perfil difere significativamente: **44%** dos imigrantes chegaram por razões de trabalho e apenas **14%** por razões familiares — proporções inversas à média da OCDE. O número de entradas por razões humanitárias ou asilo político permanece reduzido.

| Indicador Demográfico  | 2015       | 2024       | Variação                     |
|--|------------|------------|------------------------------|
| População total  | 10 368 554 | 10 749 635 | ▲ <b>Crescimento</b>         |
| População 0-14 anos  | 1 467 263  | 1 359 489  | ▼ <b>Decréscimo</b>          |
| População 15-64 anos   | 6 736 280  | 6 774 802  | ● <b>Estável</b>             |
| População 65+ anos   | 2 165 011  | 2 615 344  | ▲ <b>Envelhecimento</b>      |
| Saldo Natural     | -23 039    | -33 732    | ▼ <b>Agravamento</b>         |
| Saldo Migratório  | -3 528     | 143 641    | ▲ <b>Inversão Positiva</b>   |
| Taxa Bruta Natalidade  | 8.2        | 7.9        | ▼ <b>Queda</b>               |
| Índice Sintético de Fecundidade  | 1.31       | 1.40       | ▲ <b>Ligeira Recuperação</b> |
| Taxa Bruta Mortalidade   | 10.5       | 11.1       | ▲ <b>Aumento</b>             |
| Idade Mediana da População   | 44.1       | 47.3       | ▲ <b>Envelhecimento</b>      |



# Distribuição Assimétrica do Território

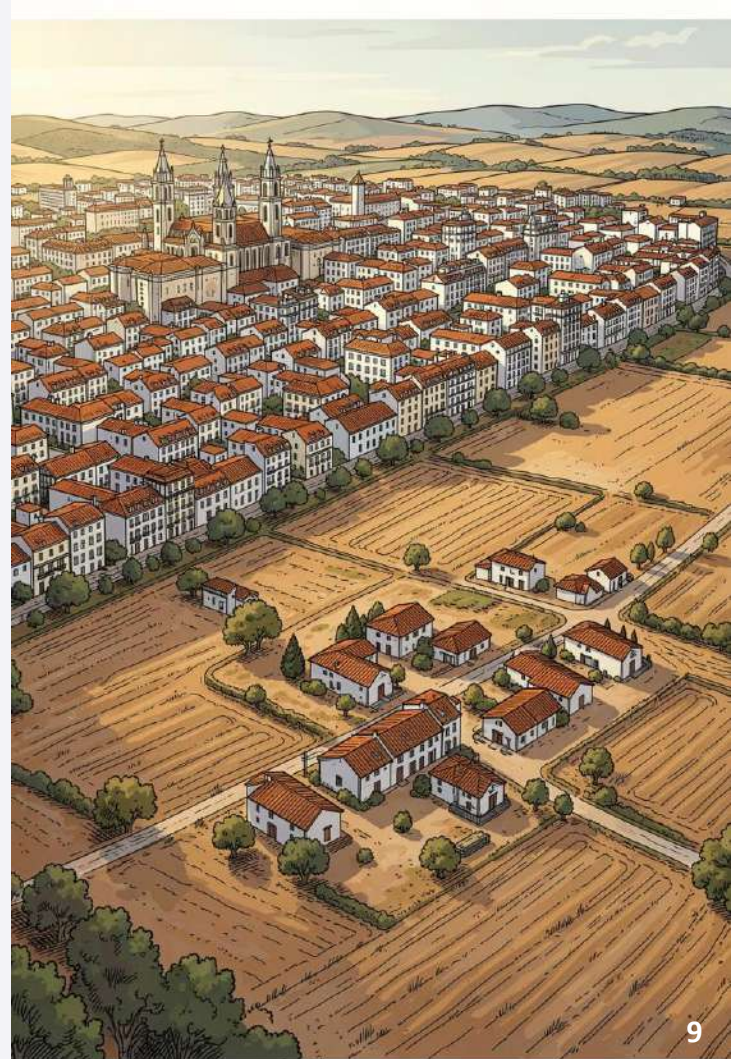
## Concentração Urbana

As regiões Norte, Centro e AML concentram **84%** da população nacional. O contraste de densidade é extremo: **956 hab./km<sup>2</sup>** na AML versus apenas **23 hab./km<sup>2</sup>** no Alentejo.

Apenas o Algarve (**+3,7%**) e a AML (**+1,7%**) registaram crescimento populacional entre os dois últimos censos.

## Desertificação Interior

**81% dos municípios** registaram redução de população. A quebra é mais acentuada precisamente nos concelhos que já apresentam menor densidade — um ciclo de desertificação que se auto-reforça e aprofunda as assimetrias territoriais.



# A Evolução Migratória em Portugal



## Emigração

Saída de portugueses acelerou até 2014, desacelerando nos anos seguintes. Em 2024 registaram-se cerca de **80 mil** saídas anuais.

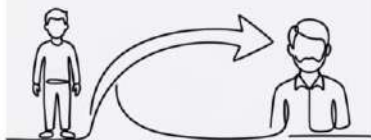


## Imigração

Aumento muito acentuado: **1,5 milhões** de imigrantes residem em Portugal (14,5% da população). Nos últimos 5 anos entraram **810 mil** novos imigrantes permanentes.

# Perfil dos Imigrantes em Portugal

## Por idade

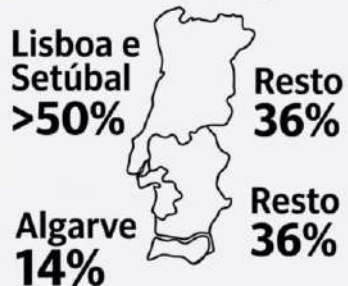


**61% entre  
20 e 45 anos**

## Por origem



## Por localização



## Por setor de atividade



## Um Perfil Jovem e Urbano

**61%** têm entre 20 e 45 anos, reforçando a população ativa. Os brasileiros dominam com **31%** do total, seguidos a grande distância pelo Reino Unido com **5,8%**.

Mais de **50%** concentram-se nos distritos de Lisboa e Setúbal, com o Algarve em segundo lugar (**14%**). A maioria trabalha nos Serviços — alojamento, restauração e comércio —, estando apenas **10%** na indústria.

- A concentração geográfica da imigração reforça as assimetrias territoriais, deixando os territórios de baixa densidade com acesso limitado a este contributo demográfico.

# Perfil dos Imigrantes: Integração Social e no Mercado de Trabalho



## Contratos de Trabalho

**36%** dos trabalhadores imigrantes têm contratos a termo certo – proporção idêntica à dos contratos sem termo.

## Contribuição para a Segurança Social

São contribuintes líquidos, representando **13%** das receitas do sistema previdencial. Apenas **2%** recebem RSI.

## Desemprego Reduzido

Cerca de **50 mil** imigrantes registados nos Centros de Emprego (Agosto 2025), metade dos quais recebe subsídio de desemprego.

## Condições de Habitação

A taxa de sobrelotação habitacional dos imigrantes é mais do dobro da dos nacionais: **19% vs. 8%**.



# Projeções Demográficas 2024–2100

Segundo o INE, no cenário central, Portugal poderá registar perdas populacionais profundas ao longo do século XXI, com impactos assimétricos entre regiões.

**-2,4 Milhões**

População Total

Quebra projetada da população residente entre 2024 e 2100

**-2,5 Milhões**

Pop. em Idade Ativa

Redução esperada da população em idade ativa no mesmo período

**+500 Mil**

População Idosa

Aumento projetado da população com mais de 65 anos

## PROJEÇÕES DEMOGRÁFICAS PARA 2100 (INE) [Cenário Central]

| (em milhões)         |                 |       |   |                  |       |   |                   |       |   |                     |       |   |                          |       |
|----------------------|-----------------|-------|---|------------------|-------|---|-------------------|-------|---|---------------------|-------|---|--------------------------|-------|
|                      | População Total |       |   | População 0 - 14 |       |   | População 15 - 64 |       |   | População 65 e mais |       |   | Índice de Envelhecimento |       |
|                      | 2024            | 2100  |   | 2024             | 2100  |   | 2024              | 2100  |   | 2024                | 2100  |   | 2024                     | 2100  |
| Portugal             | 10,750          | 8,326 | ↘ | 1,359            | 0,982 | ↘ | 6,775             | 4,236 | ↘ | 2,615               | 3,108 | ↗ | 192,4                    | 316,3 |
| Norte                | 3,693           | 1,959 | ↘ | 0,437            | 0,184 | ↘ | 2,359             | 0,901 | ↘ | 0,896               | 0,874 | ↘ | 205,0                    | 474,6 |
| Centro               | 1,718           | 1,205 | ↘ | 0,195            | 0,128 | ↘ | 1,042             | 0,606 | ↘ | 0,481               | 0,471 | ↘ | 246,3                    | 367,5 |
| Oeste e Vale do Tejo | 0,865           | 0,666 | ↘ | 0,107            | 0,077 | ↘ | 0,536             | 0,343 | ↘ | 0,222               | 0,246 | ↗ | 207,3                    | 321,3 |
| Grande Lisboa        | 2,157           | 2,428 | ↗ | 0,310            | 0,325 | ↗ | 1,373             | 1,291 | ↘ | 0,474               | 0,813 | ↗ | 152,9                    | 250,0 |
| Península de Setúbal | 0,848           | 0,876 | ↗ | 0,121            | 0,121 | — | 0,534             | 0,471 | ↘ | 0,194               | 0,284 | ↗ | 160,6                    | 234,7 |
| Alentejo             | 0,475           | 0,343 | ↘ | 0,058            | 0,041 | ↘ | 0,286             | 0,178 | ↘ | 0,131               | 0,124 | ↘ | 226,9                    | 302,5 |
| Algarve              | 0,493           | 0,578 | ↗ | 0,067            | 0,080 | ↗ | 0,307             | 0,315 | ↗ | 0,119               | 0,183 | ↗ | 178,1                    | 230,0 |
| R. A. Açores         | 0,242           | 0,147 | ↘ | 0,034            | 0,015 | ↘ | 0,165             | 0,72  | ↘ | 0,043               | 0,060 | ↗ | 128,0                    | 404,7 |
| R. A. Madeira        | 0,259           | 0,123 | ↘ | 0,031            | 0,012 | ↘ | 0,173             | 0,59  | ↘ | 0,055               | 0,052 | ↘ | 178,7                    | 441,6 |

# Variações Regionais: Agravamento das Assimetrias

- Regiões **Norte, Centro, Alentejo, Açores** e **Madeira** com quebras acentuadas da população total e da população em idade activa.
- **Grande Lisboa** e **Península de Setúbal** com moderados e pequeno aumento da população total, mas com quebra da população em idade activa.
- Região do **Algarve** com aumentos da população total e em idade activa.

Estas tendências acentuarão as assimetrias entre regiões de **alta e baixa densidade**, com implicações diretas na sustentabilidade dos serviços públicos e na coesão territorial.

# Pressupostos: O Diagnóstico Demográfico



## Saldo Natural Irreversível

Mesmo com políticas de natalidade e prolongamento da esperança de vida, o saldo natural manter-se-á **negativo a médio prazo**.

## Imigração Necessária, mas Regulada

Atenuar a perda de população exige fluxos migratórios elevados, mas **inferiores aos registados** nos últimos anos.

## O Problema Central

A diminuição da **população em idade ativa** contrasta com o aumento dos idosos, pressionando a economia e a segurança social.

# As Respostas a Dar: Duas Frentes de Ação



A resposta ao desafio demográfico exige uma **dupla estratégia**: garantir o crescimento económico com menos recursos humanos e, simultaneamente, preparar os sistemas públicos para uma população mais envelhecida.



# Migração e Transformação do Modelo Económico

## Política Migratória Regulada



Reduzir fluxos de emigração e implementar uma política de imigração que acompanhe as necessidades da economia, assegurando **condições adequadas de integração**.

## Aumentar a Produtividade



Fazer **mais com menos** – elevar a produtividade e o valor criado por unidade produzida, com a revolução digital como elemento enquadrador.

## Fazer Melhor



Reorientar o modelo económico para a criação de maior **valor acrescentado**, aproveitando as oportunidades da transformação digital em curso.

# Mercado de Trabalho: Profissões em Transformação



## O Caso Português

**3. As alterações no mercado de mercado** (de acordo com vários estudos recentemente realizados).

**3.1** Necessidades futuras em recursos humanos variáveis em função das actividades (com aumentos e descidas) mas requerendo uma mudança profunda no perfil dos recursos humanos.

**3.2 “Profissões em colapso”/“profissões em ascensão”/“terrenos das máquinas”/“terreno dos humanos”** (classificação de estudo da Fundação Manuel dos Santos)

Das profissões em desaparecimento, às profissões em ascensão associadas ao conhecimento na produção/utilização de novas tecnologias, passando pelas Actividades com mudança de perfil e de competências (terreno das máquinas) e por Actividades menos expostas às novas tecnologias (terreno dos humanos).

# Estratégia e Prioridades de Política Pública

01

---

## Qualificação e Formação

Reforçar o investimento no ensino e na **formação-ação** de ativos, adaptando perfis às necessidades futuras.

02

---

## Reconfiguração Empresarial

Privilegiar investimentos imateriais, capacitação em gestão e ações de **eficiência coletiva** associada à revolução tecnológica.

03

---

## Reforma do Estado

Desburocratizar, flexibilizar a organização e aumentar a **autonomia dos níveis intermédios**, com maior ligação à economia.

04

---

## Investimento Público

Inverter o desinvestimento em infraestruturas tecnológicas e logísticas, **umentando o financiamento nacional** face à redução dos fundos europeus.

05

---

## Aposta no Território

Políticas urbanas e regionais para **inverter as assimetrias** entre regiões de alta e baixa densidade.



MODELO DE DESENVOLVIMENTO

# Uma Economia de Serviços e Valor Imaterial

Portugal deve afirmar um **modelo de desenvolvimento próprio**, assente nas suas vantagens competitivas – os **recursos humanos** e o **território**. A transição digital é o instrumento que reorienta a economia para atividades intensivas em conhecimento e criação de valor imaterial, em detrimento de produções em série de larga escala.

## I&D: Articular Investigação, Empresas e Território



O reforço do investimento em I&D exige uma maior **articulação** entre investigação fundamental e aplicada, privilegiando inovações secundárias adaptadas a setores específicos.

### Parceria Público-Privada

Colaboração entre empresas, universidades e centros de investigação.

### Inovação Setorial

Ajustamento de inovações de base a setores e atividades específicas.

# Mobilidade, Conectividade e Desenvolvimento Urbano

Criação de Planos Nacionais Integrados de Logística e Mobilidade (doc. IMT) e de Redes Integradas de Cidades

## Rede Ferroviária

Ligação das capitais de distrito a Lisboa e Porto (em especial, pessoas)

Plataformas multimodais e microplataformas logísticas (em especial mercadorias).

## Infraestrutura Digital

Conectividade 5G e “data centers” em todo o território, suportando transmissão e armazenamento de dados.

## Planeamento Urbano para Cidades atrativas

Com base em Cartas Estratégicas de Urbanismo Comercial e num planeamento integrado: comércio e serviços + habitação (critérios por públicos-alvo) + escritórios.

