



Instituto  
**PIAGET**

**Instituto Piaget**  
**Campus Universitário de Almada (ISEIT)**  
**Instituto de Estudos Interculturais e Transdisciplinares de Almada**

Alan Nascimento de Almeida

## **Integração e saúde mental das pessoas refugiadas.**

Mestrado em Psicologia Clínica e da Saúde

Orientadora: Professora Doutora Sandra Gaspar Roberto

**Almada, 2023**



Alan Nascimento de Almeida

# **Integração e saúde mental das pessoas refugiadas.**

**Mestrado em Psicologia Clínica e da Saúde**

**Orientadora: Professora Doutora Sandra Gaspar Roberto**

Almada, 2023

### DECLARAÇÃO DE AUTENTICIDADE

A presente dissertação foi realizada por Alan Nascimento de Almeida do  
Ciclo de Estudos de Psicologia e da Saúde, no ano letivo  
de 2022./2023...

O seu autor declara que:

- (i) Todo o conteúdo das páginas que se seguem é de autoria própria, decorrendo do estudo, investigação e trabalho do seu autor.
- (ii) Este trabalho, as partes dele, não foi previamente submetido como elemento de avaliação nesta ou em outra instituição de ensino/formação.
- (iii) Foi tomado conhecimento das definições relativas ao regime de avaliação sob o qual este trabalho será avaliado, pelo que se atesta que o mesmo cumpre as orientações que lhe foram impostas.
- (iv) Foi tomado conhecimento de que a versão digital deste trabalho poderá ser utilizada em atividades de deteção eletrónica de plágio, por processos de análise comparativa com outros trabalhos, no presente e/ou no futuro.
- (v) Foi tomado conhecimento que este trabalho poderá ficar disponível para consulta no Instituto Piaget e que os seus exemplares serão enviados para as entidades competentes e prevista na legislação.

31 de Outubro de 2023...

Assinatura



## Resumo

As questões do estudo visam compreender a percepção da população refugiada em Portugal e os seus processos de integração junto à comunidade, e assim, identificar sua percepção de satisfação com relação a seus acessos a elementos básicos da sociedade. Como a população refugiada percebe suas relações de trabalho em Portugal, de que forma é percebido sua saúde física e mental e seus acessos ao sistema de saúde em Portugal, como a população refugiada percebe seu contacto com a educação em Portugal, e como a população refugiada percebe suas relações sociais na comunidade portuguesa. Este estudo adota uma metodologia qualitativa para investigar a experiência dos refugiados. Participaram deste estudo 15 voluntários, entre os participantes haviam 7 homens e 8 mulheres, estes participantes foram submetidos a entrevistas semiestruturadas e as transcrições das sessões foram submetidas à análise de conteúdo, seguindo a abordagem naturalista. Com a análise de conteúdo foi possível isolar e examinar os principais temas apresentados pelos participantes da pesquisa. Essa abordagem possibilitou uma análise mais aprofundada à luz do referencial teórico apresentado, contribuindo para uma compreensão mais abrangente dos fenômenos investigados em questão.

Como resultado, vê-se ser necessário buscar mais do que uma atitude neutra, é necessária uma atitude positiva para lidar diretamente com a população refugiada e assim, ajudar no processo, e que essa ajuda não seja apenas realizada por agentes do estado ou de instituições, como também dos outros elementos da sociedade civil. Cada país tem sua forma de lidar com os processos, e ainda assim, as dificuldades dos refugiados se apresentam muito similares, talvez seja a hora buscar um padrão.

*Palavras-chave: Refugiados, Saúde mental, Relações sociais, Integração.*

## ABSTRACT

The study questions aim to understand the perception of the refugee population in Portugal and their processes of integration into the community, and thus identify their perception of satisfaction with their access to basic elements of society. How the refugee population perceives their labour relations in Portugal, how they perceive their physical and mental health and their access to the health system in Portugal, how the refugee population perceives their contact with education in Portugal, and how the refugee population perceives their social relations in the Portuguese community. This study adopts a qualitative methodology to investigate the refugee experience. Fifteen volunteers took part in this study, including 7 men and 8 women. These participants were subjected to semi-structured interviews and the transcripts of the sessions were subjected to content analysis, following the naturalistic approach. Using content analysis, it was possible to isolate and examine the main themes presented by the research participants. This approach enabled a more in-depth analysis in the light of the theoretical framework presented, contributing to a more comprehensive understanding of the phenomena investigated. As a result, it appears that it is necessary to seek more than a neutral attitude, but a positive attitude to deal directly with the refugee population and thus help in the process, and that this help should not only be carried out by agents of the state or institutions, but also by other elements of civil society. Each country has its own way of dealing with the process, and yet the difficulties faced by refugees are very similar, so perhaps it's time to look for a standard.

*Keywords: Refugees, Mental health, Social relations, Integration.*

## ÍNDICE

### Parte I

#### **1 Enquadramento teórico .....11**

##### *1.1 Diferenças dos estatutos dos refugiados .....17*

##### *1.2 O processo de integração de refugiados .....20*

##### *1.3 Integração e saúde mental .....30*

#### **2 Questões de investigação .....39**

### Parte II – MÉTODO

#### **1. Caracterização do estudo .....40**

#### **2. Participantes .....40**

#### **3. Procedimento .....41**

#### **4. Análise e tratamento dos dados.....41**

### Parte III - Resultados

#### **1 Suporte social.....44**

##### *1.1 Satisfação na resolução de procedimentos burocráticos.....44*

##### *1.2 Satisfação nas relações interpessoais com Pessoas oriundas da comunidade do país acolhedor.....45*

##### *1.3 Insatisfação com as intervenções das instituições publicas .....45*

##### *1.4 Satisfação com as intervenções das Instituições públicas.....45*

##### *1.5 Satisfação com as intervenções oriundas das ONG.....46*

##### *1.6 Insatisfação com as intervenções oriundas das ONG.....46*

<b>2</b>	<b>Percepção de Integração.....</b>	<b>47</b>
2.1	<i>Avaliação positiva das Conexões extrafamiliar com a comunidade em Portugal.....</i>	<i>47</i>
2.2	<i>Carências de Conexões extrafamiliar.....</i>	<i>47</i>
2.3	<i>Avaliação positiva individual sobre o processo de integração.....</i>	<i>48</i>
2.4	<i>Avaliação individual negativa sobre o processo de integração.....</i>	<i>48</i>
2.5	<i>Avaliação individual cética sobre o processo de integração.....</i>	<i>49</i>
<b>3</b>	<b>Qualidade do ensino português .....</b>	<b>50</b>
3.1	<i>Satisfação com Educação.....</i>	<i>50</i>
3.2	<i>Satisfação com Educação básica .....</i>	<i>50</i>
3.3	<i>Insatisfação com o acesso a educação.....</i>	<i>51</i>
3.4	<i>Dificuldades de acesso ao Ensino superior .....</i>	<i>51</i>
3.5	<i>Dificuldades de acesso a educação básica .....</i>	<i>52</i>
<b>4</b>	<b>Percepção de saúde.....</b>	<b>52</b>
4.1	<i>Avaliação positiva individual sobre sua saúde física e mental.....</i>	<i>52</i>
4.2	<i>Satisfação diante do serviço ou acesso a saúde.....</i>	<i>53</i>
4.3	<i>Diferenças de acesso do serviço de saúde por localidades.....</i>	<i>54</i>
4.4	<i>Dificuldades e Insatisfação quanto ao acesso ao serviço de saúde.....</i>	<i>54</i>
<b>5</b>	<b>Relações laborais .....</b>	<b>54</b>
5.1	<i>Satisfação nas relações laborais .....</i>	<i>54</i>
5.2	<i>Dificuldade de empregabilidade .....</i>	<i>55</i>
5.3	<i>Insatisfação com Salários e Benefícios .....</i>	<i>56</i>
5.4	<i>Percepção de diferenças por região com base nos salários.....</i>	<i>57</i>
5.5	<i>Necessidades Cursos de formação profissional.....</i>	<i>57</i>
	<b>Discussão .....</b>	<b>58</b>
	<b>Conclusão .....</b>	<b>63</b>

**Referências..... 66**

## ÍNDICE DE TABELAS

<b>Tabela 1.</b> Análise de conteúdo das entrevistas realizadas .....	43
---	----

## INDÍCE DE ANEXOS

**Anexo I.** Guião de Entrevista Declaração de Autorização de Depósito no Repositório Comum

**Anexo II.** Consentimento Informado

**Anexo III.** Declaração de Autorização de Depósito no Repositório Comum

**Anexo IV.** Licença de Distribuição não Exclusiva – Repositório Comum

## **Parte I**

### **1 Enquadramento teórico**

Para que se possa compreender o significado da experiência dos refugiados, é importante discutir uma definição sobre o fenômeno da imigração. Apesar de ser uma tarefa quase impossível alcançar uma conceituação final que esgote todas as possibilidades de identificação do comportamento de imigração, é possível alcançar algumas significações que dão sentido aos conceitos a serem discutidos.

Os movimentos migratórios são uma das características mais evidentes das sociedades contemporâneas. A globalização contribui ativamente para intensificar estes movimentos devido à compressão do tempo e espaço provocada pela revolução dos transportes e das comunicações (Padilla & Ortiz, 2012). Atualmente, e mesmo com o aumento da fiscalização e controles migratórios, a taxa mundial de migração não para de crescer, de acordo com o relatório UNHCR. (Agência da ONU para os Refugiados, 2017).

De acordo com Costa & Teles (2017) a questão migratória é uma etapa da própria evolução da humanidade, sendo esta ação causada por questões econômicas, sociais, culturais, bélicas, políticas e ambientais. De acordo com Nolasco (2016) a definição de migrações, pode ser ampla que envolva todos os tipos de mobilidade, ou restrita de que que exclui uma gama de movimentos, o que torna difícil encontrar uma conceituação que abarce a todas as formas de deslocamento.

Os conceitos podem variar de acordo com autor, que podem considerar a distância geográfica percorrida como o principal elemento a se definir a imigração, outras definições vão apresentar a o tempo de permanência no destino, o fator principal que vai definir o status de imigrante a uma pessoa. Esse fenômeno é tão heterogêneo que qualquer descrição definitiva se tem mostrado insuficiente.

A Organização das Nações Unidas (UN, 1953), determina que o movimento migratório deve obedecer a um determinado tempo mínimo para ser descrito como um movimento migratório, o imigrante tinha que permanecer o mínimo de um ano no estrangeiro para ser classificado como tal. Em 1998, essa mesma organização mudou sua compreensão com relação a variável tempo, incluindo os movimentos de curta duração como imigrações.

O autor, Nolasco (2016) vai apresentar que o fenómeno migratório que está ligado a mudanças geográficas, não necessariamente representa uma mudança para definir a condição do imigrante. Alguns movimentos de mudança ocorrem para países vizinhos, ou de cultura muito próximas, o que leva a uma certa familiaridade cultural e geográfica, que torna o espaço físico muito familiar ao imigrante, descaracterizando a ideia de alteração de contextos, que é parte da experiência do imigrante.

Junto com essa mudança geográfica, Nolasco (2016) também trás a discussão que há também a variável social a ser levada em conta quando analisa-se o fenómeno da imigração. As alterações do contexto de relacionamento social, que incluem mudanças do status social e jurídico. Provam que não é possível colocar todos os tipos de imigração dentro de um mesmo conceito definitivo.

De acordo com Rodrigues (2013), defende que o termo migração consiste numa “transição, física, de um indivíduo ou grupo, de uma sociedade para a outra. Essa transição envolve habitualmente o abandono de um quadro social e a entrada num outro”. Pires (2003) (cit. por Rodrigues 2013), inspirado por Eisenstadt, utiliza o termo migração para “delimitar um tipo particular de mobilidade espacial: entre sistemas sociais, ou, mais precisamente, como deslocação inter-sistemas de ordem que inclui processos de desintegração (na sociedade de partida) e de (re)integração (na sociedade de chegada) dos migrantes”.

Outro fator de conceituação dos processos imigratórios que são caracterizados pela Organização Internacional para as Migrações (2009), de migrações: voluntárias e involuntárias. A migração voluntária consiste na imigração realizada de forma voluntária, em que o indivíduo assume a vontade de querer abandonar o seu país, tendo a escolha de ficar, as imigrações que envolvem estudos, contratações de profissionais altamente qualificados), o desejo de viver experiências fora de seu país de origem e outros motivos que deixam claro que o sujeito em imigração tinha a escolha de permanecer em seu país.

Por sua vez, a migração involuntária, apresentado pela Organização Internacional para as Migrações (2009) consiste numa imigração forçada, na qual um indivíduo, que entra no país de acolhimento, se vê obrigado a abandonar o seu país de origem em consequência da privação de recursos que assegurem a sua sobrevivência, ou como forma de proteção a sua integridade física. Deixando para trás todos os seus recursos de forma a depender totalmente das políticas de acolhimento do país que o recebe.

O movimento migratório involuntário, onde o sujeito precisa escapar de seu país para preservar sua integridade física e social, irá caracterizar esse imigrante como refugiado. De acordo com Baak (2020) historicamente a palavra “refugiado” pode ser traçada a uma palavra do idioma francês “réfugié” que era atrelada para identificar os huguenotes (milhares de franceses protestantes migrantes que fugiram do monarca católico francês para viver em países não católicos na Europa na segunda metade do século XVI), muito antes do processo legal e moral desenvolvido pela ACNUR (1951).

Segundo a definição estabelecida pela Convenção das Nações Unidas sobre Refugiados de 1951, refugiado é qualquer pessoa que receando com razão ser perseguida em virtude da sua raça, religião, nacionalidade, filiação em certo grupo social ou das suas opiniões políticas, se encontre fora do país de que tem nacionalidade e não possa ou, em virtude daquele receio,

não queira pedir proteção daquele país; ou que, se não tiver nacionalidade e estiver fora do país no qual tinha a sua residência habitual, após aqueles acontecimentos não possa ou, em virtude do dito receio, a ele não queira voltar.

Atualmente, a recente movimentação de refugiados está relacionada sobretudo com as guerras civis que afetam o médio oriente e o continente africano, assim sendo muitos desses indivíduos têm buscado refúgio em solo europeu após o início da recuperação da grave crise económica que assolou a Europa desde 2008. De acordo com Costa & Teles (2017), os Estados Europeus depararam-se com os desafios e os problemas associados a um volume anormal de migrações. Ao contrário dos “refugiados clássicos” da década de 1990, acolhidos essencialmente por motivos de perseguição política, a presente vaga de refugiados surge como uma tentativa de fugir de um cenário de guerra violenta e perseguição vivido em seus territórios de origem.

No entanto, importa verificar que a atual crise dos refugiados não resulta apenas dos acontecimentos no Médio Oriente ou no continente Africano. Rodrigues & cols (2014), Costa e Teles (2017), Oliveira (2020) concordam em suas discussões que existem aspetos centrais para caracterizar a atual vaga de refugiados: o crescimento exponencial do número de refugiados, principalmente originários de África e do Médio Oriente, a maior duração do período de exílio dos refugiados, um novo conceito de apátridas, que extravasa a simples inexistência de um vínculo legal (nacionalidade) entre um indivíduo e um determinado Estado, como também, a quantidade de rotas de evasão utilizadas pelos refugiados.

De acordo com o Relatório Estatístico 2020 apurado por Oliveira, (2020), em 2018, entre os países da União Europeia (UE28 com 12,2% dos refugiados), a Alemanha surge como o principal país de acolhimento (com 42,7% dos refugiados da UE28 ou 1,1 milhão de pessoas), seguindo-se a França (14,8% ou 368,4 mil pessoas), Suécia (10% ou 248,2 mil pessoas), Itália (7,6% ou 189,2 mil pessoas), Áustria (5,2% ou 128,8 mil pessoas), Reino

Unido (5,1% ou 126,7 mil pessoas), Holanda (4,1% ou 101,8 mil pessoas), Grécia (2,5% ou 61,5 mil pessoas), Bélgica (1,7% ou 42,2 mil pessoas) e Dinamarca (1,5% ou 36,6 mil pessoas). Entre os 28 Estados-membros da União Europeia, Portugal posiciona-se na vigésima primeira posição com 0,1% do total de refugiados da UE28 ou 2,1 mil pessoas. Identifica-se, assim, que Portugal não se encontra entre os principais destinos de proteção internacional no mundo ou na Europa. De acordo com O Relatório de Progresso da Implementação da Agenda Europeia para as Migrações da Comissão Europeia de 2018, relatório este que disponibiliza dados do número total de refugiados acolhidos por país da União Europeia, e nesse documento aponta que Portugal acolheu pouco mais de 2000 refugiados em seu território.

Seguindo o ponto de vista português, segundo o levantamento realizado por Oliveira (2020) os principais países a solicitarem refúgio em Portugal são os seguintes: Angola, Gambia, Guiné-Bissau, Guiné, Venezuela, República Democrática do Congo, Ucrânia, Senegal, Nigéria, Camarões, Serra Leoa, Marrocos, Sudão, Irão, Costa do Marfim, Mali, Togo, Afeganistão, Gana e Cuba são os apurados como principais países com solicitação de asilo no ano de 2019.

Esses dados demonstram que Portugal, historicamente é um país de emigração, entretanto, com as alterações dos fluxos migratórios das décadas recentes, algumas importantes alterações resultaram de processos migratórios de diversas naturezas, transformaram Portugal num Estado multiétnico e multicultural (Rodrigues 2013). Ou seja, verifica-se a existência de diversas etnias e culturas que coexistem no mesmo espaço geográfico (Rodrigues 2013).

O presente estudo tem por base a migração forçada e, dentro deste âmbito, a migração causada pela necessidade de preservar a vida em face de ameaças justificadas pelas

diferenças religiosas, de raça, de nacionalidade, pertença a grupo social e/ou político, precisamente as bases da Convenção de Genebra de 1951. Dentro desse contexto migratório será focada a atenção ao movimento migratório com relação aos refugiados acolhidos em Portugal.

Para pessoas que vivem em situação de refúgio é nítido que significa viver em situação de incerteza prolongada e com esperança de em algum momento obter sua repatriação ao seu país, pois a pessoa em situação de refúgio que se encontra em seu país de primeiro refúgio tem limitadas opções de países para integração enquanto seu sonho de repatriação não acontece. O número de refugiados reassentados anualmente no planeta é um número muito pequeno se comparado ao número de refugiados. De acordo com (Baak, 2020; CPR 2019) número de refugiados totais reconhecidos como refugiados, comparado com o número de refugiados realocados é o equivalente 0,4%, e tal número está concentrado em alguns poucos países como Estados Unidos, Canadá, Austrália e alguns países da Europa dentre esses os que mais se destacam são Alemanha e França (Oliveira 2020; Baak 2020). Por tudo isso, se mostra importante conversar e entender os refugiados em Portugal, para compreender as formas em que os refugiados, possam ser assistidos, percebidos e entendidos em países que vão ser suas novas casas.

De acordo com Santinho (2011), apesar de o governo português já ter protocolado a convenção de Genebra de 1951 desde 1960, (diferentemente de outros países) Portugal não é um dos principais destinos de refúgio, e com isso, ainda precisa adquirir muita experiência no asilo da população refugiada. Sousa & Costa (2017) e Santinho (2011) atribuem essa pouca procura principalmente por fatores como localização periférica no mapa europeu, e a não existência de fronteiras com países em situação de conflito.

Portugal em si, tem recebido vários pedidos espontâneos de refúgio de pessoas de diversas nacionalidades, entretanto, é um número muito reduzido caso comparado com outros países europeus como apresentado por Sousa (1999); ACNUR (2015) e, desde 2006, de acordo com o CPR (2008), Portugal tem acolhido refugiados através do programa de reinstalação do ACNUR. É sabido que, o pedido de número de pedidos aumentou exponencialmente, porém, o número de requerentes de asilo em Portugal ainda se mantém como um fenómeno periférico. (Sousa & Costa 2017). A experiência de Portugal nesse quesito nunca foi constante, é basicamente caracterizada como uma resposta pontual às diversas crises humanitárias emergentes ao longo dos anos, logo assim, não é apresentado um padrão comum no acolhimento de requerente de proteção internacional e refugiados até meados de 2015 de acordo com Sousa & Costa (2017).

### **1.1 Diferenças dos estatutos dos refugiados**

Como Estado Membro da União Europeia, em Portugal existem atualmente três procedimentos distintos para o acolhimento de refugiados, segundo se trate de um refugiado espontâneo, reinstalado ou recolocado.

Os requerentes de asilo e os refugiados espontâneos, são pessoas que chegam por conta própria a Portugal, por via terrestre, marítima ou aérea, e que solicitam asilo ao governo português. De acordo com dados apresentados pelo CPR (2019) em 2018 houveram 1190 pedidos espontâneos de proteção internacional nos termos da “Lei de Asilo”, apresentados por requerentes de 71 nacionalidades diferentes, o que representa um aumento de 18,5% relativamente ao ano anterior (Conselho Português para os Refugiados [CPR], 2019)

Os refugiados reinstalados chegam a Portugal por intermédio do ACNUR, como referido anteriormente, sendo enviados de um país que lhes deu asilo, mas que não faz parte da União Europeia, e não se encontra em condições para lhes proporcionar uma integração plena. Estes são acolhidos através de protocolos assinados entre o Estado português e algumas organizações da sociedade civil (e.g. CPR, Plataforma de Apoio aos Refugiados, entre outros). Em 2018, Portugal acolheu 33 refugiados Sírios e Sul-sudaneses, provenientes do Egipto, no âmbito do Programa Nacional de Reinstalação (CPR, 2019; Padilla & Goldberg, 2017).

Por último, a classificação de refugiado recolocado surge a partir de 2015, como resultado da Crise de Refugiados na Europa, a qual obrigou os governos europeus a dar resposta a este problema social. Assim, de forma a apoiar os Estados-Membros, como a Grécia e Itália, que receberam milhares de requerentes de asilo, a Comissão Europeia desenvolveu o Programa Europeu de Recolocação de Refugiados, assente na partilha de responsabilidades entre Estados-Membro no acolhimento destas pessoas. Portugal, segundo a quota que lhe foi atribuída no âmbito da Agenda Europeia das Migrações, comprometeu-se a acolher 4574 pessoas, número que atualmente aumentou para um máximo de 10 000 pessoas (Padilla & Goldberg, 2017).

A estratégia de acolhimento nacional tem por base os princípios de que o acolhimento deverá ser institucional, descentralizado, articulado, integrado e autónomo (Alto Comissariado para as Migrações [ACM], 2017), sendo que mais de 100 organizações não governamentais portuguesas já acolheram ou encontram-se a acolher refugiados atualmente (CPR, 2019).

O programa tem a duração de 18 meses, sendo que o acolhimento dos refugiados é levado a cabo por um conjunto diverso de instituições locais, em municípios diferentes,

responsáveis, juntamente com as estruturas governamentais e as instituições intermediárias por gerir o processo de acolhimento e de integração (CPR, 2019)

Dentro da proposta do programa é garantido alojamento autónomo, apoio na alimentação e vestuário, acesso à saúde, à educação e à aprendizagem do idioma português, bem o apoio no acesso ao emprego, acompanhamento no domínio da saúde mental, quando necessário, e um valor de €150,00 mensais para despesas correntes. Para além disso, as entidades locais são responsáveis por fomentar parcerias com os respetivos municípios, formar os técnicos e parceiros envolvidos na integração, efetuar um plano de acolhimento e sensibilizar a comunidade local (CPR, 2019). Após a finalização do programa os participantes continuam a usufruir do Estatuto de Proteção Subsidiária ou de Refugiado, e dos direitos associados, atribuídos por um período de 3 e 5 anos, respetivamente, e espera-se que possam estar integrados no mercado laboral e na sociedade, e a viver o mais autonomamente possível. Caso as pessoas continuem a necessitar de apoio no final do programa de acolhimento, serão acompanhadas pelo Instituto de Solidariedade e Segurança Social e pelo Alto Comissariado para as Migrações (Padilla & Goldberg, 2017; CPR, 2019).

Existem três soluções permanentes possíveis para a situação dos refugiados: o repatriamento voluntário, a integração e a reinstalação. A primeira é, na perspetiva da ACNUR a solução predileta e mais desejável, pressupondo que os refugiados podem regressar ao seu país de origem de forma segura e digna. A segunda solução apresentada é a naturalização ou a integração permanente no país em que as pessoas pediram asilo. A reinstalação, por último, consiste na transferência de refugiados, por meio de seleção prévia, de um país de asilo para um terceiro país que se mostre disponível para os acolher e onde estes se possam estabelecer de forma permanente (ACNUR, 2019).

## 1.2 O processo de integração de refugiados

Robinson (1998) refere que é difícil definir integração, pois é um termo individualizado e amplamente contestado, entendido de forma diferente segundo o contexto em questão, e salienta ainda que hajam aproximadamente 45 formas de entender o conceito de integração, pelo que na literatura é considerado um termo fluído e aberto a diferentes significados e definições (Robinson, 1998)

Para Berry (1997 cit. por Robinson 1998), aculturação é entendida como o conjunto de mudanças culturais, sociais e psicológicas decorrentes do contacto continuado entre dois grupos culturais distintos. Desta forma, o refugiado ou o migrante, no momento em que chegada a um novo território, pode adotar uma de quatro estratégias de aculturação – assimilação, separação, marginalização e integração

De acordo Berry (1997 cit. por Robinson 1998) argumenta que a estratégia de aculturação mais favorável no que concerne à adaptação sociocultural e psicológica do migrante é a integração. O autor refere ainda que a estratégia escolhida pelo migrante depende também da resposta da comunidade e das instituições existentes em termos de expectativas, aceitação da diversidade e no fornecimento de apoio especializado que garanta que as necessidades dos recém-chegados sejam atendidas. Santinho (2011), apresenta que de facto, estudos posteriores revelaram que a relação entre estratégias de aculturação é fortemente influenciada pelo contexto sociopolítico da sociedade recetora.

No entanto, Santinho (2011), apresenta para a discussão ideias onde considera o papel da sociedade anfitriã neste processo de adaptação, a integração é percebida como um processo bidirecional (*two-way*). Esta visão é fortemente apoiada pela literatura mais recente (Castles et al., 2002; European Council on Refugees and Exiles [ECRE], 2002; Strang &

Ager, 2010). Alguns autores preferem inclusive os termos inclusão e/ou participação (Castles et al., 2002; Hynie, 2018), com o fim de desassociar o conceito de integração do seu significado popular (o equivalente à assimilação).

Na discussão proposta por Santinho (2011), a mesma aponta que nesta nova definição pressupõe que tanto os refugiados como a sociedade de acolhimento tem de reunir esforços para o alcance e sucesso da integração. Neste sentido, o recém-chegado deve adaptar-se ao estilo de vida da sociedade receptora, sem que isto exija o abandono da sua própria identidade cultural. Por sua vez, a sociedade deve incluir o refugiado, adaptar as instituições públicas às suas necessidades e permitir o acesso equitativo a oportunidades, recursos e processos de tomada de decisão.

Ações que visam exigir que o refugiado se integre à nova comunidade, abandonando seus valores e crenças oriundos de seu país de origem, conforme Mahyddin (2019), colocam-no na posição de "estrangeiro", no sentido de ser percebido como um "estranho" que não pertence ao lugar e que difere da comunidade local. Dessa forma, impõe-se um preço ao sujeito refugiado, pois para conquistar a proteção legal e direitos civis, é necessário passar por uma profunda transformação psicológica e cultural. De acordo com Mahyddin (2019), tais ações caracterizam-se como uma forma de racismo e opressão. Os grupos de refugiados são complexos e dinâmicos, com múltiplas facetas de identidades. A imposição de torná-los homogêneos é, em si, uma forma de violência.

As relações entre a comunidade local e os refugiados estão vinculadas a diversos fatores sociais e psicológicos que determinam como essa experiência será vivenciada por ambos os grupos. Estes fatores são analisados e divididos por Pierre Bourdieu, conforme citado por Marsh (2016), em quatro conceitos: hábito, praxis, campo e violência estrutural.

Esses conceitos explicam como as ideias, crenças e regras são construídas pelos indivíduos durante o processo de integração dos refugiados.

De acordo com Pierre Bourdieu, citado por Marsh (2016), os hábitos são fortemente determinados por experiências vividas nos primeiros anos de vida. Tratam-se de aspectos objetivos e subjetivos das ações individuais e coletivas. No campo objetivo, estão ligados às forças estruturais que impõem quais ações, atitudes e crenças os indivíduos e grupos devem adotar em determinado contexto. Dentro do contexto subjetivo, os hábitos são ações resultantes da interpretação que os indivíduos fazem sobre como o mundo ao seu redor funciona. Isso está relacionado às ações, crenças, valores e entendimentos que o sujeito desenvolve a partir dos códigos sociais compartilhados. O hábito acaba por ser uma espécie de código profundamente enraizado nas estruturas mentais dos sujeitos, comandando suas percepções, expectativas e entendimentos. Isso normaliza e reproduz comportamentos adotados pela sociedade.

De acordo com o processo elucidado por Berry, isso se chama estratégia de aculturação é um processo de adaptação social que ocorre após o encontro de dois ou mais grupos com realidades culturais diferentes (Berry, 2017). Essa experiência provoca modificações nos dois grupos, independentemente de um ser dominante e o outro ser um grupo estrangeiro. Segundo Berry (2017), as mudanças que ocorrem nos grupos a nível social estão relacionadas às estruturas de organização social, institucional e de normas. Em nível individual, observamos mudanças no nível psicológico, que envolvem transformações na linguagem, repertório de comportamento, valores, alimentação, código de vestimenta, identidade, entre outros, além de mudanças psíquicas profundas, que ocorrem de acordo com a capacidade de adaptação do sujeito e sua resiliência diante de um encontro intercultural. Com isso, Berry (1996) apresenta seu modelo estratégico de aculturação: que apresenta

etapas distintas de todo o processo, Berry apresenta como a primeira etapa a assimilação, essa que ocorre quando o grupo não-dominante não tem a autorização para manter sua identidade e é forçado a adaptar-se à nova realidade social. Em seguida, passa para a integração, que é quando o sujeito consegue manifestar sua cultura dentro da sociedade dominante e, ao mesmo tempo, aprende e assimila aspectos da nova cultura. Essa estratégia é chamada assim devido à possibilidade do grupo não-dominante preservar a integridade de suas raízes culturais. Havendo ainda a separação, esta se dá quando a estratégia individual é a tentativa de proteger a identidade cultural a todo custo, e os sujeitos passam a evitar o contato com a cultura local, e por fim, a marginalização, esta que é causada por uma resistência da cultura local em aceitar novas culturas e dificuldades dos sujeitos estrangeiros em interagir com a sociedade local.

Berry, citado por Graves (1967), apresenta o conceito de aculturação psicológica. Essa visão mais individualizada é importante, devido às diferentes consequências psíquicas que essa experiência tem para cada indivíduo. Segundo, Berry (2013) aculturação provoca alterações na capacidade de processamento cognitivo, refere-se ao nível de aprendizado de novas habilidades que ajudam o sujeito a construir respostas de sobrevivência na nova realidade. Também engloba a capacidade de memória para reter informações relativas ao passado e manter as informações sobre aprendizados no tempo presente. Já no campo cognitivo-afetivo, as interpretações que o sujeito faz sobre sua própria cultura e suas experiências na nova sociedade, têm um impacto direto no senso de identidade e autoestima dos sujeitos. As competências que o sujeito adquire para lidar com os desafios de sua vida diária são diretamente influenciadas pelos fatores cognitivos e incluem também as atitudes que o sujeito apresenta diante de sua nova realidade, bem como a capacidade de identificar-se com ambos os grupos e construir valores que o conectam às duas culturas das quais ele faz parte.

Praxis é um conjunto taxonômico de representações simbólicas que servem para criar, classificar e normalizar o mundo ao redor. As ações dos sujeitos acabam por produzir e reproduzir taxonomias estruturais que orientam suas interações no mundo.

Campos são espaços físicos, sociais e culturais onde se formam microcosmos que possuem regras próprias, regularidades e formas de autoridade. Comumente, esses espaços são compreendidos como uma ordem natural, caracterizando-se como dogmas, uma vez que organizam as estruturas sociais e mantêm a ideia de que são naturais e inquestionáveis.

A violência simbólica é a normalização de desigualdades observadas por meio dos hábitos e nos campos. Trata-se de um aspecto não consciente e não se apresenta como uma escolha, sendo a manifestação resultante de ideias preconcebidas dos sujeitos. A violência simbólica está enraizada nos hábitos e nos campos, e sua identificação como "violência" é quase impossível, devido à interpretação dessa violência como "uma ordem natural" incontestável. A violência simbólica é o que alimenta sistemas estruturais que promovem a desigualdade contra grupos que podem sofrer abusos físicos, psicológicos, materiais e culturais.

Esses conceitos sustentam a visão de Kilomba (2020) e Fenon (2022), que apresentam o racismo como uma imposição estrutural que designa aos negros um lugar escolhido pelos brancos. O “estranho” que deve ser categorizado em um espaço simbólico, pois não pertence ao lugar da sociedade dominante. Esses símbolos determinam as ações que os sujeitos devem tomar diante dessa diferença.

Korac (2003), citado por Marsh (2016), apresenta um exemplo que ilustra o quão dinâmico é o processo de integração, o qual exige a participação ativa tanto do refugiado quanto da comunidade anfitriã. Nos Países Baixos, o Estado, ao receber refugiados,

implementou políticas que ofereciam total apoio assistencial ao grupo, incluindo moradia, trabalho e educação, com o intuito de facilitar a integração. Por outro lado, na Itália, os refugiados receberam pouco ou nenhum suporte. Entretanto, ao analisar os níveis de integração a longo prazo, Korac (2003) observou que os refugiados nos Países Baixos relatavam não se sentir parte da comunidade local e tinham dificuldade em se sentir social e politicamente participativos no país.

Em contrapartida, os acolhidos na Itália desenvolveram um sentimento de pertencimento à comunidade local e conseguiram escolher até que ponto desejavam participar das trocas culturais com a comunidade local. Essas duas experiências parecem ilustrar como políticas unilaterais do governo local podem dificultar o processo de integração, evidenciando a importância de permitir que o refugiado e a comunidade anfitriã desenvolvam suas estratégias de adaptação à nova realidade decorrente desse encontro.

Políticas excessivamente assistencialistas podem resultar na perda da autonomia necessária para o processo de integração e afastar a comunidade local daqueles que são protegidos ou "assistidos" pelo Estado. A ausência de assistência obriga ambos os lados a utilizar seus próprios recursos, tanto materiais quanto imateriais, para atender às suas necessidades sociais, culturais e políticas.

Marsh (2016) cita um conceito desenvolvido por Max Weber, a agência, que se refere a atos criativos nos quais os indivíduos intencionalmente produzem significados sociais. Para os refugiados, a agência é uma forma de desenvolver entendimento e conceitos que os auxiliam em seus papéis como atores sociais engajados em suas vidas

De modo geral, Santinho (2011) aponta que reconhecer que a integração é um processo contínuo e de longa duração. Onde a integração deverá envolver não apenas as

condições para a participação dos recém-chegados nos diferentes domínios da vida (económico, social, cultural, cívico e político), mas a adoção, por parte destes, de um papel ativo como agentes da sua comunidade. Permitindo, assim, a participação real nestes domínios, fomentando assim, a coesão social.

Segundo Ager e Strang (2008), o conceito de integração é multifacetado e sujeito a interpretações variadas, carecendo de um único modelo, definição ou teoria que o defina no contexto da integração de imigrantes e refugiados. Para uma compreensão mais pragmática da integração, podemos utilizar os indicadores propostos por esses autores, que incluem moradia, educação, atendimento à saúde, empregabilidade, linguagem, relacionamento com a comunidade e bem-estar subjetivo. Esses fatores interrelacionados apresentam desafios complexos para as políticas de integração implementadas pelo país de acolhimento.

A aquisição da linguagem é considerada como um dos fatores mais importante na promoção de uma integração bem-sucedida. A alfabetização e o ensino da língua da sociedade de acolhimento são tanto um catalisador-chave, como um objetivo de integração, pois permitem o acesso a oportunidades sociais, económicas e educacionais. E ainda, Santinho (2011) ressalta a importância das características individuais de resiliência, tais como a motivação, a crença de que a vida tem um sentido, o estabelecimento de metas e objetivos, e a existência de um sentido de propósito revelam-se essenciais no processo de integração.

Em contraponto Ager e Strang (2008) destacam que, mesmo quando os países de acolhimento adotam políticas de pluralismo e inclusão, muitas vezes as políticas assistenciais falham em promover a integração e independência dos refugiados. Programas assistencialistas podem limitar as oportunidades dos refugiados de desenvolver sua autonomia e de construir laços com a população local. Diferente de Santinho (2011) que vê a integração como sendo uma responsabilidade dividida meio a meio, Ager e Strang (2008)

apresentam em suas discussões de dados que os refugiados estando em uma situação de vulnerabilidade e destituídos de poder político, precisam de maior esforço das políticas públicas para uma integração efetiva.

Ager e Strang (2008) também destacam que muitos refugiados possuem formação acadêmica e técnica superior, mas enfrentam dificuldades para continuar sua educação ou encontrar empregos em suas áreas de especialização no país de acolhimento. Isso ocorre devido à falta de reconhecimento de diplomas e documentos em muitos casos, pois os refugiados frequentemente não têm a oportunidade de apresentar as comprovações necessárias no novo país. Isso muitas vezes os leva a aceitar subempregos que não exigem habilidades específicas. Essa dificuldade em encontrar oportunidades relacionadas à sua formação reflete a falta de um processo eficaz de reconhecimento de qualificações nos países de acolhimento, prejudicando a capacidade dos refugiados de conquistar independência financeira.

As dificuldades na obtenção de empregos e na busca por trabalhos mais bem remunerados também estão ligadas às barreiras linguísticas que os refugiados enfrentam. Além disso, essas limitações linguísticas dificultam a comunicação com a população local o que pode provocar a marginalização de grupos étnicos, sendo vistos como “estrangeiros” pela população local.

Os desafios relacionados à moradia argumentam Ager e Strang (2008) têm um impacto direto no bem-estar, na estabilidade e na sensação de segurança dos refugiados. As condições inadequadas de moradia, incluindo tamanho e qualidade estrutural precárias, contribuem para a insatisfação e a perda de qualidade de vida dos refugiados. Além disso, a localização de habitações em áreas periféricas com problemas sociais, como violência e falta de infraestrutura, pode dificultar a integração dos refugiados com a comunidade local.

A educação é uma das maiores preocupações das famílias de refugiados, já que muitos deixam seus países de origem devido à impossibilidade de suas crianças frequentarem a escola. Ager e Strang (2008) explicam que a escola se não for devidamente preparada para receber as crianças refugiados será mais um ambiente onde as mesmas vão enfrentar formas de exclusão e violência, como a falta de suporte para aprender a língua local e situações de isolamento e bullying.

Outro desafio enfrentado pelos refugiados que Ager e Strang (2008) explicam diz respeito ao acesso aos cuidados de saúde, devido às diferenças linguísticas e culturais nas percepções de saúde e doença. A falta de informações sobre como e onde buscar assistência médica demonstra uma falta de preparo por parte do país de acolhimento para receber pessoas de diferentes culturas.

Nas discussões apresentadas por Korac (2003), ressalta-se que a literatura sobre integração de refugiados entende a integração principalmente nos seus aspectos "práticos" ou "funcionais", pelo que a autora alerta para a importância dos fatores subjetivos, tais como a qualidade dos vínculos sociais estabelecidos com a comunidade, a satisfação pessoal, e a avaliação da própria integração. Segundo a autora, estes fatores são difíceis de medir e raramente são considerados nos processos de avaliação da integração. No entanto, os resultados da integração são afetados pela interação de uma série de fatores, objetivos e subjetivos, pelo que o foco exclusivo num conjunto limitado de indicadores limitará, por sua vez, a ação das políticas e das medidas de integração (Pressé & Thomson, 2008; Runiger & Spencer, 2003).

Korac (2003) enfatiza que as tentativas de objetivar o conceito de integração resultaram em definições de integração, pouco realistas e representativas, pois não levam em conta a interpretação subjetiva do refugiado em relação aos programas sociais de integração.

Já que muitos são apenas impostos sem uma devida troca de experiência e informação entre as duas comunidades. Dentro desta linha de raciocínio, revela-se de extrema importância considerar as percepções dos refugiados sobre as suas experiências na análise da dinâmica da integração, e que a integração é um indicador tão importante quanto os indicadores objetivos. A consideração da perspectiva dos refugiados é essencial, pois as pessoas não só possuem perspectivas e aspirações diferentes sobre a sua integração, como as suas percepções e atitudes em relação à sua própria experiência na integração influenciam os processos de adaptação.

Santinho (2011), finaliza atentando que, as percepções e atitudes da sociedade recetora (na qual estão incluídos os profissionais que trabalham na integração de refugiados) em relação aos refugiados podem interagir nos seus processos de aculturação e no desenvolvimento de um sentimento de pertença à nova cultura e assim a integração deve ser entendida como um constructo social, com suas próprias condições históricas, sociais e culturais de elaboração, pelo que se torna fundamental o acesso às significações de integração dos vários “interlocutores” no processo.

### 1.3 Integração e saúde mental

De acordo com Kirmayer et al (2011), estudos anteriores mostram que os refugiados têm um substancial aumento de risco, relativamente à população normal, de sofrerem de perturbações psiquiátricas relacionadas com sua exposição à guerra, violência, tortura, migração forçada, exílio e incerteza quanto ao seu estatuto nos países onde procuram asilo (cit. por Antunes, 2017). No grupo de pessoas refugiadas, às experiências traumáticas, sejam elas físicas e psicológicas, a perda de pertences e risco de perda da sua própria vida, agregado ao trauma de não estarem em seu país natal, a ausência de seus familiares, fazendo assim a viagem para outros países ao longo de caminhos perigosos e ainda, a incerteza da permanência e o stresse de adaptação a uma nova cultura muitas vezes feita na solidão e enfrentando a intolerância e o racismo (Buhmann, 2014 cit. por Antunes 2017).

Essas consequências foram amplamente discutidas por Franz Fanon (2022) em seus estudos sobre perturbações psiquiátricas em sobreviventes de tortura e conflitos armados. Os estudos de Fenon (2022) demonstram de maneira convincente que essas experiências traumáticas deixam marcas psicológicas nos indivíduos, que podem resultar em doenças mentais graves. Conforme Franz (2022) destaca, a perda de referências e status sociais coloca o indivíduo em uma posição de "outro", muitas vezes levando ao isolamento e à solidão.

Nesse sentido é importante ressaltar que diversas leituras do fenômeno psíquico do sofrimento psíquico devem ser reconhecidas como possíveis. Galina (2017) reforça em seu artigo que as experiências que levam pessoas de diversas nacionalidades a solicitarem refúgio, abandonando seus países de origem, geralmente envolvem fatores com potencial de desencadear desordens mentais, como: Depressão e Perturbação do Estresse Pós-traumático (TEPT), tendo como agravante as violências diversas que podem e muitas vezes acometem o refugiado em trânsito até o seu destino final, como tortura, massacres, morte de parentes e amigos são circunstâncias traumáticas às quais muitos refugiados são expostos. Fome e

perdas de bens também são frequentes nessa população, além do choque sociocultural no país de refúgio.

Segundo Martins-Borges (2013), pelo caráter involuntário e repentino de seu deslocamento, os refugiados transportam consigo muito pouco do que até então caracterizava sua identidade. E essas partidas são frequentemente relacionadas a um sofrimento psicológico ligado ao trauma ao qual foram submetidos no período pré-migratório e migratório.

De acordo com o estudo de Constantino (2019) e Baak (2020), altos níveis de stress, podem desencadear a existência de trauma psicológico, podendo ter um impacto severo na saúde mental e física dos indivíduos e, conseqüentemente, afetar significativamente a sua integração. O stress experienciado pelos refugiados e outros migrantes está frequentemente associado às dificuldades a que estes se enfrentam no processo de integração, tais como dificuldades de integração, de acesso ao mercado laboral, habitação, educação e serviços, bem como aos efeitos do aborrecimento, isolamento e experiências de discriminação. Assim, o devido acompanhamento por parte da sociedade recetora, pode prevenir significativamente futuros problemas de saúde mental reforçam as autoras.

Por outro lado, Constantino (2019) aponta ainda que, diversos autores chamam a atenção para a importância das redes sociais informais, na medida em que prestam apoio tanto a um nível prático, como emocional. Estas podem oferecer assistência no acesso a serviços, na interpretação e tradução, no apoio financeiro, e facilitar o acesso ao emprego, além de contribuírem para o desenvolvimento da confiança, autoestima e para a redução de sentimentos de isolamento e depressão (Ager & Strang, 2008; Beiser, 1993; Jorden, Matheson & Anisman, 2009; Ramírez, Martínez & Jariego, 2001; Sales, 2002).

Baak (2020), chama para a discussão ainda a forma como os veículos de informação apresentam a situação dos refugiados de forma que sua imagem fique sempre atrelada a menções como, campos de refugiados, fome, guerra, conflitos, terrorismo, medo e desespero. Outra situação elencada pela autora ainda, diz respeito ao uso político global sobre os refugiados e assim, a autora traz a discussão o sensacionalismo atrelado ao problema dos refugiados como forma de agravar sua saúde mental, ou ainda, como forma de explorar seus traumas como forma de “entretenimento” e assim, apresentar um retrato que de nada contribui para evolução das pessoas.

No entanto, em Portugal, Constantino (2019) discute a existência de lacunas e limitações estruturais, bem como de abordagens e práticas que afetam negativamente a integração dos refugiados em Portugal. A falta de preparação pré-partida e de orientação pós-chegada; a estratégia de descentralização; a falta de formação e preparação adequada dos profissionais; falta de adequação do perfil dos refugiados à localidade específica que os acolhe (e.g pessoas que viveram toda a vida em ambientes urbanos são recolhidas em ambiente rurais e vice versa); a falta de planeamento do acolhimento e da integração pelas instituições anfitriãs, por escassez de tempo, recursos e conhecimento; a necessidade de uma maior colaboração entre todos os intervenientes; a existência de um sistema de tradução pouco eficaz (ou falta de um), comprometendo, assim, a ação dos profissionais; a pobreza das estratégias de promoção da aprendizagem da língua, sendo que são raros os cursos adaptados ao refugiados/imigrantes; a escassa oferta de formação profissional adequada ao perfil dos refugiados, bem como de uma estratégia de inserção laboral que contemple a aprendizagem da língua; a existência de falhas na articulação com (e)entre os serviços públicos; e por fim, a falta de serviços de saúde mental (Carvalho, 2017; Costa et al., 2019; Sacramento & Silva, 2018; Santinho, 2017; Souza, 2017; Rodrigues, 2017; Zarro, 2017)

Constantino (2019) aborda que os relacionamentos interpessoais como fator determinante para a saúde mental dos refugiados. Nesse âmbito, destacando assim, que o apoio social e a construção de relações recíprocas contribuem para a adaptação cultural e integração de refugiados, o aumento da qualidade de vida ao longo do tempo e a diminuição do sofrimento psíquico.

Novamente Martins-Borges (2013) corrobora com as afirmações de Constantino (2019). O apoio social pode ser um forte mediador das relações entre experiências traumáticas e consequências psicológicas. Martins-Borges (2013) cita ainda que traumas coletivos não tiveram impacto significativo na saúde mental dos refugiados, enquanto traumas pessoais guardavam íntima relação com sintomas de depressão e Transtorno do Estresse Pós-traumático (TEPT), sustentada por interações sociais sem apoio. A compreensão do trauma de uma perspectiva compartilhada pode ser um fator de proteção contra o estresse psicológico.

A autora, Martins-Borges (2013) em sua pesquisa reforça ainda que no que tange à influência das interações sociais no desenvolvimento de transtornos mentais, o isolamento é um fator que pode promover experiências alucinogênicas, que complicam casos de TEPT. Além disso, afirma-se que a violência interpessoal mantém estreita relação com sintomas de depressão e TEPT. A autora afirma ainda que sob a ótica das relações familiares, a separação da família e a mudança de papéis, assim como a preocupação com os parentes que ficaram no país de origem, são os mais frequentes fatores de estresse pós-migração.

Segundo Martins-Borges (2013), outros resultados de suas pesquisas apontam para a saúde mental dos refugiados a partir da visão clínica, apresentando dados sobre traumas e suas consequências, como o desenvolvimento de transtornos mentais, sendo os mais comuns o TEPT e a depressão. Apresentado um panorama da relação entre experiências traumáticas e

desequilíbrios mentais decorrentes que englobam as seguintes consequências: de moderado a grave sofrimento psíquico e emocional, estresse psicológico e emocional, desenvolvimento de TEPT e/ou Transtorno Depressivo com sintomas de ansiedade e/ou sintomas psicóticos associados.

Jansen (2007), ao falar sobre sofrimento psíquico refere que, estudos nessa área visam compreender de que forma a apresentação do sofrimento psíquico são desenvolvidos, e assim, com o objetivo de buscar de melhorarias no processo de identificação e intervenção pode-se, buscar uma nova forma de compreender o desencadeamento, estabelecimento e evolução desse sofrimento, sendo assim, possível chegar a novas formas de trabalho junto as pessoas envolvidas, ou seja, junto aos pacientes e suas famílias.

A autora ainda aponta que o sujeito inserido na sociedade composta por diversos níveis de estrutura, ajuda a compreender além da rede social do indivíduo, como também a maneira do sujeito de visualizar sua inserção social. Assim torna-se um ponto de estudo da família através da identificação da sua estrutura, pois esta, está intimamente ligada às suas significações e suas construções de formas a lidar com o seu sofrimento psíquico.

Para Antunes (2017), no entanto, não são apenas as experiências de violência, como tortura, prisões, assassinatos, abusos sexuais, exílio, etc., que podem levar os refugiados a adoecerem. Antunes (2017) argumenta que as dificuldades de adaptação ao novo país, a incerteza sobre o futuro, bem como as experiências de racismo, são fatores que contribuem para problemas psiquiátricos. A experiência de desintegração do suporte social, das funções sociais e das redes de relacionamento também desempenha um papel significativo. Antunes (2017) quando apresenta três fases no processo de refúgio, faz referência a fase pré-migratória, onde este período ocorre antes de os refugiados deixarem seu país de origem e é caracterizado principalmente pela agitação social, caos e preparação para fugir em meio a

situações violentas. Em seguida, tem a fase de migração, onde esta fase ocorre quando os refugiados deixam seu país de origem e perdem sua casa. É um período marcado pela incerteza não apenas em relação ao futuro, mas também às necessidades básicas diárias. O risco de vida e de violência permeia essa experiência de medo constante, e por fim, a fase pós-migração, nessa fase, os refugiados chegaram ao novo país e precisam encontrar um novo lar, emprego e cuidados de saúde em um ambiente cultural diferente. Eles também precisam aprender uma nova língua e obedecer a leis e normas culturais distintas. A incerteza quanto à obtenção do estatuto de refugiado, o desemprego ou o subemprego, a perda do estatuto social, a separação da família e da rede de apoio social, a preocupação com a família deixada para trás, a possibilidade de reagrupamento familiar e as dificuldades na aprendizagem da língua, bem como a aculturação e adaptação a novos papéis sociais, são fatores de risco para problemas de saúde mental.

Investigações indicam, conforme citado por Antunes (2017), que as melhores intervenções preventivas estão relacionadas a políticas públicas de acolhimento eficazes. Quanto mais tempo os refugiados aguardam pelo seu estatuto de requerentes de asilo, ficando presos em uma situação incerta, maior é o risco de adoecimento mental.

É fato que diferentes grupos sociais experimentam e enfrentam diversas consequências no contexto da experiência de refúgio. As mulheres, em particular, sofrem consequências singulares devido à guerra, as quais amplificam as desigualdades de gênero. Frequentemente, elas perdem o apoio masculino e assumem a responsabilidade pelo cuidado de crianças e idosos. Muitas enfrentam eventos ameaçadores à sua vida, sendo a violência sexual uma ocorrência recorrente nesse contexto. Como percebido por Antunes (2017), o impacto da violência sexual pode desencadear depressão e pensamentos suicidas. As mulheres apresentam taxas mais elevadas de ansiedade e TEPT. Além disso, como frequentemente são

responsáveis pelo cuidado, enfrentam maiores desafios para aceder serviços de saúde, sobretudo os relacionados à saúde mental.

Antunes (2017) também argumenta que as crianças exibem uma notável resiliência, mesmo diante de experiências traumáticas, apresentando poucos sintomas de estresse pós-traumático. A perda dos pais ou o desenvolvimento de doenças mentais em um deles representa o principal fator de risco para problemas de saúde mental em crianças. Isso é aplicável também aos adolescentes, que, mesmo quando exibem sintomas, parecem ter uma maior capacidade de adaptação à nova realidade.

Os idosos, embora constituam uma parcela minoritária entre os refugiados, enfrentam desafios significativos nessa experiência, conforme destacado por Antunes (2017). Os fatores de risco associados a essa faixa etária incluem ser do sexo feminino, ter baixa escolaridade, desemprego, presença de doenças crônicas, viuvez ou divórcio, e viver sozinho. Além disso, outros problemas incluem uma adaptação mais lenta à nova língua e cultura, a separação da extensa rede familiar à qual estavam acostumados, a ausência de pares próximos, a redução da rede social de apoio, o isolamento devido à perda da comunidade local, a crescente dependência dos outros devido a barreiras linguísticas e mobilidade reduzida, escassas oportunidades de emprego e de sentir-se produtivo, e a perda do status que detinham como indivíduos respeitados em sua comunidade de origem, no novo contexto cultural.

Gonçalves (1992), aponta ainda que quando refugiados chegam em um novo país trazem consigo variações comportamentais e respostas comportamentais, muitas vezes confusas e desorganizadas e que se não trabalhadas serão mantidas na nova vida no país acolhedor. Sentimentos mencionados anteriormente pelas crianças como de abandono, raiva, profundo desespero sentimentos de alívio e excitação podem variar, e se encontram presentes nos adultos também. Apesar se sentirem bem pelo refúgio, podem ter um sentimento de se

sentirem perdidos pela perda de seu próprio país e se sentirem pouco confortáveis no país acolhedor. Nesse sentido as dificuldades em manter-se focado, apresentação de pouca energia, verbalização da sensação de se sentir perdido a depressão é que mais afeta os refugiados nos primeiros 6 meses de refúgio.

As discussões apresentadas deixam claro que não é apenas o trauma da experiência que provocou a fuga do país de origem que afeta este grupo. É importante ressaltar que a experiência do racismo é uma nova forma de dor provocada pela vivência de ser refugiado. A psicóloga e pesquisadora Kilomba (2020), uma mulher negra de origem portuguesa, ao discorrer sobre sua experiência, tanto pessoal quanto profissional, traz à tona a necessidade de atentarmos para o fato de que buscar refúgio em Portugal é entrar em contato com um país que perpetrou o colonialismo e ainda mantém em seu repertório sociocultural de lidar com o "outro" não europeu e não branco de acordo com esse viés colonialista. O que pode ter consequências diferentes para o refugiado a depender de sua origem e cor.

Conforme a autora argumenta, para manter essa forma de pensamento decolonial, é necessário que o grupo étnico branco transforme o sujeito em um "outro". Esse sujeito é convertido em uma ameaça dentro de seu imaginário, alegando que "eles estão vindo roubar nossos empregos, dinheiro, atacar nossas tradições, estão vindo estragar o paraíso que construímos". Assim, o racismo contra as populações de refugiados se justifica como um mecanismo de defesa do ego, no qual a população local passa a projetar seus medos e defeitos no outro. Os refugiados/imigrantes são percebidos como usurpadores do que pertence aos locais, o que justifica a violência contra um grupo que não possui poder político, social e/ou econômico para se defender.

A análise de Kilomba (2020) demonstra que há a necessidade de uma transformação cultural no modo de pensar da população local. Essa população não se reconhece como

opressora, não se considera responsável pela política colonial que ao longo dos séculos oprimiu etnias, e, portanto, evita reconhecer sua obrigação em lidar com as consequências sociais e culturais dessa opressão que persistem até os dias atuais. Por conseguinte, as políticas de acolhimento dos refugiados não são impulsionadas por um senso de solidariedade destinado que precisa de ajuda, mas em discussões políticas distantes da realidade local. Isso resulta na manutenção de uma separação entre a população local (europeus, deocolonizadores) e as populações de diferentes países (não europeus, não brancos).

Kilomba (2020) afirma que a separação leva os sujeitos a vivenciarem o trauma do racismo, sendo privados de sua identidade. Isso os coloca constantemente em estado de alerta, pois é necessário ter cuidado para evitar problemas com a população local que os persegue devido aos seus medos persecutórios projetados nos refugiados. Existem lugares onde a presença do refugiado é proibida não devido à existência de leis, mas devido à interpretação e aceitação por parte dos locais, os olhares e gestos dão o tom do quanto esse sujeito “diferente” está deslocado. O racismo separa o sujeito de sua identidade, um evento que Kilomba (2020) descreve como um trauma. O contato com o mundo branco e europeu coloca esse sujeito na posição de "diferente", "incompatível", "conflitante", "estranho" e "incomum".

Considerar o racismo dentro da experiência de refúgio ajuda a entender o quão desafiadora é a integração para muitos, especialmente ao tentar se adaptar a países europeus com tradição colonialista. A leitura de Kilomba (2020) nos leva a compreender que a resistência de um sujeito em se integrar a essa sociedade pode ser uma resposta ao racismo percebido no cotidiano. Geralmente, as políticas voltadas para refugiados não oferecem um espaço de escuta para esses sujeitos, não compreendendo suas queixas e não lhes dando espaço para compartilhar sua cultura e experiência com a população local. O poder público se

apresenta como um especialista em refugiados, controlando todo o processo de integração. O refugiado é apenas um número, e sua vida é determinada por regras e instituições.

## **2 Questões de investigação**

Por tudo isso, esta dissertação tem como objetivo principal compreender a percepção da população refugiada em Portugal sobre os seus processos de integração à comunidade portuguesa?

E assim, identificar sua percepção de satisfação junto a seus acessos a elementos básicos da sociedade como:

Como a população refugiada percebe suas relações de trabalho em Portugal?

Como a população refugiada percebe suas relações de saúde física e mental e seus acessos ao sistema de saúde em Portugal?

Como a população refugiada percebe seu contacto com a educação em Portugal?

Como a população refugiada percebe suas relações sociais na comunidade portuguesa?

E por fim também, identificar quais as principais dificuldades elencadas pelos participantes, no processo de integração com a comunidade?

## **Parte II – MÉTODO**

### **1. Caracterização do estudo**

Este estudo adota uma metodologia qualitativa para investigar a experiência de refugiados e seu processo de integração. A escolha por essa abordagem é fundamentada em sua capacidade de proporcionar uma compreensão mais profunda da natureza de um fenômeno social complexo. Conforme ressaltado por Walliman (2016), a pesquisa qualitativa implica na avaliação da qualidade dos dados e na exploração das perspectivas dos atores sociais envolvidos.

De acordo com Azevedo et al. (2017), a pesquisa qualitativa permite uma análise aprofundada dos significados de processos subjetivos relacionados às experiências cotidianas. Seu foco principal reside nas vivências dos participantes, os quais descrevem e discutem seus contextos de vida. Essa abordagem de pesquisa facilita a interpretação de fenômenos em seu ambiente natural.

As entrevistas e as transcrições, segundo Azevedo et al. (2017), são ferramentas que promovem uma abordagem humanizada por parte dos profissionais de saúde, especialmente em contextos em que se analisam os complexos processos de saúde-doença. Essa prática contribui para a produção de evidências científicas que podem impulsionar mudanças tanto a nível individual profissional quanto em políticas públicas.

### **2. Participantes**

Participaram deste estudo 15 voluntários que participavam de uma ação de capacitação destinada a pessoas refugiadas: Entre os participantes haviam 7 homens e 8 mulheres de

diferentes regiões do mundo: Sudão 4, Afeganistão 6, Filipinas 1, China 1, Paquistão 2, Bahrein 1. Todos os participantes estavam em situação de refúgio em Portugal.

### **3. Procedimento**

Foram realizadas entrevistas semiestruturadas, com a orientação de um roteiro prévio, com perguntas abertas. As entrevistas ocorreram no espaço físico onde o projeto estava a ser desenvolvido. Os participantes foram convidados participar do estudo e com a aceitação dos mesmos, foi-lhes pedido para fazerem a leitura e assinarem o consentimento informado para garantia do anonimato e confidencialidade relativamente à execução da entrevista, o consentimento informado foi também lido antes da entrevista pelo investigador para evitar falhas de compreensão.

### **4. Análise e tratamento dos dados**

Foram realizadas entrevistas semiestruturadas, com a orientação de um roteiro prévio, com perguntas abertas. As entrevistas ocorreram no espaço físico onde o projeto estava a ser desenvolvido. Os participantes foram convidados participar do estudo e com a aceitação dos mesmos, foi-lhes pedido para fazerem a leitura e assinarem o consentimento informado para garantia do anonimato e confidencialidade relativamente à execução da entrevista, o consentimento informado foi também lido antes da entrevista pelo investigador para evitar falhas de compreensão.

As transcrições das sessões foram submetidas à análise de conteúdo, seguindo a abordagem naturalista, que preserva o conteúdo das entrevistas de forma minuciosa, exatamente como foi apresentado pelos entrevistados. Essa técnica preconiza a manutenção dos diferentes elementos da entrevista, incluindo a linguagem utilizada. O processo de análise de conteúdo é dividido em seis etapas: preparação, familiarização, codificação, categorização, revisão e

finalização. Além disso, são considerados aspectos não verbais e contextuais da interação entre o entrevistador e o entrevistado. Por meio dessa análise de conteúdo, foi possível isolar e examinar os principais temas apresentados pelos participantes da pesquisa. Essa abordagem possibilitou uma análise mais aprofundada à luz do referencial teórico apresentado, contribuindo para uma compreensão mais abrangente do fenômeno social em questão.

### Parte III - Resultados

**Tabela 1 – Análise de conteúdo das entrevistas realizadas**

<b>Suporte social</b>	Insatisfação com as intervenções oriundas da ONG
	Satisfação com as intervenções oriundas da ONG
	Insatisfação com as intervenções das instituições públicas
	Satisfação com as intervenções das instituições públicas
	Satisfação nas relações interpessoais com pessoas oriunda comunidade do país acolhedor
	Satisfação na resolução de procedimentos burocráticos
<b>Percepção de Integração</b>	Avaliação individual cética sobre o processo de integração
	Avaliação individual negativa sobre o processo de integração
	Avaliação individual positiva sobre o processo de integração
	Carência de conexões extrafamiliar
	Avaliação individual positiva das conexões extra familiar com a comunidade em Portugal
<b>Qualidade do Ensino Português</b>	Dificuldades de acesso a educação básica
	Dificuldades de acesso ao Ensino Superior
	Insatisfação com o acesso a Educação
	Satisfação com Educação básica
	Satisfação com Educação
<b>Percepção de Saúde</b>	Dificuldades e Insatisfação quanto ao acesso ao serviço de saúde
	Diferenças de acesso do serviço de saúde por localidades
	Satisfação diante do serviço ou acesso a saúde
	Avaliação positiva individual sobre sua saúde física e mental
<b>Relações laborais</b>	Necessidades cursos de formação profissional
	Percepção de diferenças por região com base nos salários
	Insatisfação com Salários e Benefícios
	Dificuldade de empregabilidade
	Satisfação nas relações laborais

De acordo com a proposta de análise escolhida, apresenta-se aqui as categorias e subcategorias encontradas após a análise de conteúdo realizada nas entrevistas realizadas. Neste ponto, foram identificadas 5 categorias principais, nomeadamente (Suporte social, Percepção de integração, Qualidade do ensino português, Percepção de saúde e relações laborais, e em seguida as mesmas apresentam outras 25 subcategorias, conforme exibido na tabela 1 acima.

## **1 Suporte social**

### **1.1 Satisfação na resolução de procedimentos burocráticos**

Um dos participantes referiu-se á facilidade de resolução de serviços burocráticos em Portugal, como uma das qualidades para ter buscado acolhimento em território português fazendo comparação com a possibilidade de ter tentado viver em outro país:

*“(...) Suécia. É para aprender. Ela tem visa para estudo e lá o problema é o estudo tá muito caro. E também não tem trabalho e pouco dinheiro. Porque nós vamos aqui no Portugal. Porque aqui tem papel e document. E também dá trabalho isso. É mais fácil aqui.” (P6)*

Já outro participante referiu que sua escolha se deu quando estava em terras espanholas, e soube de uma conhecido do país, sobre as facilidades em Portugal e os acessos provenientes:

*“(...) Eu no Espanha eu soube sobre Portugal. Porque aqui tenho uma pessoa no meu país. Ela falar aqui tem muisto oportunidade para residência, naxionalidade/nacionalidade/, tem trabalho, educação. Tudo coisa já igual no outro já europa.” (P9)*

## **1.2 Satisfação nas relações interpessoais com Pessoas oriundas da comunidade do país acolhedor**

Quando indagada sobre pessoas de referência de sua vivência que sejam oriundas de Portugal, a participante sinaliza que pode contar com duas pessoas da população para ajudar nas dúvidas:

*“(…)Eu sabe duas pessoas. Uma pessoa é minha professora de língua portuguesa, e outro pessoa é minha localização, ela chama-se, ela chamar Olinda, muito tempo, ei tenho problema, eu venho falar com Olinda, ela resolve. Ela resolve sometimes..” (P9)*

## **1.3 Insatisfação com as intervenções das instituições publicas**

Quando se trata de temas como instituições de suporte social, muitas vezes os entrevistados misturam responsabilidades do governo, das ONG`s e suas próprias, no caso em questão, um dos participantes, considera que falta aparato organizacional para o governo providenciar ensino superior para refugiados:

*“(…) There is no, like a government, the organization is not working properly to integrate them, because the human right, he need to be educated, he needs to learn that in Europe you can study, and he can't start the university, and I hope that one day the government try to help refugees in highly education also.” (P12)*

Há uma carência de informações para com os entrevistados sobre os direitos e deveres, e de quando e onde se deve buscar alguma ajuda:

*“(…)When you don't know the language, and you newly arrived, specially, health system, specially integrated into education system for my brother and my sister, then, nobody help us until now, this is the main problem that we had. Right now, Sintra municipality is responsible for this..” (P12)*

## **1.4 Satisfação com as intervenções das Instituições públicas**

Por outro lado, há participantes que verbalizam que está satisfeito e tudo está a correr bem com as intervenções públicas que o assistem:

*“(...) The life up to now is good, the life is going good, everything is good. The government supporting us, all my children are all in the school. I working also, up to now is good.” (P1)*

Como em situações onde a participante apresenta o discurso de forma que o mais importante que poderia ser feito pelo o estado português já fora resolvido:

*“(...)The big thing that portuguese government help me, they give me visa as soon as possible, than the other countries, they understand us in a hard situation, because no country want to take a visa to us, but Portugal the first country that take me visa, give me visa.” (P2)*

### **1.5 Satisfação com as intervenções oriundas das ONG**

Em alguns discursos a relação com as ONGs de alguma forma se pareceu desgastada no caso em questão, o participante não teve críticas mencionadas sobre sua estadia sob a tutela da organização:

*“(...)The suitas/Jesuítas/ they receive us, and they was supporting us, and than hostel about two months more or less, and after that, they introduce us to the municipality of Sintra, and now, the municipality of Sintra they are supporting our family.” (P1)*

### **1.6 Insatisfação com as intervenções oriundas das ONG**

Nos discursos a seguir fica clara a insatisfação e o desgaste da relação entre participante e a organização de suporte não governamental:

*“(...)Came to Portugal JRS. JRS help us, but is not good. Because they didn't get us good service.” (P4)*

*“(...)when we come the JRS were responsible for helping us. We were two months in a hostel, then, they send us to Sintra Municipality, but unfortunately they just put us in a house and nothing else. So finding a job, courses, like no helping to be integrated.” (P12)*

## 2 Percepção de Integração

### 2.1 Avaliação positiva das Conexões extrafamiliar com a comunidade em Portugal

Com intuito de identificar o grau de envolvimento na comunidade com outros pares, fora perguntado sobre suas redes de apoio e suas relações fora do contexto familiar:

*“(...)Now I have friends in the place that I working. I have a friend from our country, I made a friend here. But we were not knowing each other in Afghanistan, when we come here, we were staying in one hostel we become friends.” (P1)*

Apesar de aparentemente ser uma forma fluida de se relacionar porém, ainda assim, é nítido que o espaço troca ainda existe e o que pode ser muito importante para facilitar o processo de integração:

*“(...)No Alentejo sim. Na escola, eu dois meses e conhece muitos amigos ali, ainda falar com estas amigos. E tem aqui muitos amigos, portugueses, brasileiro e espanhol e uma da França..” (P10)*

*“(...)Eu tenho muito, muito amigos sudaneses e portugueses, marroquino e cabo verde e nigeriano e somalia e sirian e iraquian.” (P11)*

*“(...)I have even in bahrain. I have portuguese friends. Thats why was easy for me to communicate with them or ask for help about something important.” (P13)*

*“(...)Because we were in the hostel, and we saw each other, so we became friends, and some afghans who are here living in Portugal, they are in contact with each other, helping each other, so we have some friends.” (P12)*

*“(...)Aziz, Alima, Masuma, they are afghans I meet them here and some of them on the way to reach here in Portugal.” (P15)*

### 2.2 Carências de Conexões extrafamiliar

Quando uma questão apresentada e pessoa sinaliza apenas três pessoas, aparentemente parece ser que a pessoa não está tendo tantos momentos de troca fora de seu contexto familiar:

*“(...)Eu só contato de Olinda, você e empregadora, minha patroa. Só esses dois, três pessoas.” (P6)*

### **2.3 Avaliação positiva individual sobre o processo de integração**

Quando indagados sobre o que seria a integração na questão investigadora, as perguntas e respostas se apresentaram mais elaboradas, com mais necessidades de explicações e ajudas, e o material verbalizado pelos participantes é igualmente produtivo tanto no positivo quanto no negativo:

*“(...)Quando aprendo a língua portuguesa perfeito.” (P3)*

*“(...)Muito difícil a língua. Sempre a língua. Mas a língua portuguesa não é muito difícil. Porque antigamente no Sudão, no escola estudar sobre Portugal.” (P8)*

*“(...)Estou melhor experiencia no entregado/integrado/ no outro país, porque no meu país, aqui tenho tudo facilitado. Em Portugal estou entregado/integrado/ estou em melhor experiencia para mim. Muito satisfada/satisfeita/ entregado/integrada/. Em Portugal tenho casa e tá bom. Tenho tudo facilidade, minha família a melhor experiência estou muisto/muito/ melhor.” (P9)*

*“(...)I feel like normal. Quando tu/eu/ vai/vou/ na praia ou jardim, or, quanto acordo e vais no rua na manhã, I told inside my coração: I feel fine today. Is a fine day, I want to be happy and força , strong like this.” (P10)*

*“(...)For me. I already accepted anything, we know, I try to be used to it, whatever it`s here, the culture, or something like this, I have learned already, even in Bahrain, I learned also, different from here. I can do some group thing, you know, parties attending, making an events so, I don` t feel like I` am alone here. I` m happy with my friends and colleagues here.” (P13)*

### **2.4 Avaliação individual negativa sobre o processo de integração.**

Quando indagados sobre o que seria a integração na questão investigadora, as perguntas e respostas se apresentaram mais elaboradas, com mais necessidades de

explicações e ajudas, e o material verbalizado pelos participantes é igualmente produtivo tanto no positivo quanto no negativo:

*“(….)No, Not actually. At first I can't speak portuguese, the point is very importante to integrate with portuguese community, the second one, the portuguese people are really closed, other people told me portuguese people are very warm people, friendly. I think is hard, it's difficult to make friends with them.” (P2)*

*“(….)No. I think first of all, we should learn the language and than, we can connect with other people, and after that, finding work is very, very important before learning language and integrate with social.” (P4)*

*“(….)Sertir-se bem na vida.(P5)*

*“(….) I need to say to pessoas here, and to government and to presidente and all. We didn't want come here to take from segurança social, we come here to give Portugal our many, many ideas, good ideas.” (P11)*

*“(….) I was coming here I was expecting they may have lots of things for us, like integrated really fast, and in a better way, and I still waiting for a job.” (P15)*

## **2.5 Avaliação individual cética sobre o processo de integração.**

De maneira geral, os participantes se dividem entre a ideia de se sentirem integrados a nova comunidade da qual estão inseridos e não se sentirem parte do todo, porém há duas ressalvas de dois participantes que deixaram nítidas suas preocupações temporárias sobre avaliar o processo no longo prazo:

*“(….)When we enter into Portugal the main problem that we had was like, communicate with portuguese people, they are good, and welcoming people, but because we dont know the language its very hard. When we learn the language, after learning the language, and starting a job, and we feel that: Ok. I can saty here, I can work here, I can go to school here, so, you can find some friends, you know the language, so, you will feel that's ok. That is my new country, and right now, we feel like Portugal is out country if can support my family, if I can find the work or job, so and at that time wil be see, if I'm really integrated here. I don't have any problem; I can stand on my feet and keep goeing.” (P12)*

*“(….)Now in Portugal is good, because the government are supporting us, and we will see after our support finish. We will see, for sure. We need help, because I have a big family and*

*also, other friends of mine, other afghan people they need support also, and now the government are supporting us, we will see, now, I have work, my work is... my salary is not enough to support, I should support my family, but, we will see.” (P1)*

### **3 Qualidade do ensino português**

#### **3.1 Satisfação com Educação**

Durante seu discurso, o participante cita que ciente de suas dificuldades de formação escolar, menciona a qualidade do ensino em Portugal:

*“(...) the education is good, I don't have. I studied in the Afghanistan up to 9 class, but when I come here, and couple of months, we didn't have any Portuguese course and or these things, and after that, we started to join with” (P1)*

Um dos participantes referiu-se á qualidade do ensino em Portugal, quando comparado com o seu país de origem e outros próximos:

*“(...) it's clear I think, because our country is underdevelopment country, when I compare with a, our neighborhood, Pakistan and Iran yah, it's very worse” (P2)*

Outro dos participantes referiu-se ao ensino de Portugal, citando sua experiência com sua família:

*“(...) the experience I have with my family is like that, in Portugal they have opportunity for the kids to go to school, but when the child comes, they put they in school directly” (P12)*

#### **3.2 Satisfação com Educação básica**

Apesar do participante não ter acedido o próprio ao ensino regular, apresenta grande satisfação pelo acesso a educação que seus descendentes possuem por fazerem parte do processo de ensino em Portugal:

*“(...) ela gosta muito. Eu também gosto porque ela aprender português. Ela aprender um monte de coisas na escola, sim.” (P6)*

### 3.3 Insatisfação com o acesso a educação

De maneira mais enfática um participante demonstra total insatisfação com o sistema educacional português devido a informações previamente adquiridas no país anterior:

*“(...)this is my answer. Em Portugal no education. No, nada. All time Portugal say, free, free education in Portugal.*

*And I’m say this in RTP, say in teatro, I’m say in many, many, many vezes, when I go to see anyone, because the objective of the government, IOM, SEF, ACNUR, come to Egipt and make entrevista pra mim e minhas filhas, primeiro vez, I asked about education, because all my family in, no Egito estudar, when we come here, and give me promises in Egipt, after you come Portugal, two or three days all family go to school. Ainda NO. agora três anos.” (P11)*

### 3.4 Dificuldades de acesso ao Ensino superior

De acordo com o relato de um dos participantes com histórico profissional na vida acadêmica em seu país de origem verbaliza sua dificuldade em seguir sua trajetória no ensino superior:

*“(...) we live the, in residencial and nobody do university. I want to continue my education degree. But they did, said to me I couldn’t go to scholarship” (P4)*

Após a estadia de mais de 3 anos vivendo em Portugal, o participante afirma que tem dificuldades em finalizar o curso superior iniciado no país que estava a viver anteriormente:

*“(...) Porque they tell me I want/need/ to start from one, from primeiro year, primeiro ano, and I say to them no. Because I almost finished the 3 months, the 3 years in the Egipt, falta um ano pra acabar.” (P7)*

Em seguida o participante ressalta a disparidade entre o acesso a educação mediante o público alvo:

*“(...) those people who finish the high school, and they come to Portugal (...) they finish high school at Afghanistan, we were not able, nobody to helped them to join the university. So those people who wanted to be highly educated its very difficult here.” (P12)*

### 3.5 Dificuldades de acesso a educação básica

Por não ter conseguido encerrar o ensino secundário no seu país de origem, o participante queixa-se que não consegue finalizar seu ensino básico em Portugal:

*“(...)É difícil. (...)Ainda não há, após 3 anos e meia não estudar escola.*

*Entrevistador- E precisava fazer que tipo de estudos?*

*Secundária. Escola secundária a última. 12..” (P8)*

Outra situação verbalizada com mais detalhes por outro participante, sobre a dificuldade de encerrar o ciclo de educação básica em Portugal quando vindo de outro país:

*“(...) na escola em Portugal não vai. Porque quando eu vai, eu tem 17 e meia, só falta 3 ou 2 vai no 18 anos. A escola diz quando tu vai 18, não tem escola pra tu. Porque vai fazer 18 anos e na escola não tem pessoas 18 anos.” (P10)*

## 4 Percepção de saúde

### 4.1 Avaliação positiva individual sobre sua saúde física e mental

De uma maneira geral, muitas opiniões dos participantes se assemelham. E eles, tem em mente o conceito de saúde como de ausência de uma enfermidade e com isso, muitos avaliam positivamente sua saúde física e mental. Por exemplo, quando são perguntados sobre sua saúde ou qualidade dos serviços de saúde as respostas se parecem:

*“(...) Haaan... I don't have any sickness. I'm healthy. Everything is good now.” (P1)*

*“(...) Good. Because I do meditations (...). When I face my problems, I try to meditation and study book, so I feel better.” (P2)*

*“(...) Eu tinha muito problema. Porque eu tinha estresse, io muito rápido (...) magro, magro, magro e doente. Muito. Agora bom. Agora não tem não.” (P3)*

*“(...) o corpo está melhor do que antes.*

*Entrevistador- Em Portugal tu estás muito saudável?*

*Sim.” (P5)*

*“(...)I'm really health.” (P7)*

*“(...) Eu não tenho. Eu mulher com saúde.” (P8)*

*“(...) For refugees is like that, that, that mentally, all the refugees, they have a little bit problem.”(P12)*

Apesar das muitas opiniões similares há participante quem tente aceitar seu processo de luto de forma pacífica e seguir com suas vidas.

*“(...) For refugees is like that. That mentally, all the refugees, they have a little bit problem, they think about the past, what they have in the past, loose everything that ypu earned in all your life....” (P12)*

Como há também participantes que veem o processo de envelhecimento como uma prática resiliente de lidar com as situações que acontecem no decorrer da vida:

*“(...) everything ok. Nothing to add up. Its normal if you have something. When we got here, I applied for this insurance for health so I go to the practioner clinic.” (P13)*

#### **4.2 Satisfação diante do serviço ou acesso a saúde**

O participante quando que verbaliza não ter tido a necessidade do sistema de saúde até o momento porém deposita confiança baseado em suas pesquisas realizadas através da internet quando este ainda se encontrava em outro país:

*“(...) we search like Portugal. It’s like um país calmo, é saúde muito bem, é as pessoas muitas, is something like that very safety.” (P7)*

Quando inquerido sobre a possibilidade de acessos, a saúde o participante verbaliza a facilidade de aceder ao ambiente:

- *“(...) Eu não tenho (problemas de saúde), eu mulher com saúde.*
- *Entrevistador- Vais a um centro de saúde é?*
- *Sim. Muito fácil.” (P8)*

Há ainda situações onde o utente possua ressalvas, porém, ainda assim, considera o serviço de saúde como satisfatório:

*“(...) Minha saúde no portugale /Portugal/, ainda tá bom, muito tempo eu vai a espera no hospital, aqui facilidade, muisto /muito/ bom, mas muisto/muito/ tempo no hospital urgência, porque aqui espera muito tempo no urgência, então eu satisfado/satisfeita.” (P9)*

### 4.3 Diferenças de acesso do serviço de saúde por localidades

Há ainda situações apresentadas que mostram as diferenças regionais quando se trata do uso do sistema público de saúde e no nível de satisfação onde o utente possua, com claras diferenças sobre o melhor serviço de acordo com as experiências anteriores dentro de Portugal:

*“(...) No Alentejo tem médico de família, no Alentejo para mim mais/está/ bem. Mas ali na Lisboa não mais/é/ melhor.” (P10)*

### 4.4 Dificuldades e Insatisfação quanto ao acesso ao serviço de saúde:

A participante ainda retrata a situação ocorrida quando a mesma busca atendimento em Lisboa, com:

*“(...)Mas ali na/em/ Lisboa/Lisboa não mais/é/ melhor, as pessoas, os empregados no hospital, o centro de saúde, não estás bem. Quanto/quando/ eu vai no centro de saúde, e quero consulta, a secretaria a porta diz non: vai a casa lugar/ligar/ neste número. Quando eu lugar/ligar/ a senhora não responde.” (P10)*

Outro participante também tem queixas bem contundentes sobre os procedimentos de acesso a saúde e novamente sobre o contato com funcionários locais:

*“(...)Health. Sorry, I’m speak english now. Saúde in any place some problems in this things, mas aqui é muito. Portugal no education, no health. No, no. How in Portugal? Nós não falamos português bem, quer, queremos família doutor, medico familiar e não tem, não temos. E quero primeiro vez, quero médico falar inglês. E no. Elas falar comigo: atendimento saúde- No, no, no falar inglês, no falar. Falar português? Se não falar português é no. Falar português secretária. No falar inglês.” (P11)*

## 5. Relações laborais

### 5.1 Satisfação nas relações laborais

O participante verbaliza que sua relação laboral corre sem grandes dificuldades, onde se sente respeitado e possui uma boa relação com seus colegas de trabalho e superiores hierárquicos.

*“(...)Eu faço trabalho numa obra e minha patrão, é patroa. É muito bonita, ela é muito giro e simpático, e também quando eu fica trabalho no meu colega também é muito simpático..” (P6)*

Dentro das relações de trabalho, apesar da barreira do idioma, os grupos laborais estão sempre dispostos a ajudar de alguma forma diante das dificuldades, e mesmo após as dificuldades de encontrar trabalho apresentada por um alguns participantes, os que encontraram trabalho sempre enfatizam o bom ambiente encontrado:

*“(...)Sim eu trabalho, antigamente eu trabalho no posto no supermercado 22, no supermercado, a chefe primeiro pra mim, eu tenho medo para primeira mas depois a chefe diz me: no medo, no medo, feliz, feliz. Ali no medo, todos ajudar e give you love, and give your heart.” (P10)*

## **5.2 Dificuldade de empregabilidade**

Alguns participantes referiram ainda sobre a dificuldade para encontrar trabalho em Portugal:

*“(...) start working, finding a job in Portugal is very difficult.” (P1)*

Diante das dificuldades de encontrar trabalho para contribuir para a renda da família, porém, de acordo com suas outras obrigações como senhora do lar, a senhora participante menciona a dificuldade em encontrar trabalhos a meio período:

*“(...)assim, quero trabalho no part-time. Part-time, mas eu não tenho trabalho agora no part... pouco tempo, todo dia, pouco tempo, mas eu não tenho” (P9)*

A participante inicia uma ponderação sobre a necessidade de enquadrar oportunidades de trabalho que atendam as mulheres na mesma situação que a dela da seguinte forma:

*“(...)Eu falar uma coisa. Aqui tem organização para mulher, porque muisto mulheres na imigrantes não tem um a especialização em tudo emprego, é muito, aqui preciso de mulher trabalho para pouco tempo.*

*I have a great desire to work, but no full time. Because I have to give time my family, I have a desire, I will share my husband part...” (P9)*

*“(...) I applied in many companies, because I studied computer science, after so many interviews fortunately I’ve been selected for a bank and will start my working after 2-3 weeks. So, its difficult but its not impossible.”(P12)*

Ainda em seguida, o participante ressalta como uma barreira linguística o idioma português para as oportunidades de emprego:

*“(...) because mostly of afghans, they have been working like, they highly educated, they have been working international companies and organizations, so just the problem they don’t know Portuguese language.” (P12)*

Um discurso muito recorrente por alguns participantes, trata de quando falam sobre a procura por emprego e a dificuldade de encontrar oportunidades sem necessidade de saber falar português:

*“(...)As I mentioned, that still now I don’t have a job. I have applied for many places as you know. That some portuguese shared the experience with me, that getting a job in Portugal is not easy. Exactly like that, they asked me first about the language, that I don’t have.” (P15)*

*“(...)I still have some problems for the job, when they say that portuguese is important, but they don’t provide the portuguese class yet.” (P15)*

*“(...)All jobs needs to speaks English and Portuguese.” (P4)*

### **5.3 Insatisfação com Salários e Benefícios**

Um dos participantes referiu-se á dificuldade que é viver com o seu salário providenciar o sustento para todos de sua família sendo o único a trabalhar:

*“(...) Not enough to, that I support my family, because I have a big family. I have 4 children, me and my wife, totally 6 people. That we are in Portugal, I think this one person working and 6 person, we think that’s not enough. Its really difficult.” (P1)*

Como comumente é citado dentro da comunidade portuguesa, entre os participantes a questão salarial também é um problema:

*“(...)O salário é mais ou menos bom. Porque é salário básico.  
Entrevistador – Mas consegues viver com isso?  
Sim. Mais ou menos dá.” (P6)*

A participante como responsável de arcar com as despesas e lidar com a organização das finanças da família cita sua dificuldade em arcar com todos os compromissos da família:

*“(...)-Entrevistador- Em relação ao salário é do marido para dividir pela família ?  
Isso difícil to manage, to organização todas as coisas igual. Mas eu tentar.” (P9)*

Após uma breve comemoração sobre o aumento salarial adquirido a participante queixa-se ainda assim não é o suficiente para o custo de vida atual e planeamentos de futuro:

*“(...) aqui em Portugal 600 renda. Água, faturas de água, luz, gás, internet e transporte é trezentos e meio, some meses mais, some meses menos. É difícil.” (P11)*

#### **5.4 Percepção de diferenças por região com base nos salários**

Mais um vez a participante pontua diferenças de acordo com a localidade que esteja inserida, agora dessa vez com relação ao trabalho:

*“(...)aqui em Portugal eu trabalhar duas vezes. Primeiro em Vila Viçosa em Alentejo, no Alentejo em fruta, 3 meses ou 4 meses. Eee, bom trabalho. Porque eu quero dinheiro, e bom dinheiro. Me e minha filha era lá. E depois de viver Almada, aqui cheguei Almada eu trabalhar agora Ikea, e ‘no’ pom dinheiro, porque part-time, 4 horas, eu bocadinho. Mas essa semana Ikea make a surprise e January e tudo no mês 1000 dinheiro.” (P11)*

#### **5.5 Necessidades Cursos de formação profissional**

O participante verbaliza o seu interesse em realizar uma formação profissional, porém a mesma não é acessível a ele pois o mesmo não possui suas certificações de ensino:

*“(...)para agora eu não tenho trabalhar, porque não aprendo trabalhar profissional alguma coisa.*

*-Entrevistador- Não tivesse um curso profissional?*

*Sim. Porque não tenho o certificado nível 1 até o nível 9.” (P1)*

## **Discussão**

Para a análise dos relatos dos refugiados, faz-se necessário seguir a divisão dos domínios de integração apresentados por Ager and Strang (2008): cidadania, linguagem e conhecimento cultural, segurança e estabilidade, conexões étnicas, conexões sociais, assistência social, empregabilidade, moradia, educação e saúde.

Muitas famílias e refugiados demonstram uma preocupação significativa em relação à continuidade da educação de suas crianças e jovens. Em alguns casos, muitos tiveram que interromper sua formação superior devido à urgência de deixar seu país. De acordo com Ager e Strang (2008), as escolas locais geralmente não estão preparadas para atender à demanda dos refugiados, especialmente quando há a barreira linguística.

Nas entrevistas apresentadas, é possível observar uma relação ambígua em relação ao processo de educação dos refugiados em Portugal. Enquanto um entrevistado demonstra total insatisfação, outros têm manifestado satisfação em relação às oportunidades de educação para crianças e jovens. Há também a questão do idioma, em que eles demonstram que os mais jovens dentro da escola têm a oportunidade de aprender o português, o que auxilia na integração dos mais jovens e favorece o contato com a comunidade local, promovendo laços com estes. Aqui, podemos observar a falta de preparo de Portugal para lidar com esse público. Ager e Strang (2008) discutem os desafios enfrentados pelos refugiados devido à falta de reconhecimento de seus documentos e diplomas, ou até mesmo a ausência destes, consequência do fato de que muitos não tiveram tempo para organizar esses documentos. Os refugiados que estudam no nível superior ou que tinham planos de iniciar essa fase são os mais prejudicados. Além das diferenças nos sistemas de ensino, a barreira da língua torna

quase impossível para esses indivíduos dar continuidade à sua formação no curto prazo. Esse fator causa prejuízos nas oportunidades de emprego que esses indivíduos almejam e em suas realizações financeiras, exigindo que eles aceitem subempregos devido à falta de formação superior, entretanto, a situação mencionada em si não é uma exclusividade de Portugal, como desenvolvido recentemente em outros estudos oriundos de outros países como de Optz (2019) - Alemanha, Marsh (2016) – Estados Unidos, Czekai (2020) – Holanda. O tema gera bastante envolvimento para a discussão, afinal, suas formações, ensinamentos básicos e secundários e até mesmo seus estudos superiores não são reconhecidos nos países receptores, e a possibilidade de buscar uma certificação de equivalência se apresenta como uma opção que necessita de um grande aporte financeiro. Por tudo isso é uma verdade que esse acesso à educação superior ou validação sejam complicados, porém, é uma temática que ainda precisa ser melhor elaborada uma forma de ser superada não só no ambiente português.

Os relatos dos refugiados sobre o acesso à saúde mental e física durante a experiência de integração em Portugal são significativos. Sobre a temática saúde e principalmente saúde mental, a grande maioria apresenta respostas sem grandes elaborações e dizendo-se satisfeitos com seus estados atuais, porém, como Optz (2019) levanta que quando os entrevistados por se encontrarem em local de segurança, pode gerar o entendimento equivocado que não hajam problemas, quando pode apenas ter havido uma diminuição dos sintomas após a chegada no país de asilo. Por outro lado, Czekay (2020), apresenta dados onde salientam que a capacidade limitada de interação, pode ser um fator agravante para a saúde mental dos refugiados, e nos casos elencados durante esse trabalho, todos os entrevistados tinham uma vasta rede de apoio, seja ela partilhada com os seus familiares ou mesmo com usuários dos serviços de suporte apresentados no país. O trabalho de Fanon (2022) discute a realidade das perturbações psiquiátricas em sobreviventes de tortura e conflitos armados, essa experiência resulta na perda de referências e status sociais, colocando

o indivíduo em uma posição de "outro", frequentemente levando ao isolamento e à solidão, e assim acaba por reforçar a afirmação de Kirmayer et al. (2011) de que este grupo tem maior risco de perturbações psiquiátricas em comparação com a população local. A exposição à guerra, violência, tortura, migração forçada, exílio e incerteza quanto ao seu estatuto nos países onde buscam asilo são experiências traumáticas que causam danos físicos e psicológicos. E que nos relatos apresentados, existem traços em rigor passíveis de associar a traços de depressão e perturbação do estresse pós-traumático (TEPT). Segundo Martins-Borges (2013), o deslocamento involuntário e repentino leva o refugiado a perder suas referências que até então caracterizavam e asseguravam sua identidade.

De acordo com Constantino (2019) e Baak (2020), os relatos sobre o excesso de estresse indicam que o adoecimento psíquico e físico não é provocado apenas pela experiência passada e pela perda de referências. Esses autores relatam que o desencadeamento do adoecimento psíquico e físico ocorre principalmente devido aos altos níveis de estresse. Esses níveis de estresse estão relacionados aos desafios no processo de integração, às dificuldades de acesso ao mercado de trabalho, habitação, educação e serviços, bem como aos efeitos do tédio, isolamento e experiências de discriminação. Hynie et al (2023), preconiza que os muitos fatores que possam estar associados a depressão podem interagir em situações como essa, onde as dificuldades no novo idioma, impossibilidade de seguir com sua educação formal como o idealizado em seu país natal, dificuldades em aceder outros contextos para socialização, e assim, estabelecer novas conexões, como também, com dificuldades no acesso aos serviços em geral, e ainda, dificuldades de empregabilidade. Tudo é possível de convergir a uma fragilidade na saúde mental do refugiado, esses fatores em interação podem gerar ou contribuir para a criação de uma barreira que possa dificultar a integração, caso não haja a devida atenção. Outro desafio enfrentado pelos refugiados, que está dentro dos domínios da integração, de acordo com Ager e Strang (2008), diz respeito ao

acesso aos cuidados de saúde profissional. Nos relatos apresentados, a maioria dos refugiados relatou estar satisfeita com o acesso aos profissionais de saúde. No entanto, observa-se que, dependendo da área onde o sujeito está alocado, eles podem enfrentar maiores dificuldades no atendimento, principalmente devido à barreira da linguagem, que impede o refugiado de marcar consultas.

A empregabilidade, de acordo com Marsh (2016), ajuda o refugiado a sentir-se valorizado e a conquistar independência, desenvolvendo a linguagem e o conhecimento da cultura local. Isso permite o contato com a comunidade anfitriã e a possibilidade de planejar o futuro. Ter o próprio dinheiro e conseguir se sustentar ajuda o refugiado a desenvolver a capacidade de resiliência, reduzindo os riscos de depressão e aumentando o nível de integração do sujeito. Observa-se também que os refugiados enfrentam possibilidades reduzidas de emprego devido à falta de reconhecimento de sua experiência prévia. Marsh (2016), diz ainda que refugiados que tiveram experiência como profissionais liberais ou em cargos gerenciais têm dificuldade em se recolocar no mesmo nível no novo país, o que afeta a longo prazo sua situação econômica.

Apesar das dificuldades apresentadas pela grande maioria dos participantes em conseguir um emprego, os que apresentaram suas percepções sobre os ambientes de trabalho em Portugal, independente da localidade onde se empregam, os mesmos, mostraram-se bastante satisfeitos com os locais de trabalho, e não tanto, com a situação referente aos seus rendimentos pelo trabalho em si, em comparação com os achados recentes de outros autores de diferentes regiões como Optiz (2019) e Czekay (2020). Já sobre as dificuldades apresentadas sobre o mesmo tema em outro contexto são completamente diferentes, a exemplo do encontrado por de Hynie et al. (2023) onde se fez nítida como o fator dificuldade de empregabilidade que afetam diretamente o público de sexo feminino.

Conforme Marsh (2016) e Ager e Strang (2008), a cidadania é o fundamento do processo de integração. Sem a garantia de um status legal e permanente de direitos, é impossível para os refugiados se integrarem a essa sociedade anfitriã. Esse domínio é essencial, especialmente por ser a base para a conquista de estabilidade e segurança, moradia, trabalho e educação. O sentimento de pertencimento está relacionado à construção de proximidade entre pessoas de diferentes origens étnicas.

No nível social, Marsh (2016) explica que os relacionamentos entre pessoas do mesmo background étnico e cultural são conexões culturais essenciais para auxiliar na conquista de oportunidades de emprego, moradia, educação e saúde. Esses quatro componentes são fundamentais para a integração e interdependentes entre si.

As causas apontadas por Marsh (2016) concordam com o relato dos refugiados, que enfrentam a falta de programas de ensino no idioma local e de programas de capacitação profissional. Essa prática pode levar a população a trabalhos insalubres que prejudicam sua saúde a curto e longo prazo, perpetuando uma violência estrutural por meio da precarização do trabalho.

De acordo com Marsh (2016), a moradia é importante para criar um sentimento de estabilidade e segurança, providenciando um espaço para a interação com pessoas do mesmo grupo étnico e/ou de diferentes culturas. O sentimento de que o espaço físico ou comunidade em que se vive é o lar, onde o sujeito se sente confortável e aceito, é essencial para a integração, além de reduzir os níveis de estresse emocional e promover a saúde mental. A moradia tem um valor não apenas material, mas também psicológico, biológico e social, promovendo o bem-estar por meio do sentimento de pertencimento. A falta disso pode provocar sobrecarga emocional e física, e o lar ajuda o sujeito a construir um espaço de identidade, afastando-se do papel de vítima.

Um ponto importante que de certa forma foi pouco notado durante as entrevistas e em comparação com outros trabalhos realizados recentemente, é com relação ao pouco envolvimento da população que está em Portugal com a comunidade nativa residente local, o que se assemelha bastante com o mesmo que ocorre em Pennix (2016) e Czekay (2020) e nada com o que ocorre no Hynie et al (2023) e Marsh (2016), a diferença entre ambos se dá pela forma de contatos e convívios dentro da sociedade em que emergiram e claro por se tratarem de países completamente diferentes do outro lado do atlântico.

## **Conclusão**

Os resultados encontrados no presente estudo mostram diferenças não identificadas por práticas no outro lado do atlântico (Estados Unidos da América e Canadá) que pudessem ser interessantes se aplicadas em território português, como também, situações que lá não ocorrem, e aqui acontecem, com isso, considero ser importante uma pesquisa aprofundada sobre o processo de integração buscando maiores detalhes longitudinais sobre as informações dos sujeitos que neste momento se encontram em Portugal.

Creio ainda que deve-se preconizar um acompanhamento da população refugiada que nesse estudo se apresenta como satisfeita com seu processo de integração e paralelamente considera estar saudável mentalmente. Como foi visto no nosso contexto de estudo, vemos muitos dos nossos participantes afirmando que se sentem integrados na comunidade, e estes mesmos participantes não verbalizam queixas sobre a sua saúde mental, e avaliando seus históricos de integração, percebe-se que estes apresentam-se em contextos pessoais, uma rede de socialização, com capacidades de estabelecer novas conexões autónomas e duradouras, comparativamente, os participantes com queixas mais contundentes com relação integração, apresentaram fortes indícios de fragilidade em saúde mental, esses que, apresentaram pouco ou nenhum envolvimento com a comunidade, em seus discursos verbalizam de alguma

forma, sua limitação na capacidade integrativa que aparentemente não corrobora com seu bem estar emocional.

Vê-se aqui que nos contextos apresentados como integrados e saudáveis mentalmente, a pessoa apresenta verbalizações positivas sobre todo seu processo integrativo, mesmo quando verbaliza informações dos momentos de dificuldades passados ou presentes, e ainda assim, no atual momento, não apresenta verbalizações ao discurso de maneira a invalidar ou enfraquecer seu processo integrativo. Tendo visto, que tais sujeitos, apresentam características de interação com a comunidade local, e ainda uma rede de suporte, não oriundo apenas de organizações, como também redes de contato orgânica com a sociedade, seja essa rede partilhada com seus familiares ou com utentes de serviços de suporte governamental ou não governamental.

Também considero importante, a possibilidade de estudar formas de validar documentos básicos, como prioritariamente de educação, pelo menos de ensino básico ou médio para indivíduos fora de idade escolar, visando assim, uma forma de facilitar a possibilidade de integração a trabalhos mais próximos das experiências anteriores da população alvo quando estavam a viver no seu país de origem.

Vejo ainda como necessário, pesquisas posteriores com o intuito de identificar a forma como os portugueses entendem e percebem sua participação no processo de integração da população refugiada e como os mesmos veem sua parcela junto ao processo de integração da população refugiada. E ainda, porém, não menos importante, buscar a realização de estudos relativamente direcionados para o trabalho de saúde mental a longo prazo, mesmo entendendo que o contexto cultural seja muito diferente, no quesito de aceitação, seria importante manter uma proximidade para familiarização da possibilidade. E assim, ofertar a prática clínica como uma ferramenta que possa beneficiar, a comunidade e a população refugiada. Acredito que com isso, os resultados encontrados podem ajudar no entender a

importância e o entendimento sobre integração e saúde mental da população refugiada e assim, ser um importante aliado para um melhor desenvolvimento das tarefas nessa nova etapa da vida em uma cultura tão diferente.

Vejo também como importante trabalhar com a população local, simultaneamente, em que se trabalha com a população recém-chegada, como já apresentado em diversos momentos do presente trabalho, esse é um processo de duas vias, e todos precisam estar em movimento para que o objetivo final da caminhada seja alcançado.

Mais do que uma atitude neutra, é necessária uma atitude positiva para lidar diretamente com a população refugiada e assim, ajudar no processo, que essa ajuda não seja apenas realizada por agentes do estado ou de instituições, como também dos outros elementos da sociedade civil.

Cada país tem sua forma de lidar com os processos, e ainda assim, as dificuldades dos refugiados se apresentam muito similares, talvez seja a hora buscar um padrão. Entendo que o trabalho aqui apresentado consiste em apenas 15 participantes, e não faz assim, uma amostragem representativa, por isso, considero importante uma pesquisa de maior escala com intuito de abranger um número maior de pessoas.

## REFERÊNCIAS

- Alarcão, M. (2000). *(Des)Equilíbrios Familiares – uma visão sistémica*. Coimbra: Quarteto Editora.
- Ager, Alastair & Strang, Alison. (2008). Understanding Integration: A Conceptual Framework. *Journal of Refugee Studies*. 21. 10.1093/jrs/fen016.
- Antunes, José António Pereira de Jesus. (2017). Refugiados e saúde mental: acolher, compreender e tratar. *Psicologia, Saúde & Doenças*, 18(1), 115-130. <https://dx.doi.org/10.15309/17psd180109>
- Azevedo, Vanessa, Carvalho, Margarida, Fernandes-Costa, Flávia, Mesquita, Soraia, Soares, Joana, Teixeira, Filipa, & Maia, Ângela. (2017). Transcrever entrevistas: questões conceptuais, orientações práticas e desafios. *Revista de Enfermagem Referência, serIV*(14), 159-168. <https://doi.org/10.12707/RIV17018>
- Berry, J. W., Poortinga, Y. H., & Pandey, J. (Eds.). (1997). *Handbook of Cross-cultural Psychology: Basic processes and human development* (Vol. 2). John Berry.
- Berry, J. W. (2013). Integration as a mode of immigrant acculturation. *US immigration and education: Cultural and policy issues across the lifespan*, 41-57
- Berry, J. W. (2017). Theories and models of acculturation. *\*The Oxford handbook of acculturation and health*, 15-28.
- Bronfenbrenner, U. (1977). Toward an experimental ecology of human development. *American Psychologist*, 32(7), 513-531. doi: 10.1.1.458.7039&rep=rep1&type=pdf
- Costa, Bruno Ferreira, & Teles, Géssica. (2017). A política de acolhimento de refugiados - considerações sobre o caso Português. *REMHU: Revista Interdisciplinar da Mobilidade Humana*, 25(51), 29-46. <https://dx.doi.org/10.1590/1980-85852503880005103>
- CPR (2019), Aida: Asylum Information Database. Country Report: Portugal. 2018 update, ECRE, EPIM.
- Convenção Relativa ao Estatuto dos Refugiados(1951)*. Recuperado de [https://www.acnur.org/fileadmin/Documentos/portugues/BDL/Convencao\\_relativa\\_ao\\_Estatuto\\_dos\\_Refugiados.pdf](https://www.acnur.org/fileadmin/Documentos/portugues/BDL/Convencao_relativa_ao_Estatuto_dos_Refugiados.pdf)
- Czekay, Jannika (2020), “The social integration of refugees in Groningen”. *Electronic Theses and Dissertations*. <https://frw.studenttheses.ub.rug.nl/id/eprint/3300>
- Fazel, Mina & Doll, Helen & Stein, Alan. (2009). A School-Based Mental Health Intervention for Refugee Children: An Exploratory Study. *Clinical child psychology and psychiatry*. 14. 297-309. 10.1177/1359104508100128.

- Galina, Vivian Fadlo et al. A saúde mental dos refugiados: um olhar sobre estudos qualitativos. *Interface - Comunicação, Saúde, Educação* [online]. 2017, v. 21, n. 61 [Acessado 29 Outubro 2020] , pp. 297-308. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1807-57622016.0929>>. ISSN 1807-5762. <https://doi.org/10.1590/1807-57622016.0929>.
- Gonsalves, C. J. (1992). Psychological stages of the refugee process: A model for therapeutic interventions. *Professional Psychology: Research and Practice*, 23(5), 382–389. <https://doi.org/10.1037/0735-7028.23.5.382>
- Hartman, A. (1995). Diagrammatic assessment of family relationships. *Families in Society*, 76(2), 111–122.
- Jansen, Maria del Carmen Cárdenas. Saúde mental e estrutura familiar: o lugar do sofrimento psíquico grave. 2007. 186 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia Clínica e Cultura)- Universidade de Brasília, Brasília, 2007. -----  
[https://bdtd.ibict.br/vufind/Record/UNB\\_ee8d93a24f2d565f31464fbbd2e2b71a](https://bdtd.ibict.br/vufind/Record/UNB_ee8d93a24f2d565f31464fbbd2e2b71a)
- Martins Borges, Lucienne, & Pocreau, Jean-Bernard. (2012). Serviço de atendimento psicológico especializado aos imigrantes e refugiados: interface entre o social, a saúde e a clínica. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 29(4), 577-585. <https://dx.doi.org/10.1590/S0103-166X2012000400012>
- Marsh, Rebekah Natalie, "Displaced but Not Without Place: Refugee and Immigrant Integration Experiences in Greeley, Colorado" (2016). Electronic Theses and Dissertations. 1142. <https://digitalcommons.du.edu/etd/1142>
- MINUCHIN, Salvador. Famílias: funcionamento e tratamento. Porto Alegre: Artes Médicas, 1990
- Oliveira, C. R. (2020), Entrada, Acolhimento e Integração de Requerentes e Beneficiários de Proteção Internacional em Portugal, Relatório Estatístico do Asilo 2020, Caderno Estatístico Temático # 3, Coleção Imigração em Números do Observatório das Migrações, Lisboa: ACM.
- Opitz, Ellen Christina, „Wer darf Deutsch sein?": the Racialization and Integration of Refugees in Germany" (2019). Electronic Theses and Dissertations. <http://digital.library.wisc.edu/1793/78919>
- Padilla, Beatriz, & Ortiz, Alejandra. (2012). Fluxos migratórios em Portugal: do boom migratório à desaceleração no contexto de crise. Balanços e desafios. *REMHU: Revista Interdisciplinar da Mobilidade Humana* , 20(39), 159-184. <https://dx.doi.org/10.1590/S1980-85852012000200009>
- Penninx, R., Garcés-Mascareñas, B. (2016). The Concept of Integration as an Analytical Tool and as a Policy Concept. In: Garcés-Mascareñas, B., Penninx, R. (eds) *Integration Processes and Policies in Europe*. IMISCOE Research Series. Springer, Cham. [https://doi.org/10.1007/978-3-319-21674-4\\_2](https://doi.org/10.1007/978-3-319-21674-4_2)

*Relatório Jornadas Desesperadas (2017)*. Recuperado de [https://data2.unhcr.org/en/documents/download/63039#\\_ga=2.172952227.164682320.1593884024-760781803.1593733800](https://data2.unhcr.org/en/documents/download/63039#_ga=2.172952227.164682320.1593884024-760781803.1593733800)

Rodrigues, Dulce, Correia, Tânia, Pinto, Inês, Pinto, Ricardo, & Cruz, Cristina. (2014). Um Portugal de Imigrantes: exercício de reflexão sobre a diversidade cultural e as políticas de integração. *Da Investigação às Práticas*, 4(1), 82-105. Recuperado em 11 de novembro de 2020, de [http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2182-13722014000100006&lng=pt&tlng=pt](http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2182-13722014000100006&lng=pt&tlng=pt).

Jorden, S.; Matheson, K.; Anisman, H. (2009). Supportive and Unsupportive Social Interactions in Relation to Cultural Adaptation and Psychological Distress Among Somali Refugees Exposed to Collective or Personal Traumas. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 40(5), 853–874. doi:10.1177/0022022109339182

Beiser, M. (2006). Longitudinal Research to Promote Effective Refugee Resettlement. *Transcultural Psychiatry*, 43(1), 56–71. doi:10.1177/1363461506061757

Alastair Ager, Alison Strang, Understanding Integration: A Conceptual Framework, *Journal of Refugee Studies*, Volume 21, Issue 2, June 2008, Pages 166–191, <https://doi.org/10.1093/jrs/fen016>

Fanon, F., 2022. *Os condenados da terra*. Editora Schwarcz-Companhia das Letras.

Kilomba, G. (2020). *Memórias da plantação: episódios de racismo cotidiano*. Editora Cobogó.

Walliman, N (2016). *Social Research Methods: Nicholas Walliman*. 2 edition, London.

Weima, Yolanda & Sherrell, Kathy & Hyndman, Jennifer & Hynie, Michaela & Khalaf, Mahi. (2023). *SUSTAINING WELCOME: Longitudinal Research on Integration with Resettled Syrian Refugees*.

## ANEXOS

### GUIÃO DE ENTREVISTA

- 1- Poderia falar-me sobre a sua vida no seu país de origem? (Incluir: casa, família, trabalho/emprego, lazer).
- 2- O que o/a motivou para sair do seu país?
- 3- Veio diretamente para Portugal? Há quanto tempo está no país? É a primeira vez que está a residir e fazer a sua vida num país estrangeiro?
- 2- Que expectativas tinha sobre a vida em Portugal antes de sair do seu país?
- 3- Como tem sido a sua experiência de trabalho em Portugal? (Se não tiver trabalhado, explicar porquê.)
  - a) Como são as relações com os seus colegas e a chefia?
  - b) Está satisfeito com o salário? É suficiente para o tipo de vida que tem?
- 4- Qual é a sua opinião sobre a educação em Portugal? Qual é a experiência que tem?
- 5- Como está a sua saúde – física e mental – desde que chegou a Portugal? Como trata os problemas quando surgem?
- 7- Quem são as pessoas ou instituições de referência para si e para a sua família? Quem o/a tem ajudado a chegar a Portugal e a estabelecer-se aqui?
- 8- Quais são os seus principais contactos com a comunidade portuguesa? Tem amigos/as portugueses?
- 9- Quais são os seus principais contactos com a/s comunidade/s do seu país? Tem amigos/as do seu país que conheceu em Portugal?
- 9-O que é para si estar integrado/a num país diferente?
- 10- Sente-se integrado/a em Portugal? Incluir: casa, família, trabalho/emprego, lazer. O que gostaria que tivesse corrido melhor?

## **Termo de Consentimento Informado**

Leia este termo de consentimento com atenção. Poderá colocar as questões que entender antes da assinatura deste termo.

O estudo que o/a convidamos a participar integra um projecto de investigação do Instituto Piaget Almada como forma de coletar dados para a dissertação: “O sofrimento psicológico de famílias refugiadas no processo de integração na comunidade portuguesa”, e assim, com isso, tem o objetivo de conhecer os contextos da integração do sujeito e bem como perceber todo o processo percorrido durante transição para a autonomia do sujeito. Na condição de informante privilegiado, pelo trabalho desenvolvido junto desta população específica, convidamos a colaborar na realização de uma entrevista, com a duração de tempo que entender.

A sua participação tem um carácter voluntário, como tal tem a possibilidade, por motivos éticos, de negar a participação ou de se retirar do estudo, a qualquer momento, sempre que assim o entender.

De acordo com as normas da Comissão de Protecção de Dados, os dados recolhidos são anónimos e a sua eventual publicação só poderá ter lugar em Revistas da especialidade. Todos os dados pessoais, e de terceiros passíveis de revelar a sua identidade, são confidenciais e serão omitidos.

No decorrer ou após a sua participação, caso tenha alguma questão poderá contactar a equipa de investigação.

**Investigador:** Alan Almeida

**Contactos:** [alannalmeida@gmail.com](mailto:alannalmeida@gmail.com)

**Investigadora responsável:** Sandra Roberto

**Contacto:** [sandragasroberto@gmail.com](mailto:sandragasroberto@gmail.com)

Ao assinar este termo, concordo em participar voluntariamente no presente estudo. Declaro que fui devidamente esclarecido/a sobre a investigação e os procedimentos nela envolvidos. Foi-me garantido que posso retirar o meu consentimento a qualquer momento, sem que isso leve a qualquer penalização.

**Nome do Participante**

\_\_\_\_\_

Assinatura

\_\_\_\_\_

Data: \_\_/\_\_/\_\_\_\_\_ .



DECLARAÇÃO DE AUTORIZAÇÃO DE DEPÓSITO NO REPOSITÓRIO COMUM  
Decreto-Lei n.º 115/2013, de 7 de agosto

Considerando que a legislação em vigor referente ao depósito legal de dissertações e teses - artigo 50.º, do Decreto-Lei n.º 115/2013, de 7 de agosto, obriga ao depósito de uma cópia digital das teses e outros trabalhos de doutoramento e das dissertações de mestrado num repositório integrante da rede RCAAP - Repositório Científico de Acesso Aberto de Portugal,

Alen Nascimento de Almeida  
Portador do Cartão de Cidadão n.º AA2098B7J77

Autor do Trabalho de Projeto / Relatório Final / Dissertação de Mestrado

Intitulado/a: Integração e saúde mental das pessoas refugiadas  
Concluído/a em 30/10/23

Declaro, sob compromisso de honra, que:

1. O Trabalho de Projeto / Relatório final / Dissertação entregue e que conduziu à atribuição do grau é um trabalho original e detenho todos os direitos de autor;

2. Concedo ao Instituto Piaget, entidade instituidora da/o ISEIT-Alameda uma licença não-exclusiva para a/o arquivar e tornar acessível em formato digital no Repositório Comum, ou em qualquer outro repositório que a Instituição venha a utilizar, com o seguinte estatuto:

Acesso aberto

Acesso restrito

Acesso fechado

Acesso Embargado<sup>1</sup>  até  / /

Email: alennalmeida@gmail.com Contacto tlf: 937 222 999

Data: 30/10/2023

Assinatura: Alen Almeida

<sup>1</sup>Após a data indicada, o documento fica disponível em Acesso Aberto.



#### ANEXO I

#### LICENÇA DE DISTRIBUIÇÃO NÃO EXCLUSIVA – REPOSITÓRIO COMUM

Ao depositar no Repositório Comum, os autores devem concordar com a seguinte licença de utilização:

##### LICENÇA DE DISTRIBUIÇÃO NÃO-EXCLUSIVA

Ao depositar um documento no Repositório Comum, o/a Sr./Sra. :

- a) Concede à FCCN o direito não-exclusivo de reproduzir, converter (como definido em baixo), disponibilizar, comunicar e/ou distribuir o documento entregue (incluindo o resumo/abstract) em formato digital, no quadro e para os fins e objetivos do projeto RCAAP.
- b) Declara que o documento entregue é seu trabalho original, e que detém o direito de conceder à FCCN os direitos referidos na alínea anterior ou que obteve do respetivo titular as necessárias permissões para essa concessão.
- c) Declara que a concessão à FCCN dos direitos referidos na alínea a), não infringe, tanto quanto lhe é possível saber, os direitos de qualquer outra pessoa ou entidade e que o conteúdo do documento disponibilizado não viola direitos de terceiros.
- d) Declara acautelar que os documentos por si disponibilizados não contêm informações sigilosas ou confidenciais relativas à sua atividade educativa ou profissional, nomeadamente em termos de marcas, patentes ou segredos industriais ainda não registados ou atribuídos pelas entidades competentes.
- e) Declara que os documentos contêm todas as referências bibliográficas, editoriais, e a referência aos respetivos programas financiadores e apoios institucionais (se aplicável).

A FCCN identificará claramente o(s) autor(es) do documento entregue, e não fará qualquer alteração, para além das permitidas por esta licença.

O autor pode solicitar que o seu documento seja retirado do Repositório Comum.

Data: 30/10/2023

Assinatura: Afonso Nascimento de Almeida