



CIÊNCIAS EMPRESARIAIS

ESCOLA SUPERIOR
POLITÉCNICO SETÚBAL

CLÁUDIA
ALEXANDRA
CARVALHO DA
SILVA

INCLUSÃO SOCIAL E REINserÇÃO LABORAL DE EX-RECLUSOS: PERSPETIVAS E DESAFIOS NO CONTEXTO PORTUGUÊS

Relatório de Dissertação de investigação do
Mestrado em Gestão Estratégica de Recursos
Humanos

ORIENTADOR

Professor Doutor, António José Almeida

Dezembro, 2025

CLÁUDIA
ALEXANDRA
CARVALHO DA
SILVA

**INCLUSÃO SOCIAL E REINSERÇÃO
LABORAL DE EX-RECLUSOS:
PERSPETIVAS E DESAFIOS NO
CONTEXTO PORTUGUÊS**

JÚRI

Presidente: *Professora Doutora, Lina Maria Fortes
Ferreira, ESCE-IPS*

Orientador: *Professor Doutor, António José Almeida,
ESCE-IPS*

Vogal: *Professora Doutora, Célia de Jesus Fialho
Quintas, ESCE-IPS*

Dezembro, 2025

As dificuldades preparam pessoas comuns para destinos extraordinários.

Lewis

Agradecimentos

Este trabalho marca o fim de uma etapa e reflete o contributo de muitas pessoas que, direta ou indiretamente, me ajudaram a chegar até aqui. A todos os que me acompanharam neste percurso, deixo um agradecimento profundo e sentido.

Aos meus pais, por tudo o que representam. Pela força que nunca faltou, pela confiança que sempre depositaram em mim e por me ensinarem que a determinação e o empenho são a base de qualquer conquista.

A quem nunca me deixou por um instante, que acompanhou cada passo de perto, que ficou acordado noites inteiras a ler o que escrevia, que se entusiasmou tanto como eu com este projeto e que, desde o início, acreditou que eu conseguiria, só posso agradecer. Estão em cada linha e em cada conquista deste trabalho.

Aos meus amigos, que sempre acreditaram em mim, mesmo quando eu própria duvidava. Obrigada por estarem presentes nos momentos certos, por tornarem os dias mais leves e por me lembrarem de celebrar o caminho e não apenas a meta. A vossa amizade foi o descanso, o riso e o incentivo de que tantas vezes precisei.

A todos os que, de forma discreta, contribuíram para este processo, com uma palavra, um gesto, uma conversa ou um simples voto de confiança, deixo igualmente o meu reconhecimento. Cada presença, por mais pequena que tenha parecido, fez diferença.

Quero também expressar o meu agradecimento a todas as empresas que se disponibilizaram para apoiar e acolher este trabalho, criando condições para que a investigação fosse possível. De igual modo, reconheço o contributo dos participantes, cuja generosidade, paciência e disponibilidade, muitas vezes após longos dias de trabalho, tornaram este estudo verdadeiramente possível. A partilha das vossas experiências conferiu sentido e profundidade a toda a investigação.

Por fim, ao meu orientador, pela orientação, pela disponibilidade e pela serenidade com que guiou este trabalho. O seu rigor e apoio foram essenciais para que esta investigação ganhasse forma.

A todos, o meu mais sincero agradecimento. Nenhuma conquista é verdadeiramente individual, e esta não é exceção. Este trabalho pertence, também, a cada um de vós.

Resumo

Este estudo investiga a reinserção social e laboral de ex-reclusos em Portugal, abordando barreiras, estratégias e fatores que condicionam este processo. O objetivo centra-se na análise da exclusão social, do estigma associado a antecedentes criminais e do papel das redes de apoio familiar e institucional na reintegração social e profissional. Adotou-se uma abordagem qualitativa, com entrevistas semiestruturadas a ex-reclusos, técnicas de reinserção social e uma diretora de recursos humanos, complementadas por análise documental. A recolha de dados considerou transcrições integrais, permitindo uma análise de conteúdo detalhada e sistemática. As fontes incluíram depoimentos primários e literatura especializada para fundamentação teórica. Os resultados destacam a importância do capital social, da formação profissional e do suporte familiar como mediadores do sucesso na reinserção, bem como as dificuldades impostas pelo preconceito social e pelas limitações institucionais. Os resultados indicam que a implementação de políticas públicas integradas, em conjunto com redes de apoio reforçadas podem potenciar a inclusão social, reduzir a reincidência e promover a dignidade e autonomia dos ex-reclusos.

Palavras-chave:

Inclusão social; Reinserção laboral; Exclusão social; Estigma

Abstract

This study investigates the social and labour reintegration of former inmates in Portugal, addressing the barriers, strategies, and factors that influence this process. The main objective is to analyse social exclusion, the stigma associated with criminal records, and the role of family and institutional support networks in social and professional reintegration. A qualitative approach was adopted, including semi-structured interviews with former inmates, social reintegration professionals, and a human resources manager, complemented by document analysis. Data collection considered full transcriptions, enabling a detailed and systematic content analysis. Sources included primary testimonies and specialized literature for theoretical grounding. The results highlight the importance of social capital, professional training, and family support as mediators of successful reintegration, as well as the challenges posed by social prejudice and institutional limitations. Findings indicate that the implementation of integrated public policies, together with strengthened support networks, can enhance social inclusion, reduce recidivism, and promote the dignity and autonomy of former inmates.

Key Words:

Social inclusion; Labor reintegration; Social exclusion; Stigma

Índice

Introdução.....	1
Capítulo I - Revisão de Literatura	3
1. Enquadramento teórico	3
1.1. Da prisão à sociedade: desafios e caminhos para a reinserção	4
1.2. Inclusão e exclusão social de ex-reclusos	7
1.3. Estereótipo, preconceito, discriminação e estigma social perante ex-reclusos	10
1.4. Reinserção social e reintegração laboral de ex-reclusos	12
1.5. O papel dos empregadores na reintegração social e laboral de ex-reclusos.....	16
1.6. Análise de estudos comparáveis	19
Capítulo II – Objetivos e Metodologia.....	22
2. Objetivos e Metodologia	22
2.1. Objetivos do estudo	22
2.2. Metodologia	23
2.3. Abordagem metodológica	23
2.4. Amostra	25
2.5. Técnicas de recolha de dados	27
2.6. Métodos de análise de dados	29
2.7. Considerações éticas	30
Capítulo III – Apresentação e Discussão de Resultados	32
3. Apresentação e discussão de resultados	32
3.1. Caracterização sociográfica dos entrevistados	32
3.3. Vivência Prisional	34
3.3. Formação e Educação.....	36
3.4. Família e redes de apoio.....	38
3.5. Apoio institucional	40
3.6. Estigma e Preconceito	42

3.7. Inclusão Social	44
3.8. Reinserção Laboral.....	45
3.9. Perspetivas de futuro	48
Conclusão	50
Referências bibliográficas	52

Índice de Tabelas

Tabela 1 – Caracterização dos ex-reclusos.....	32
Tabela 2 – Caracterização das técnicas de reinserção social.....	33
Tabela 3 – Caracterização da diretora de recursos humanos.....	34
Tabela 4 – Perfil educativo e acesso à formação prisional.....	36

Introdução

A reinserção social e laboral de ex-reclusos representa um dos maiores desafios contemporâneos nas áreas do desenvolvimento social e da justiça criminal. Em Portugal, tal como em outras sociedades, o retorno à vida comunitária após a prisão é marcado por processos complexos de exclusão, estigmatização e dificuldades de reintegração, tanto no âmbito social como no mercado de trabalho (Bourdieu, 1986; Goffman, 1963). Compreender estes processos é fundamental não apenas para a promoção da coesão social, mas também para a prevenção da reincidência, sendo a reinserção um direito humano que deve ser assegurado.

O presente estudo tem como objetivo principal analisar as perceções e experiências relativas ao processo de reinserção social e laboral de ex-reclusos no contexto português, a partir do ponto de vista dos próprios ex-reclusos, bem como de profissionais de instituições envolvidas neste processo.

Os objetivos específicos incluem: Identificar as principais barreiras percecionadas pelos ex-reclusos no processo de reinserção social e procura de emprego; Analisar as perceções dos ex-reclusos quanto à eficácia dos programas de apoio existentes e o seu contributo para a inclusão social e laboral; Compreender o impacto do estigma social e dos preconceitos na autoconfiança e motivação dos ex-reclusos durante o processo de reinserção; Explorar o papel das instituições e empresas na promoção da reinserção social e laboral de ex-reclusos; Identificar os principais desafios enfrentados pelos ex-reclusos e pelas entidades empregadoras no âmbito da reinserção; Avaliar o impacto do Programa de Inserção de Reclusos (PIR) na qualificação e empregabilidade dos ex-reclusos; Compreender a influência da família e da comunidade no processo de reinserção social e reintegração laboral dos ex-reclusos.

Para atingir estes objetivos, adotamos uma abordagem metodológica que está alinhada com uma perspetiva qualitativa, privilegiando a compreensão aprofundada das experiências individuais e coletivas por meio de entrevistas semiestruturadas e análise documental (Bardin, 2011). A metodologia adotada contemplou a seleção de uma amostra intencional composta por ex-reclusos envolvidos em processos de reintegração, técnicas de reinserção social especializados e uma diretora de recursos humanos. Os dados foram recolhidos através de entrevistas presenciais e remotas, posteriormente submetidos a análise de conteúdo, permitindo identificar categorias temáticas e padrões emergentes (Bardin, 2011). A triangulação dos dados e o confronto com a literatura especializada reforçam a validade e a fiabilidade dos resultados.

Este relatório encontra-se estruturado em três capítulos: a revisão da literatura, que fundamenta teoricamente o estudo; os objetivos e a metodologia, detalhando procedimentos e instrumentos; e os resultados empíricos, onde se interpretam e discutem os dados recolhidos.

Capítulo I - Revisão de Literatura

1. Enquadramento teórico

A reinserção social e laboral de ex-reclusos representa um desafio complexo, que envolve aspetos sociais, psicológicos e organizacionais. Superar barreiras, como o estigma social e a discriminação no mercado de trabalho, é essencial para uma reinserção bem-sucedida. Goffman (1988) destaca o impacto do estigma na identidade social dos indivíduos, o que, no caso dos ex-reclusos, contribui frequentemente para a sua exclusão e marginalização. Além disso, a falta de redes de apoio adequadas agrava a sua situação, dificultando a sua adaptação social e profissional (Bourdieu, 1986). Uma reinserção eficaz visa, portanto, promover a dignidade e inclusão social, e evitar a reincidência criminal, permitindo uma integração plena na comunidade (Rodrigues et al., 1999).

No que respeita à inserção de ex-reclusos no mercado de trabalho, esta exige mais do que um processo de contratação. É fundamental adotar um conjunto de medidas que envolvem a mudança de atitudes dos responsáveis empresariais, a revisão dos critérios de seleção de candidatos e a implementação de programas contínuos de apoio e inclusão. Becker (1964) e Rego et al. (2015) reforçam a importância de políticas que invistam no desenvolvimento de competências, uma vez que o capital humano¹ é um fator determinante para o sucesso profissional dos indivíduos. Christie (2016) complementa esta perspetiva ao salientar o papel das organizações como agentes de justiça social², capazes de contribuir para a reintegração de indivíduos marginalizados. Para que este processo seja bem-sucedido, as organizações necessitam de ultrapassar os preconceitos enraizados, através de práticas inclusivas que promovam a adaptação e evolução dos ex-reclusos no mercado de trabalho (Amaro & Costa, 2019; Chaves et al., 2022; Sousa, 2015). Estas práticas contribuem para uma sociedade mais justa, tal como ajudam a fortalecer uma cultura empresarial responsável e inclusiva (Chaves et al., 2022).

¹ Conjunto de conhecimentos, habilidades, experiências e competências dos colaboradores que contribuem para o sucesso e a competitividade da organização (Rego et al., 2015).

² Garantir direitos e oportunidades iguais para todos, promovendo a redução das desigualdades sociais (Rawls, 2013).

1.1. Da prisão à sociedade: desafios e caminhos para a reinserção

A reintegração social de indivíduos provenientes do sistema prisional configura-se como um processo complexo que implica desafios significativos, tanto para os ex-reclusos, como para a sociedade no seu todo. Em Portugal, o Código da Execução das Penas e Medidas Privativas de Liberdade (Lei n.º 115/2009), define o recluso como um indivíduo privado da sua liberdade, a cumprir pena num estabelecimento prisional. Em termos legais, “Tanto na execução da pena de prisão³ como na da prisão preventiva⁴, o recluso tem a obrigação de permanecer ininterruptamente no estabelecimento prisional até ao momento da libertação, salvaguardados os casos de autorização de saída” (FFMS, s.d.).

O artigo 2.º, da mesma lei, estabelece como finalidades da execução das penas:

1. A reintegração do recluso na sociedade, preparando-o para viver de forma socialmente responsável, sem reincidência criminal⁵;
2. A proteção de bens jurídicos⁶;
3. A defesa da sociedade.

A privação da liberdade não implica a perda dos direitos fundamentais dos reclusos, que devem ser assegurados, admitindo-se restrições apenas quando estritamente justificadas pelo sentido da condenação e pelas exigências próprias da execução da pena, nomeadamente por razões de ordem, segurança e proporcionalidade (CRP, 1974; DILP, 2020; Nações Unidas, 2017). Por exemplo, o direito à privacidade poderá ser limitado por razões de segurança, com revistas às celas ou restrições nas comunicações com o exterior (DILP, 2020).

Compreendidas as condições inerentes ao contexto prisional, impõe-se uma análise crítica da transição para a liberdade e dos desafios associados a este processo. Segundo Rodrigues et al. (1999), a prisão representa um sistema autoritário que condiciona profundamente a autodeterminação dos indivíduos, submetendo-os a regras rígidas e à autoridade constante do sistema prisional, que limita a sua capacidade de tomar decisões sobre a própria vida. Wacquant

³ Sanção criminal aplicada a um condenado e a sua execução tem em vista a futura reinserção na sociedade (FFMS, s.d.).

⁴ Medida de coação aplicada a um presumível inocente com fins cautelares, como por exemplo o de evitar a destruição de provas, ou a fuga do arguido (FFMS, s.d.).

⁵ Segundo Ramos (2015), a reincidência é definida legalmente como uma circunstância agravante da pena, associada ao ato de repetir o mesmo delito ou crime já julgado.

⁶ Bens jurídicos são valores ou interesses considerados essenciais para a convivência social, merecendo, por isso, proteção e regulamentação específica. Estes bens podem ser tangíveis, como a propriedade, ou intangíveis, como a vida, a liberdade e a honra (Lyra, 2013).

(2009) reforça esta perspectiva ao caracterizar a prisão como um espaço de exclusão, perpetuador de desigualdades sociais, contrariando os princípios legais de inclusão e reinserção.

Para Fortes e Eiras (2010), o ex-recluso é aquele que, tendo concluído o cumprimento da sua pena, inicia o processo de reinserção fora do sistema prisional. Este processo pressupõe o acesso a direitos e oportunidades igualitárias à de outros cidadãos, nomeadamente no que respeita à inserção no mercado de trabalho, à educação e à participação cívica (Gomes, 2017). Neste sentido, torna-se importante que o processo de reinserção se inicie ainda durante o cumprimento da pena, sendo o Plano Individual de Readaptação (PIR) um instrumento central neste procedimento.

O PIR, de acordo com Machado (2016), deve contemplar a realização de atividades educativas, ações de formação profissional e programas de reabilitação, com o objetivo de desenvolver competências essenciais para a vida em liberdade. O autor afirma que “(...) a prisão foi-se constituindo não como um mero espaço de privação de liberdade, mas igualmente como espaço de reeducação.” (Machado, 2016, p. 52), destacando a importância de preparar gradualmente os reclusos para o regresso à sociedade. Esta análise é complementada por Morujo (2017), que propõe uma perspectiva integrada do PIR, ou seja, considera-o um plano personalizado que deve ter em conta o perfil individual do recluso, incluindo o seu percurso escolar, a experiência profissional, as necessidades formativas e o risco de reincidência.

A operacionalização do PIR implica uma avaliação diagnóstica multidisciplinar e a definição de objetivos concretos, mensuráveis e ajustados ao perfil individual do recluso. Entre os indicadores de sucesso mais frequentes, utilizados para avaliar o PIR, destacam-se a conclusão de ações formativas, o reforço dos laços familiares e, subsequentemente, a integração laboral (Machado, 2016; Morujo, 2017).

No processo de reinserção, a educação destaca-se não só pela transmissão de conhecimentos formais, mas também pelo desenvolvimento de competências socioemocionais e cognitivas, essenciais para que o recluso construa uma identidade mais resiliente e menos marcada pelo estigma (Rego et al., 2015). O ambiente prisional, frequentemente adverso, tende a acentuar sentimentos de desorientação e falta de propósito, reforçando a importância do papel da educação, como uma das ferramentas elementares de preparação para o regresso à liberdade (Morujo, 2017; Sousa, 2015).

Por sua vez, a formação profissional, oferece oportunidades concretas de integração no mercado de trabalho, dotando os reclusos de competências técnicas e facilitando o acesso a profissões

que, de outro modo, lhes seriam desconhecidas (Furtado & Condeço, 2009; Morujo, 2017). Apesar das evidências sobre os benefícios da formação profissional, é importante questionar a real eficácia destas ações, quando se encontram isoladas de uma estratégia global de inclusão. Como alertam Ferreira (2024) e Monteiro (2017), sem apoio pós-libertação, estas competências podem tornar-se irrelevantes num mercado de trabalho hostil e estigmatizante. Assim, a formação deve ser integrada numa política transversal de capacitação, apoio social e combate ao estigma.

Neste contexto, as equipas técnicas de reinserção social desempenham um papel estratégico, funcionando como ponte entre a prisão e a sociedade. Compostas por profissionais especializados, estas equipas apoiam a definição de projetos de vida sustentáveis e promovem o acesso a recursos sociais e laborais fundamentais para a construção de percursos de autonomia (Chaves et al., 2022; DGRSP, 2023; Morujo, 2017; Neves, 2020). A sua intervenção deve começar ainda no início do período de reclusão, garantindo a continuidade e coerência das ações educativas, formativas e de apoio à reinserção (Morujo, 2017; Sousa, 2015).

Apesar dos esforços desenvolvidos, as fragilidades na concretização do PIR persistem. Chaves et al. (2022) identificam falhas na execução das etapas estabelecidas previamente, frequentemente agravadas pela escassez de recursos humanos e materiais. Pontes (2015) reforça esta análise, alertando para a ausência de um acompanhamento estruturado após a libertação, o que contribui para a vulnerabilidade e dificuldade do processo de reintegração de ex-reclusos.

Perante esta realidade, torna-se imperativo assegurar o cumprimento efetivo da Lei n.º 115/2009, a qual consagra o direito dos reclusos a participar em programas destinados ao desenvolvimento de competências pessoais e emocionais, com vista à prevenção da reincidência e à promoção de comportamentos socialmente adequados.

Amaro e Costa (2019) defendem que a reincidência está frequentemente associada a uma rutura estrutural entre o indivíduo e a sociedade, marcada pela privação de oportunidades reais de inclusão. Ramos (2015) concetualiza a reincidência numa perspetiva estritamente jurídica, pelo que Chaves et al. (2022) argumentam que tal definição é redutora, ao desconsiderar os múltiplos fatores sociais e económicos que condicionam o percurso pós-libertação.

Neste sentido, importa reconhecer que as barreiras enfrentadas pelos ex-reclusos, muitas vezes agravadas por variáveis como o género, a etnia e o contexto socioeconómico, comprometem seriamente a sua reintegração e reforçam os ciclos de exclusão e marginalização (Núncio, 2019).

Em suma, uma reinserção social bem-sucedida exige uma articulação coerente entre estratégias educativas, formação profissional e acesso ao emprego, apoiada na capacitação individual e no combate às estruturas de exclusão. Pelo que o trabalho desenvolvido no interior dos estabelecimentos prisionais, constitui uma ferramenta fundamental para o desenvolvimento de competências laborais e para a promoção da autonomia e da dignidade dos reclusos no período pós-libertação (Chaves et al., 2022; Machado, 2016; Morujo, 2017).

Uma vez identificados os principais constrangimentos de ordem estrutural e institucional, importa agora aprofundar a análise dos processos de inclusão e exclusão social vivenciados pelos ex-reclusos em liberdade.

1.2. Inclusão e exclusão social de ex-reclusos

Abordar a inclusão e exclusão social dos ex-reclusos implica analisar a forma como a sociedade lida com indivíduos que passaram pelo sistema prisional e procuram recomeçar as suas vidas. Embora os conceitos de inclusão e exclusão sejam opostos, estes coexistem frequentemente na experiência destes indivíduos. Não se trata apenas de assegurar condições materiais, como habitação ou emprego, após o cumprimento da pena, mas sobretudo avaliar se estes indivíduos conseguem ser reconhecidos enquanto cidadãos plenos, dotados de dignidade, voz e oportunidades concretas para a reconstrução das suas vidas.

Wacquant (2009) destaca que o sistema prisional incide, sobretudo, sobre pessoas que já viviam em situação de exclusão social e marginalização. Assim, o desafio transcende a simples reinserção, exigindo a promoção de uma inclusão social “verdadeira”, muitas vezes a primeira destes indivíduos. Este facto obriga a uma reflexão crítica sobre o papel da prisão na sociedade e, particularmente, sobre as condições que se proporcionam após a libertação.

No âmbito da reinserção, a inclusão social não pode restringir-se a uma integração formal, como a colocação num emprego ou a inscrição num programa social. Costa e Ianni (2018) sublinham que a inclusão envolve a criação de condições que fomentem o reconhecimento social, a autonomia e o sentimento de pertença. Ou seja, implica que o indivíduo não seja apenas inserido no sistema, mas que lhe seja conferido um espaço para existir e participar plenamente na vida económica, social e cultural.

Esta perspetiva é fortalecida por Scarcelli (2011, citado por Costa & Ianni, 2018, p. 75), que define inclusão como “o ato ou efeito de incluir”, enfatizando que o processo não se limita à integração funcional, mas envolve o reconhecimento da identidade e da pertença comunitária do indivíduo. Diogo et al. (2015) acrescentam que é necessária uma mudança cultural para

combater preconceitos e valorizar a diversidade, revelando que a inclusão não depende só de políticas públicas, mas também da transformação das percepções sociais sobre quem tem um passado de reclusão.

A teoria das capacidades de Sen (2003), ainda que não aborde diretamente o conceito de inclusão social, contribui para a compreensão deste fenómeno ao defender que o acesso a recursos materiais não é suficiente. É imprescindível criar condições para o desenvolvimento das capacidades individuais, garantindo a liberdade de escolha, que permite a cada pessoa decidir autonomamente o que considera melhor para a sua vida, sem ser alvo de julgamentos. Esta perspetiva é particularmente relevante para a população ex-reclusa, frequentemente sujeita a estigma, pois, na ausência de oportunidades de emprego, educação e apoio emocional, a liberdade mantém-se meramente formal.

A falta destas condições contribui diretamente para a exclusão social, um processo estrutural, persistente e multifacetado. Gomes (2008) define a exclusão como um fenómeno que vai além da mera privação económica, afetando igualmente os vínculos sociais e o sentimento de pertença. No caso dos ex-reclusos, esta exclusão manifesta-se através de barreiras concretas no acesso ao emprego, habitação, educação, tal como pela perpetuação do estigma social e da desconfiança por parte da comunidade.

Chaves et al. (2022) salientam que a exclusão tende a iniciar-se antes mesmo da condenação e prolonga-se após a libertação, perpetuando ciclos de marginalização difíceis de reverter. Alves (2024) complementa esta ideia ao evidenciar que a exclusão atravessa diversas esferas da vida, pessoal, social, económica e institucional, acentuando a vulnerabilidade dos ex-reclusos e a complexidade da reinserção.

Importa ainda reconhecer que a exclusão social não resulta exclusivamente de insuficiências individuais, mas de um sistema que limita as possibilidades reais de reinserção. Patiño e Faria (2019) argumentam que a exclusão pode ser entendida como dificuldade de adaptação às normas dominantes, o que favorece a marginalização. Rodrigues e Martins (2021, p. 64) reforçam esta ideia ao afirmar que, “a exclusão resulta, então, de uma desarticulação entre as diferentes partes da sociedade e os indivíduos, gerando uma não-participação num conjunto mínimo de benefícios que definem um membro de pleno direito dessa sociedade, inerente à figura dos excluídos, opondo-se claramente à noção de integração social”. Assim, a exclusão não é uma consequência inevitável da prisão, mas o reflexo de um sistema que, mesmo após o cumprimento da pena, continua a afastar estas pessoas como membros da sociedade.

Para além das barreiras sociais e económicas, a exclusão manifesta-se também na esfera digital, configurando um fenómeno de infoexclusão⁷. Melo e Andrade (2023) salientam a crescente preponderância da literacia digital nas sociedades contemporâneas, afirmando que, diante da digitalização progressiva do mercado de trabalho e dos serviços públicos, o domínio destas competências tornou-se imprescindível para a inclusão social e económica. A ausência de literacia digital constitui, assim, um fator adicional de exclusão, especialmente no contexto das formações profissionais atuais, que frequentemente pressupõem conhecimentos tecnológicos prévios, bem como no acesso ao mundo do trabalho, cada vez mais mediado por plataformas digitais, processos automatizados de recrutamento e exigências técnicas básicas (Fidalgo & Buckingham, 2022). Neste cenário, muitos ex-reclusos veem-se afastados de oportunidades elementares de reinserção e reintegração, reforçando situações de vulnerabilidade.

Outro aspeto essencial, frequentemente negligenciado, é a saúde mental. O impacto da exclusão prolongada, do estigma e da rejeição social repercute-se no bem-estar psicológico dos ex-reclusos. Chaves et al. (2022) e Núncio (2019) defendem a necessidade de apoio psicológico contínuo para mitigar os efeitos do isolamento e da discriminação. A OMS (2002) também destaca que a discriminação e a pobreza são fatores prejudiciais à saúde mental, enfatizando a urgência de intervenções integradas e humanizadas.

Finalmente, importa evidenciar o papel decisivo da família e da comunidade no processo de inclusão social. Alves (2024) e Chaves et al. (2022) referem que o apoio familiar proporciona estabilidade emocional e facilita o acesso a redes e recursos que potenciam a reinserção. Programas comunitários de acompanhamento psicológico, formação profissional e apoio jurídico, como referido por Núncio (2019), contribuem para reduzir o estigma e aumentar as oportunidades de reinserção.

Em síntese, a inclusão e a exclusão social dos ex-reclusos são fenómenos interligados que refletem não só políticas públicas, mas também atitudes sociais, condições materiais e relações interpessoais. Como sublinham Costa e Ianni (2018) e Henrique et al. (2023), só políticas fundamentadas nos direitos humanos, numa abordagem multidimensional e numa cooperação entre Estado, sociedade civil e setor privado poderão romper os ciclos de exclusão. Assim, mais do que reinserir, é essencial incluir, com dignidade, justiça e oportunidades reais.

⁷ Impossibilidade ou dificuldade de acesso e utilização das tecnologias de informação e comunicação (TIC), como a internet, resultante de fatores socioeconómicos, culturais ou geográficos, que limitam a participação na sociedade digital (Fidalgo & Buckingham, 2022).

1.3. Estereótipo, preconceito, discriminação e estigma social perante ex-reclusos

No processo de reinserção social, a reintegração laboral dos ex-reclusos constitui um dos desafios mais complexos no âmbito da justiça social, uma vez que ultrapassa a mera libertação formal, deparando-se com obstáculos profundos. Entre estas barreiras destacam-se os estereótipos, o preconceito, a discriminação e o estigma social, conceitos distintos, mas interligados, que atuam em diferentes dimensões e reforçam dinâmicas persistentes de exclusão social, como referido anteriormente (Carreira, 2021; Rodrigues, 2017; Vala & Monteiro, 2007; Wacquant, 2009). A compreensão detalhada das suas especificidades e relações mútuas é fundamental para a clarificação dos impedimentos que os ex-reclusos enfrentam no processo de reinserção.

O estereótipo, segundo Vala e Monteiro (2007), corresponde a uma categorização cognitiva automática, que simplifica a complexidade social ao atribuir características generalizadas a determinados grupos. No caso dos ex-reclusos, este estereótipo associa-os normalmente ao crime, perigo e imoralidade, desconsiderando as trajetórias pessoais e o cumprimento das sanções legais (Carreira, 2021; Loureiro & Silva, 2022). Esta representação social negativa, construída habitualmente com base em informação superficial e enviesada, condiciona desde logo a perceção pública e determina a forma como estes indivíduos são recebidos após a sua libertação.

Partindo destes estereótipos, emerge o preconceito, que Vala e Monteiro (2007) definem como uma atitude ou juízo de valor negativo, formado sem contacto direto ou fundamentação empírica. No contexto dos ex-reclusos, o preconceito manifesta-se sobretudo como uma desconfiança generalizada, resistência à proximidade e rejeição explícita, limitando as oportunidades de reconstrução de vínculos sociais e afetivos. Loureiro e Silva (2022) realçam que este preconceito é amplificado por discursos mediáticos e políticos que perpetuam a imagem do ex-recluso como uma ameaça constante à segurança pública.

A discriminação constitui a concretização prática e institucional do preconceito. Conforme assinalam as Nações Unidas (2017), a discriminação ocorre quando há tratamento desigual, recusa de oportunidades ou violação de direitos baseada em características estigmatizadas. No contexto deste estudo, a discriminação manifesta-se tanto em contextos de relações interpessoais, por exemplo, na rejeição familiar ou comunitária, como em estruturas institucionais, através da exclusão do mercado de trabalho, da negação no acesso à habitação ou no acesso à formação (Alves, 2024). Assim, embora a lei não permita que os antecedentes

criminais penalizem a pessoa, na prática representam um obstáculo permanente para a reinserção social, perpetuando a exclusão.

A dinâmica de exclusão social vivida pelos ex-reclusos pode ser compreendida através de vários contributos teóricos. Wacquant (2009) destaca como as instituições sociais, nomeadamente o sistema judicial e o mercado de trabalho, não só refletem desigualdades, mas também as reproduzem, criando barreiras estruturais que dificultam a reinserção de indivíduos com antecedentes criminais. Esta marginalização é intensificada pelo estigma social que recai sobre os ex-reclusos, um fenómeno analisado por Goffman (1988), que entende o estigma como uma marca que altera negativamente a identidade social do indivíduo, afetando as suas interações e a forma como é percecionado pela sociedade.

Neste contexto, Sousa e Monteiro (2010) sublinham que este estigma é sustentado por discursos sociais dominantes que naturalizam a exclusão dos ex-reclusos, tratando-a como uma consequência inevitável do crime cometido. Tal entendimento encontra-se presente no conceito de “dispositivo disciplinar” de Foucault (2013), que remete para um conjunto de práticas e discursos que, além de punirem, moldam identidades. Ou seja, a prisão não termina com a pena. Mesmo depois de se encontrar em liberdade, o ex-recluso continua a ser visto como alguém perigoso ou desigual. A sua identidade passa a estar marcada por este passado, que dificulta profundamente a sua aceitação na sociedade.

Em Portugal, Carreira (2021) reforça que este processo conduz ao que denomina de “reincidência simbólica”, ainda que legalmente livres, muitos ex-reclusos continuam a ser socialmente excluídos e rotulados como irrecuperáveis. Este fenómeno revela como os mecanismos de exclusão operam para além do sistema prisional, mantendo os indivíduos presos a representações sociais negativas que comprometem a sua reinserção e reintegração.

Os impactos psicológicos da estigmatização prolongada são amplamente documentados. A OMS (2002) alerta para o aumento do risco de problemas de saúde mental entre ex-reclusos estigmatizados, nomeadamente depressão, ansiedade e isolamento social. Lopes (2024) refere que muitos indivíduos desenvolvem sentimentos de impotência, perante o facto de a sociedade ignorar sistematicamente os seus esforços de mudança. Núncio (2019) destaca ainda o risco acrescido de reincidência associado a crises emocionais e à falta de alternativas reconhecidas.

A interiorização do estigma revela-se como um dos fatores mais críticos no processo de exclusão. Para além das barreiras impostas externamente, muitos ex-reclusos acabam por integrar este estigma na sua própria identidade. Crocker et al. (1998) referem que este fenómeno

gera sentimentos de autodesvalorização, retração social e resignação. Esta interiorização leva frequentemente à autoexclusão, reduzindo significativamente a motivação para procurar apoio, emprego ou formação (Ferreira et al., 2017; Vala & Monteiro, 2007).

Importa reconhecer também que o estigma associado à condição de ex-recluso tende a intensificar-se quando se cruza com outras vulnerabilidades, como o género, a etnia, a orientação sexual ou a origem socioeconómica. Alves (2024), Barroso (2017) e Loureiro e Silva (2022), demonstram que indivíduos provenientes de contextos desfavorecidos enfrentam múltiplas camadas de exclusão. Esta sobreposição de desigualdades amplia os obstáculos à reinserção, assim como agrava o impacto emocional e social da discriminação, tornando o processo de inclusão ainda mais complexo e desigual.

Em suma, os estereótipos, o preconceito, a discriminação e o estigma social constituem barreiras interligadas e profundamente enraizadas que comprometem de forma significativa a reinserção dos ex-reclusos. Estes mecanismos operam em múltiplas dimensões e perpetuam ciclos de exclusão que se prolongam muito para além do cumprimento da pena (Carreira, 2021; Goffman, 1988; Wacquant, 2009). Quando estas formas de exclusão coexistem com outras vulnerabilidades sociais, como o género, a etnia ou a classe socioeconómica, produzem desigualdades ainda mais profundas e persistentes (Alves, 2024; Barroso, 2017; Loureiro & Silva, 2022). A interiorização do estigma, conforme destacado por Crocker et al. (1998) e Ferreira et al. (2017), agrava a situação ao levar os ex-reclusos a autolimitarem-se, diminuindo a sua motivação para a mudança.

1.4. Reinserção social e reintegração laboral de ex-reclusos

Este capítulo analisa o processo de reinserção social e reintegração laboral dos ex-reclusos, ou seja, das pessoas que passaram pelo sistema prisional e regressam à sociedade. É importante compreender que a simples libertação da prisão não significa que estes indivíduos estejam automaticamente incluídos na sociedade. Pelo contrário, o regresso à vida fora da prisão é, muitas vezes, dificultado por preconceitos, exclusão social e pela falta ou fragilidade das redes de apoio, como foi abordado anteriormente.

A reinserção social pode ser entendida como o processo de retorno de um indivíduo à sociedade após um período de exclusão, com o objetivo de lhe garantir o direito à dignidade e à cidadania plena (Amaro & Costa, 2019). No caso dos ex-reclusos, como já vimos, este processo é ainda mais complexo, pois não se trata apenas de recuperar a liberdade, mas também de ultrapassar o

estigma social, a marginalização e a ausência de apoios, que tornam o percurso muito mais difícil.

Chaves et al. (2022, p. 236) explicam que esta dificuldade “advém do pressuposto que estamos a (re)integrar um indivíduo que já esteve incluído na sociedade. No entanto, os técnicos que trabalham nesta área deparam-se com indivíduos que, de facto, nunca estiveram inseridos em sociedade”. De forma semelhante, Wacquant (2009) destaca que o sistema prisional atua, frequentemente, sobre indivíduos que vivem em contextos de exclusão social e marginalização, mostrando que o desafio não é simplesmente reinserir, mas garantir uma inclusão social verdadeira, muitas vezes pela primeira vez.

As redes de apoio familiar e comunitário são essenciais neste processo. Para além de garantirem o acesso a condições básicas, como habitação ou cuidados de saúde, funcionam como estruturas que validam socialmente o indivíduo, promovendo o sentimento de pertença (Alves, 2024; Chaves et al., 2022). Quando estes vínculos são frágeis ou inexistentes, o retorno à liberdade torna-se ainda mais difícil e aumenta o risco de reincidência criminal (Núncio, 2019).

Por isso, a reinserção social exige uma abordagem integrada e personalizada. Isto significa que não basta aplicar um método único a todos os ex-reclusos, é fundamental adaptar as intervenções às necessidades específicas de cada pessoa, reconhecendo que cada percurso é único e enfrenta desafios próprios. Ferreira (2016) e Loureiro e Silva (2022) enfatizam que esta abordagem só será eficaz se existir uma articulação coordenada entre setores essenciais, como a justiça, a saúde e o emprego.

Chaves et al. (2022) sublinham que, para que esta colaboração seja eficaz, é necessário equilibrar as responsabilidades que o ex-recluso deve assumir, como cumprir regras, participar em programas e procurar emprego, com o apoio que lhe é prestado. Isto porque as dificuldades que estes indivíduos enfrentam não são apenas pessoais, mas decorrem de barreiras sociais e institucionais profundas, como o estigma associado ao passado criminal, a discriminação no mercado de trabalho e a falta de redes de apoio, conforme abordado anteriormente. Por isso, a reinserção social deve ser encarada como um processo no qual o ex-recluso participa ativamente, mas que exige também um suporte adequado que reconheça e combata estas dificuldades estruturais.

Além disso, Gomes (2008) alerta para o facto de que o rótulo de ex-recluso continua a pesar sobre estes indivíduos, dificultando a sua reinserção na sociedade. Foucault (2013) explica que o controlo social não termina com o cumprimento da pena, prolongando-se através de

mecanismos institucionais, como a obrigação de residência e a necessidade de apresentar documentos que revelam o passado criminal, perpetuando assim a exclusão e o estigma.

Portanto, a reinserção social não deve ser vista como uma responsabilidade exclusiva do indivíduo, mas sim como um processo que exige mudanças profundas nas estruturas sociais e institucionais que sustentam a exclusão (Alves 2024; Carreira, 2021; Wacquant, 2009). Como acrescenta Bourdieu (1986), não basta intervir apenas ao nível individual, é necessário transformar as estruturas sociais que perpetuam a exclusão.

A reconstrução dos laços familiares e comunitários, defendida por Ferreira (2016), é fundamental para promover o sentimento de pertença e construir trajetórias de vida longe do crime. O que implica, muitas vezes, recomeçar do zero, adotando estratégias ajustadas às vivências e contextos específicos de cada pessoa (Chaves et al., 2022).

Os técnicos de reinserção social desempenham um papel crucial, atuando como mediadores entre as exigências das instituições e as necessidades concretas dos ex-reclusos. Contudo, estes profissionais enfrentam vários desafios, como a falta de recursos, de tempo e de estratégias eficazes (Rodrigues, 2017; Sousa, 2015). Christie (2016, p. 53) critica severamente o sistema prisional ao afirmar que “o sistema de justiça existe para magoar as pessoas, não para ajudar ou curar”, defendendo uma profunda reformulação que transforme as prisões em espaços de aprendizagem, reconstrução e preparação para a liberdade.

Dentro deste processo, a reintegração no mercado de trabalho é uma das etapas mais decisivas. Núncio (2019) destaca que voltar a trabalhar é fundamental para garantir autonomia financeira, estabilidade emocional e social. Contudo, o preconceito dos empregadores e a resistência em contratar ex-reclusos continuam a ser grandes obstáculos. Muitos empregadores associam o passado criminal ao perigo, ignorando o esforço e a mudança destas pessoas (Carreira, 2021; Ferreira et al., 2017).

Mesmo em setores onde subsiste escassez de trabalhadores, como a construção civil ou a agricultura, esta resistência persiste. Moreira e Silva (2022, p. 45) mencionam que “a resistência dos empregadores em contratar indivíduos com antecedentes criminais persiste”, sustentando ciclos de exclusão e dificultando a reconstrução de um projeto de vida estável. Por outro lado, está comprovado que o emprego ajuda a reduzir a reincidência criminal, reforçando a importância de políticas eficazes neste domínio (Ferreira et al., 2017; Núncio, 2019; Silva & Burger, 2017).

O conceito de capacidades, desenvolvido por Sen (2003), ajuda a compreender o papel do trabalho assalariado na reinserção social. Para o autor, o trabalho não é apenas uma forma de ganhar dinheiro, mas uma condição para viver com dignidade, exercer autonomia e alcançar a autorrealização. A liberdade, segundo o autor, concretiza-se plenamente quando a pessoa tem oportunidades reais de escolher e agir, sendo o emprego uma das expressões mais importantes desta liberdade. Por isso, promover o acesso ao emprego para ex-reclusos é não só uma questão de justiça social, mas também um investimento na segurança e coesão da sociedade.

Em Portugal, programas como o Programa de Treino de Competências Pessoais e Emocionais (GPS)⁸, promovido pela Direção-Geral de Reinserção e Serviços Prisionais (DGRSP), e os apoios do Instituto do Emprego e Formação Profissional (IEFP) representam esforços relevantes no apoio à reintegração de ex-reclusos (DGRSP, 2023; IEPF, 2023). Estes programas incluem medidas como formação profissional e apoios à contratação, dirigidas tanto aos indivíduos, como às entidades empregadoras.

No entanto, diversos autores alertam que estas iniciativas continuam a revelar-se insuficientes e pouco articuladas com políticas públicas mais amplas, no caso compromete a eficácia do processo de reinserção (Furtado & Condeço, 2009; Núncio, 2019). A falta de continuidade no apoio após a libertação cria lacunas significativas e deixa muitos ex-reclusos sem acompanhamento numa fase crítica da sua reinserção.

Em suma, a reinserção social e laboral de ex-reclusos é um processo complexo que vai muito além da libertação física, exigindo a superação de estigmas sociais, exclusão estrutural e fragilidades nas redes de apoio (Chaves et al., 2022; Wacquant, 2009). Apesar da existência de programas institucionais, como os promovidos pela DGRSP e pelo IEPF (DGRSP, 2023; IEPF, 2023), diversos autores apontam que a sua eficácia permanece limitada pela falta de articulação entre políticas públicas e serviços sociais (Furtado & Condeço, 2009; Núncio, 2019). A ausência de acompanhamento contínuo agrava a vulnerabilidade dos ex-reclusos, dificultando a sua integração plena. Como defendem Bourdieu (1986) e Sen (2003), a verdadeira inclusão implica garantir condições estruturais para o exercício da cidadania, da autonomia e da dignidade. A reinserção deve, assim, ser entendida como uma política pública transversal, que articule justiça, saúde, educação, emprego e habitação, garantindo apoio continuado e ajustado às necessidades de cada pessoa. Apostar na reinserção é mais do que cumprir um dever legal

⁸ O programa promove melhorias no funcionamento psicológico e comportamental dos indivíduos, da mesma forma que auxilia no processo de reinserção social (DGRSP, 2023).

ou moral (DGRSP, 2023; Lei n.º 115/2009; Silva & Burger, 2017), é uma medida racional de segurança pública e um investimento estratégico numa sociedade mais justa, inclusiva e coesa (Ferreira et al., 2017).

1.5. O papel dos empregadores na reintegração social e laboral de ex-reclusos

A reintegração social e profissional de ex-reclusos constitui um desafio emergente das sociedades contemporâneas. Para além de representar uma questão de justiça social e de direitos humanos, este processo revela-se essencial para a redução da reincidência criminal, a promoção da segurança pública e a consolidação de comunidades mais coesas, resilientes e inclusivas (Nações Unidas, 2017; Strohmeier, 2020; Khan, 2023). Neste enquadramento, os empregadores não devem ser encarados apenas como agentes económicos, mas também como agentes de transformação social, capazes de desempenhar um papel estratégico na inclusão de grupos em situação de vulnerabilidade (Henrique et al., 2023; Melo & Andrade, 2023).

Para que a reintegração seja efetiva, é necessário que as empresas adotem uma postura proativa, reconhecendo a sua responsabilidade social e valorizando o potencial estratégico da diversidade. A implementação de políticas de Diversidade, Equidade e Inclusão (DEI) tem vindo a ganhar destaque como uma ferramenta essencial para a criação de ambientes laborais mais justos, inovadores e representativos. Fraga et al. (2022) definem diversidade como a presença de múltiplas diferenças sociais, demográficas e cognitivas, abrangendo género, etnia, idade, orientação sexual, entre outros fatores. Almeida (2014) destaca que a equidade implica oferecer condições adaptadas às necessidades específicas de cada pessoa, visando corrigir desigualdades históricas e estruturais. Henrique et al. (2023), por sua vez, enfatizam a inclusão como um processo contínuo em que cada trabalhador se sente valorizado, respeitado e plenamente envolvido.

Contudo, a aplicação prática destas políticas de reinserção ainda enfrenta várias resistências. Algumas organizações veem-nas como uma obrigação legal ou um custo adicional, ignorando os potenciais benefícios que trazem, como a promoção da inovação, o fortalecimento da coesão interna e a melhoria da reputação institucional (Rodrigues & Martins, 2021). Esta resistência contribui para a manutenção de barreiras à reintegração dos ex-reclusos. O estigma associado ao passado prisional continua a ser um dos principais obstáculos, mesmo quando há evidências de mudança pessoal e qualificação profissional (Alves, 2024; Gomes, 2017; Silva & Burger, 2017). Este estigma vai além do preconceito, funciona como uma barreira estrutural que limita o acesso ao mercado de trabalho. Muitos ex-reclusos veem as suas candidaturas recusadas sem

sequer terem oportunidade de serem chamados para uma entrevista. Outros enfrentam ambientes de trabalho hostis, que dificultam a sua permanência e crescimento profissional. Sem um esforço contínuo e efetivo para combater este estigma, as políticas de reinserção correm o risco de permanecer meramente formais, criando apenas a aparência de inclusão (Alves, 2024; Gomes, 2017; Rodrigues & Martins, 2021; Silva & Burger, 2017).

Além disso, é comum que as empresas limitem as suas ações a iniciativas pontuais e simbólicas, que raramente se traduzem em mudanças estruturais nos ambientes de trabalho (Henrique et al., 2023; Silva & Burger, 2017). Saraiva e Irigaray (2009, p. 344) alertam que políticas de diversidade, quando desprovidas de ações concretas, podem “não alterar a realidade social das organizações e até reforçar as desigualdades disfarçadas de boas intenções”. Por isso, a reintegração de ex-reclusos deve ser incorporada em estratégias sólidas e sustentáveis, alinhadas com os valores da responsabilidade social das empresas, desde o recrutamento até à criação de ambientes de trabalho psicologicamente seguros, inclusivos e acolhedores.

Ao contratar ex-reclusos, as organizações assumem um papel central na promoção da justiça social, ultrapassando o mero cumprimento de uma obrigação ética ou legal. Esta inclusão representa um compromisso concreto com a equidade, a transformação social e a responsabilidade institucional. Regularmente marcados por trajetos de superação, os ex-reclusos tendem a revelar uma forte motivação para reconstruir as suas vidas. A experiência de adversidade contribui para o desenvolvimento de competências como a resiliência, a adaptação, o pensamento crítico e a perseverança, qualidades que podem enriquecer significativamente as equipas de trabalho, fomentando ambientes mais inovadores, empáticos e orientados para a resolução criativa de problemas (Fraga et al., 2022; Melo & Andrade, 2023).

A presença destes profissionais, segundo Sousa e Monteiro (2010), contribui para enriquecer a cultura organizacional, fomentando uma maior abertura à diferença, à colaboração e à mudança. Equipas que incorporam diferentes percursos de vida tendem a ser mais resilientes, ágeis e capazes de responder a contextos de incerteza com soluções diversificadas e eficazes. Além disso, a inclusão de ex-reclusos envia uma mensagem clara e autêntica aos *stakeholders*, internos e externos, sobre o compromisso social da empresa. Esta atitude fortalece a reputação institucional, atrai talentos alinhados com valores de justiça e inclusão, e consolida relações de confiança com parceiros, consumidores e comunidades.

Este posicionamento traduz-se também em benefícios concretos para as organizações. Empresas inclusivas podem aceder a programas de cofinanciamento, incentivos fiscais e

distinções em responsabilidade social (DGRSP, 2023; IEF, 2023). Além disso, fortalecem a sua reputação, um ativo cada vez mais valorizado por investidores e consumidores (Ferreira & Pereira, 2022; Henrique et al., 2023; Khan, 2023). Ferreira e Pereira (2022) referem que os departamentos de DEI são hoje ferramentas estratégicas essenciais na estratégia organizacional, enquanto Henrique et al. (2023) destacam que ambientes inclusivos promovem maior eficiência, inovação e retenção de talentos. Khan (2023) acrescenta que práticas inclusivas reforçam a imagem pública e a sustentabilidade das empresas.

Assim, a integração dos ex-reclusos configura uma aliança estratégica entre propósito e performance, responsabilidade e inovação, refletindo uma visão empresarial alinhada com os desafios da sociedade contemporânea (Silva & Burger, 2017). Contudo, apesar das vantagens claras, é importante que as empresas reconheçam e se preparem para os desafios que esta estratégia pode implicar. Naturalmente, a contratação de ex-reclusos pode apresentar desafios, incluindo a necessidade de adaptação cultural, a gestão de preconceitos internos e o acompanhamento contínuo. Contudo, com modelos de apoio estruturados e ajustados às necessidades individuais, os riscos associados a este tipo de contratação não são superiores aos encontrados noutros processos de recrutamento (Carreira, 2021; Ferreira, 2023; Monteiro, 2017).

Apesar dos esforços realizados, muitos ex-reclusos continuam a deparar-se com empregos precários e instáveis, o que perpetua o ciclo de exclusão (Carreira, 2021; Wacquant, 2009). A aplicação de práticas como o *blind recruitment*⁹ e a flexibilização dos processos de seleção, podem contribuir para minimizar o viés¹⁰ e valorizar o mérito e as competências individuais de cada pessoa (Chaves et al., 2022; Tajeddini et al., 2023). O avanço tecnológico também tem proporcionado soluções mais inclusivas, nomeadamente através do teletrabalho¹¹ e da digitalização dos processos seletivos, desde que acompanhados por capacitação digital adequada (Blom et al., 2019; Melo & Andrade, 2023).

Por fim, a colaboração entre o setor empresarial, organismos públicos e sociedade civil é fundamental para construir um mercado de trabalho verdadeiramente inclusivo, onde o passado

⁹ Consiste em ocultar dados pessoais da pessoa candidata, afastando assim os juízos de valor no recrutamento (Strohmeier, 2020).

¹⁰ Refere-se à tendência inconsciente de tomar decisões baseadas em preferências ou preconceitos, que podem influenciar a seleção, promoção ou avaliação de candidatos de maneira injusta. Podem ser baseados em fatores como género, etnia, idade ou outras características pessoais, prejudicando a objetividade e a igualdade nas decisões dos recursos humanos (Araújo & Pilati, 2014).

¹¹ Trabalho realizada à distância, utilizando tecnologias de informação e comunicação, sem necessidade de o trabalhador estar presente na empresa (Lei n.º 7/2009).

não determine o futuro dos indivíduos (Ferreira & Pereira, 2022; Silva & Burger, 2017). A contratação de ex-reclusos, quando inserida em políticas estruturadas e responsáveis, demonstra que é possível conciliar competitividade e inovação com equidade, justiça social e sustentabilidade (Henrique et al., 2023; Khan, 2023; Melo & Andrade, 2023). A reinserção laboral deve deixar de ser vista como um ato de benevolência ou obrigação, para se afirmar como uma oportunidade estratégica de transformação social, uma mudança que beneficia a pessoa que se reintegra, as organizações e a sociedade como um todo (Rodrigues & Martins, 2021; Sousa & Monteiro, 2010). A concretização de um futuro mais justo, inclusivo e sustentável depende da efetiva articulação entre todos os atores sociais, garantindo oportunidades reais de reintegração e valorização do potencial dos indivíduos (Carreira, 2021; Wacquant, 2009).

1.6. Análise de estudos comparáveis

A reinserção social e laboral de ex-reclusos constitui um fenómeno complexo e multidimensional, que tem sido amplamente discutido na literatura. A presente secção propõe uma análise de estudos de investigação empírica sobre a realidade portuguesa comparáveis com o nosso, a saber, Morujo (2017), Ferreira (2024), Monteiro (2017) e Carreira (2021), permitindo obter uma visão consistente das estratégias já implementadas, dos resultados obtidos e das limitações com que se deparam.

Um ponto recorrente na literatura é a importância da formação profissional na reinserção social e laboral de ex-reclusos. Morujo (2017), na sua obra “O Papel da Formação Profissional na Reinserção Profissional de Ex-Reclusos”, destaca que a qualificação eleva, de forma significativa, a taxa de empregabilidade, aumentando a possibilidade de os ex-reclusos se integrarem no mercado de trabalho, principalmente em setores como a construção civil e a manutenção industrial. Conclui ainda que os ex-reclusos que frequentaram programas formativos com certificação apresentam maior taxa de integração, principalmente no primeiro ano após a saída da prisão.

Contudo, Ferreira (2024), no estudo “Além das Grades: A Contribuição da Associação Confiar na Reinserção Social do Ex-Recluso”, adverte que a formação, embora seja um ponto de partida importante, revela-se insuficiente se não estiver complementada por um apoio permanente, jurídico, psicológico e social, que ajude os ex-reclusos a ultrapassar dificuldades pessoais, a adaptar-se às exigências do mercado de trabalho e a prevenir a reincidência. A autora enfatiza que os ex-reclusos que beneficiaram de um apoio multidimensional junto das comunidades

apresentam uma taxa de reincidência menor e uma melhor reintegração na sociedade, sendo esta assistência um elemento determinante para o seu sucesso.

Este resultado revela que o mero desenvolvimento de qualificação é importante, mas deve ser acompanhado de um modelo multidimensional que vá para além das estratégias formativas, aumentando, assim, a eficácia na reinserção social.

Ainda assim, enquanto Ferreira (2024) propõe uma abordagem centralizada, que permita maior eficácia institucional, Monteiro (2017), na investigação “As Políticas de Reinserção Social: Estudo Exploratório no Estabelecimento Prisional de Tires”, enfatiza que é preciso considerar as especificidades de cada pessoa e a realidade local. A seu ver, estratégias descentralizadas, articuladas com autarquias, comunidades, empresas e outros agentes, produzem resultados mais robustos na reintegração. A parceria com empresas, o envolvimento das comunidades e o reforço das redes pessoais são caminhos particularmente eficientes, aumentando tanto a taxa de reinserção como a eficácia das intervenções junto de grupos socialmente vulneráveis.

Este debate revela o permanente desafio de conciliar eficácia institucional com sensibilidade às realidades pessoais. Deste modo, modelos híbridos, que combinem padronização com flexibilidade, parecem ser uma saída promissora, sendo capaz de dar uma mesma assistência de base a todos, enquanto se ajustam às circunstâncias pessoais de cada um.

Para além das dimensões organizacionais, os estudos enfatizam o estigma social como um dos maiores entraves à reinserção. Carreira (2021), na obra “A Vida Pós-Reclusão: Impactos do Estigma para Ex-Reclusos”, revela que o preconceito limita o acesso a direitos fundamentais, como o emprego e a habitação, mesmo que os ex-reclusos demonstrem mudança de comportamento e que já possuam a qualificação exigida pelo mercado de trabalho. A mesma investigação revela que o estigma afeta não só o acesso às empresas, como também a permanência nas mesmas, aumentando o isolamento, a desconfiança e a dificuldade de integração. Carreira (2021) propõe, assim, ações educativas, campanhas públicas e estratégias de sensibilização para superar esta barreira, mostrando que é preciso trabalhar tanto junto às comunidades como junto às empresas para que a reinserção seja efetiva.

Ainda assim, verifica-se uma escassez de estudos que se debrucem sobre o impacto de iniciativas de sensibilização social na alteração de perceções estigmatizantes. A maioria das investigações foca-se nas estratégias formativas ou nas redes de apoio institucional, descurando o papel que a cultura organizacional e social pode ter na aceitação dos ex-reclusos.

Este debate revela, assim, que, embora a formação melhore a empregabilidade, o seu impacto é ampliado pelo apoio multidimensional, pelas redes de parceria junto das comunidades, autarquias, empresas e família, sendo que o combate ao estigma é um fator determinante para o sucesso do processo de reinserção. Apenas desta forma será possível que a reinserção social dos ex-reclusos ultrapasse um mero ideal, transformando-se numa realidade que fortaleça tanto os cidadãos como a coesão social.

Em suma, a literatura revela que a reinserção de ex-reclusos é um desafio complexo, que não se resolve apenas com a concessão de formação, sendo preciso considerar também o envolvimento das comunidades, o reforço das redes pessoais, o apoio multidimensional às dificuldades pessoais, a descentralização das estratégias de reinserção, o combate ao estigma social, a avaliação permanente dos resultados, assim como o envolvimento de empresas, autarquias e família neste processo. Somente desta forma se permite que a reinserção seja efetiva, aumentando a taxa de reintegração, a coesão social e a eficácia das medidas públicas.

Capítulo II – Objetivos e Metodologia

2. Objetivos e Metodologia

Neste capítulo, serão definidos os objetivos que orientam o presente estudo, bem como detalhadas as opções metodológicas adotadas para a realização da investigação. A clareza dos objetivos e a explicitação dos métodos utilizados são essenciais para assegurar a coerência, o rigor e a validade do trabalho desenvolvido, além de facilitar a compreensão dos resultados obtidos. Como refere Fortin (2009) e Gonçalves et al. (2021), a transparência na definição dos objetivos e na escolha das estratégias metodológicas é fundamental para reforçar a credibilidade da investigação e garantir que as decisões tomadas ao longo do processo estão alinhadas com a questão de investigação: “De que forma os ex-reclusos em Portugal vivenciam o processo de reinserção social e laboral, e quais os fatores que facilitam ou dificultam essa trajetória, tendo em conta as percepções dos diferentes intervenientes?”.

2.1. Objetivos do estudo

Antes de enunciar os objetivos do presente estudo, é importante esclarecer que, como afirmam Ander-Egg e Idáñez (1999, p. 38), “explicitar os objectivos é responder à pergunta para que se faz. Quer dizer, trata-se de indicar o destino do projecto ou os efeitos que se pretendem alcançar com a sua realização”. No contexto da presente investigação, esta explicitação remete para a análise do processo de reinserção social e reintegração laboral de ex-reclusos em Portugal, procurando compreender as barreiras, os desafios e os recursos implícitos neste percurso.

O objetivo geral deste estudo consiste em analisar as percepções e experiências relativas ao processo de reinserção social e laboral de ex-reclusos no contexto português, a partir do ponto de vista dos próprios ex-reclusos, bem como de profissionais de instituições envolvidas neste processo. Pretende-se compreender de que forma os fatores estruturais, o estigma social e os programas de apoio influenciam a reinserção, analisando também o papel das percepções institucionais e sociais na inclusão dos ex-reclusos na sociedade e no mercado de trabalho.

Para a prossecução do objetivo geral do estudo, identificamos um conjunto de objetivos específicos que servirão de guia orientador a uma melhor compreensão do fenómeno da reinserção laboral dos ex-reclusos, a saber:

1. Identificar as principais barreiras percecionadas pelos ex-reclusos no processo de reinserção social e procura de emprego;
2. Analisar as percepções dos ex-reclusos quanto à eficácia dos programas de apoio existentes e o seu contributo para a inclusão social e laboral;

3. Compreender o impacto do estigma social e dos preconceitos na autoconfiança e motivação dos ex-reclusos durante o processo de reinserção;
4. Explorar o papel das instituições e empresas na promoção da reinserção social e laboral de ex-reclusos;
5. Identificar os principais desafios enfrentados pelos ex-reclusos e pelas entidades empregadoras no âmbito da reinserção;
6. Avaliar o impacto do Programa de Inserção de Reclusos (PIR) na qualificação e empregabilidade dos ex-reclusos;
7. Compreender a influência da família e da comunidade no processo de reinserção social e reintegração laboral dos ex-reclusos.

A formulação clara e consistente dos objetivos assume um papel fundamental na condução de uma investigação, ao assegurar o alinhamento e a coerência de todas as etapas do processo. De acordo com Gonçalves et al. (2021), os objetivos devem ser definidos com precisão e de forma concisa, refletindo de modo evidente aquilo que se pretende alcançar com o estudo. Neste contexto, os objetivos delineados neste trabalho sustentam uma abordagem estruturada e aprofundada da problemática da reinserção social e laboral dos ex-reclusos em Portugal, contribuindo para o rigor e a validade científica dos resultados obtidos.

2.2. Metodologia

A investigação sobre a reintegração social e laboral de ex-reclusos revela-se de grande importância, dada a complexidade dos fatores envolvidos neste processo. A abordagem metodológica adotada neste estudo visa proporcionar uma compreensão aprofundada das experiências dos ex-reclusos, e dos desafios enfrentados pelas instituições envolvidas na sua reintegração social e laboral. Esta investigação adota, desta forma, uma metodologia qualitativa, baseada num estudo de caso exploratório, numa empresa da área da saúde localizada em Portugal, complementado por técnicas de recolha e análise de dados que asseguram uma investigação robusta e multidimensional do fenómeno (Gonçalves et al., 2021).

2.3. Abordagem metodológica

A presente investigação adota uma abordagem qualitativa, adequada à natureza complexa, subjetiva e socialmente sensível do tema em análise, a reinserção social e reintegração laboral de ex-reclusos em Portugal. Esta metodologia permite um acesso aprofundado e contextualizado às experiências, perceções e significados atribuídos pelos próprios ex-reclusos e pelas instituições envolvidas no processo, ultrapassando a simples quantificação de dados, “A força de uma investigação qualitativa reside na sua capacidade de fornecer descrições textuais

complexas de como as pessoas vivenciam uma determinada questão” (Gonçalves et al., 2021, p. 75).

De acordo com Bogdan e Biklen (1994), a investigação qualitativa procura compreender os fenómenos sociais no seu contexto natural, valorizando a perspetiva dos participantes e captando os significados que estes atribuem às suas vivências. Trata-se de uma abordagem especialmente adequada para realidades humanas marcadas por diversidade, subjetividade e fatores socioculturais, como é o caso da reintegração pós-prisional. Os mesmos autores reforçam que este tipo de investigação se caracteriza pela “descrição rica, preocupação com os processos em detrimento dos resultados e análise interpretativa da realidade” (Bogdan & Biklen, 1994, p. 16), características que a tornam particularmente útil para explorar fenómenos complexos, tais como o estigma social, as trajetórias de reinserção, as interações com instituições e os obstáculos na procura de emprego, dimensões que métodos quantitativos dificilmente captariam na sua profundidade.

Adicionalmente, Fortin (2009) sublinha o carácter flexível e iterativo da investigação qualitativa, que permite ajustar os instrumentos e estratégias de recolha de dados conforme os resultados vão emergindo. Esta flexibilidade é fundamental para analisar contextos sociais dinâmicos e multifacetados, como a realidade pós-prisional.

Outro motivo para a escolha desta abordagem prende-se com o objetivo de dar voz a um grupo social regularmente marginalizado no discurso público, os ex-reclusos. Gonçalves et al. (2021) salientam que a investigação qualitativa cria um espaço para que os participantes expressem os sentidos que atribuem às suas experiências, promovendo uma compreensão mais humana e situada das problemáticas sociais.

Contudo, a abordagem qualitativa não está isenta de desafios, como a dificuldade de generalização estatística e o risco de subjetividade interpretativa, o que exige rigor metodológico contínuo para garantir a credibilidade e validade dos resultados.

Para orientar esta investigação, optou-se pelo estudo de caso, que Yin (2001, p. 32) define como uma “investigação empírica que analisa um fenómeno contemporâneo dentro do seu contexto real, sobretudo quando não há uma separação clara entre o fenómeno e o seu contexto”. Esta abordagem revela-se especialmente adequada para o estudo da reinserção social e laboral, um processo complexo e pouco explorado, pois permite uma análise profunda e multidimensional do tema. Para isso, utilizam-se técnicas como observação, entrevistas e análise documental, que em conjunto possibilitam uma compreensão abrangente e detalhada do fenómeno em estudo.

O estudo de caso centra-se numa empresa em Portugal que emprega ex-reclusos, possibilitando uma compreensão holística dos desafios e oportunidades inerentes ao processo de reinserção. Segundo Stake (2012), trata-se de um estudo de caso intrínseco, pois o interesse principal reside no próprio caso, a reintegração profissional de ex-reclusos, e não na sua generalização. Como o autor explica, “ao estudá-lo aprendemos sobre outros casos ou sobre um problema em geral, mas também precisamos de aprender sobre este caso em particular” (Stake, 2012, p. 19).

Em suma, a metodologia qualitativa apresenta ser a mais apropriada para alcançar os objetivos desta pesquisa, ao permitir uma análise detalhada dos fatores que favorecem ou dificultam a reinserção e reintegração, assim como dos mecanismos sociais e institucionais que influenciam este processo. Esta abordagem valoriza a voz dos atores sociais envolvidos, possibilitando a construção de um retrato profundo, complexo e sensível às dimensões sociais, institucionais e emocionais que envolvem todo o processo de reintegração.

2.4. Amostra

A amostra deste estudo foi definida com base numa estratégia de amostragem por conveniência, adequada à especificidade do fenómeno em análise e às limitações práticas e éticas inerentes à investigação com populações vulneráveis. Segundo Fortin (2009, p. 149), este tipo de amostragem baseia-se na “escolha de indivíduos disponíveis e acessíveis ao investigador”. É especialmente útil em estudos qualitativos que visam recolher dados ricos, contextualizados e próximos da realidade vivida pelos participantes.

Apesar de apresentar limitações quanto à generalização dos resultados, esta estratégia permite uma aproximação rica e situada à realidade em estudo, o que se revela essencial na investigação de fenómenos humanos complexos, socialmente sensíveis e marcados por múltiplas variáveis, como é o caso da integração e reinserção de ex-reclusos. Para reforçar a validade e a robustez da análise, foram incluídos participantes com diferentes perspetivas e posições relativamente ao processo de reinserção, permitindo uma abordagem triangulada e abrangente (Bardin, 1997; Flick, 2009; Gonçalves et al., 2021).

Assim, a amostra foi constituída por três grupos principais de participantes, selecionados com base na sua relevância empírica e proximidade com o fenómeno.

O primeiro grupo é composto 4 ex-reclusos, que cumpriram pena em estabelecimentos prisionais portugueses, e que se encontram atualmente inseridos na empresa selecionada no sector da saúde. A sua participação é essencial para compreender as dinâmicas reais de reinserção e os desafios enfrentados após a libertação, incluindo a discriminação, os apoios

institucionais, as oportunidades de formação e as estratégias individuais de adaptação. A seleção destes participantes teve em consideração critérios como a diversidade de trajetórias, a natureza das experiências profissionais e a disponibilidade para participar no estudo, garantindo uma amostra heterogénea e representativa da pluralidade de percursos possíveis.

O segundo grupo inclui 2 técnicas de reinserção social, diretamente envolvidas no acompanhamento de ex-reclusos, tanto em contexto prisional como pós-penal. Este grupo profissional desempenha um papel crucial na mediação entre os indivíduos e as instituições, como analisado em capítulos anteriores, sendo responsável por apoiar a construção de projetos de vida sustentáveis após o cumprimento da pena. Tal como defende Guerra (2006), a perspetiva destes profissionais permite aceder a uma leitura institucional do fenómeno, identificando condicionalismos estruturais, lacunas nos recursos disponíveis, e ainda os fatores que favorecem ou dificultam o processo de reintegração. A sua visão complementar é indispensável para compreender o funcionamento das políticas públicas e a eficácia dos mecanismos de apoio existentes.

O terceiro, e último grupo é constituído por uma diretora de recursos humanos, com experiência direta na contratação de pessoas com passado prisional, incluído os participantes do presente estudo. Esta inclusão visa analisar a perspetiva do empregador, frequentemente negligenciada, mas central na questão da reinserção laboral.

A escolha recaiu sobre uma empresa com práticas reconhecidas de responsabilidade social ou envolvida em programas de empregabilidade inclusiva. De acordo com Yin (2001), a análise de casos concretos em contexto organizacional permite identificar fatores como o estigma, as resistências internas, mas também as estratégias de integração bem-sucedidas e os benefícios percebidos por parte das entidades empregadoras. Esta abordagem possibilita a identificação de boas práticas replicáveis e de políticas de inclusão mais eficazes.

A triangulação destes três grupos, ex-reclusos, técnicas de reinserção social e a diretora de recursos humanos, oferece uma visão abrangente e interligada do fenómeno, permitindo captar a complexidade da reinserção a partir de diferentes perspetivas. Para Flick (2009) e Gonçalves et al. (2021), esta diversidade de fontes de dados fortalece a análise qualitativa, promovendo uma compreensão mais robusta, rica e contextualizada do objeto de estudo.

Contudo, é importante reconhecer as limitações inerentes a esta estratégia. A amostragem por conveniência, embora adequada aos objetivos do estudo, não permite a extrapolação dos resultados para o universo de ex-reclusos.

A definição desta amostra assentou, portanto, em critérios de pertinência, diversidade e relevância empírica, permitindo aceder a diferentes dimensões da reinserção e contribuindo para uma análise crítica, situada e fundamentada (Flick, 2009; Gonçalves et al., 2021; Guerra, 2006; Yin, 2001). Esta seleção para além de se articular com os objetivos do presente estudo, constitui também uma base sólida para investigações futuras.

2.5. Técnicas de recolha de dados

Para concretizar os objetivos delineados nesta investigação, são selecionadas duas principais técnicas de recolha de dados, entrevistas semiestruturadas e análise documental. A escolha destas técnicas fundamenta-se na necessidade de aceder a informações ricas, contextuais e interpretativas, compatíveis com a abordagem qualitativa do estudo.

A principal técnica de recolha de dados adotada neste estudo é a entrevista semiestruturada, aplicada a três grupos distintos de participantes, ex-reclusos, duas técnicas de reinserção social e uma diretora de recursos humanos. A escolha desta técnica fundamenta-se na natureza qualitativa e exploratória da investigação, cujo objetivo central é compreender em profundidade as experiências, perceções, constrangimentos e estratégias associadas à reinserção social e laboral de ex-reclusos.

As entrevistas semiestruturadas permitem combinar uma estrutura orientadora com uma margem de flexibilidade, permitindo ao entrevistador adaptar o guião às especificidades do discurso e contexto de cada participante. De acordo com Quivy e Campenhoudt (1998, p. 192), este tipo de entrevista “tanto quanto possível, “deixará andar” o entrevistado para que este possa falar abertamente, com as palavras que desejar e pela ordem que lhe convier”. Esta característica é particularmente relevante em contextos sensíveis e emocionalmente carregados, como o da reintegração pós-prisional, em que a liberdade de expressão contribui para a autenticidade e riqueza dos dados recolhidos.

Guerra (2006) sublinha que a entrevista semiestruturada se revela especialmente útil na investigação qualitativa, na medida em que permite captar perceções subjetivas, experiências individuais e interpretações sociais que dificilmente seriam alcançadas através de métodos mais rígidos ou quantitativos. Neste sentido, a interação direta com os participantes possibilita um acesso mais próximo às realidades vividas, às práticas institucionais e aos significados que os próprios atores sociais atribuem ao processo de reinserção.

A entrevista, segundo Gonçalves et al. (2021), configura-se como uma conversa orientada, cuja finalidade é a obtenção de informações pertinentes e fiáveis sobre o fenómeno em estudo. No presente caso, a entrevista permite explorar diversos aspetos associados à reinserção de ex-reclusos, desde os obstáculos enfrentados no mercado de trabalho, passando pelas estratégias de superação, até às políticas institucionais e empresariais com impacto no processo de reintegração. Esta abordagem torna possível captar, em simultâneo, as perspetivas individuais, organizacionais e sociais envolvidas no fenómeno.

Os guiões das entrevistas¹² são elaborados com base na problemática identificada na revisão da literatura e orientado por temas relevantes como: experiências de exclusão e inclusão laboral, perceção do estigma social, acesso a redes de apoio institucional, práticas empresariais inclusivas, e dinâmicas de adaptação e resiliência pessoal. Embora os tópicos estejam previamente definidos, a estrutura do guião permanecerá aberta, de modo a permitir o surgimento de novos temas ao longo das entrevistas, como salientam Quivy e Campenhoudt (1998), uma vez que a flexibilidade é essencial para aprofundar aspetos inesperados ou emergentes.

As entrevistas são realizadas presencialmente ou por videoconferência, consoante a disponibilidade e a localização dos participantes, possibilitando-lhes total anonimato, caso assim o prefiram. Cada participante é devidamente informado sobre os objetivos do estudo e sobre os seus direitos enquanto participante, incluindo o direito à confidencialidade e à desistência antecipada do estudo, em qualquer momento e sem penalização.

A realização das entrevistas é interrompida quando se constata que os restantes ex-reclusos a exercer funções na empresa não demonstram disponibilidade ou interesse em participar e que, devido a políticas internas, a autorização para recolha de dados se restringe à diretora de recursos humanos, responsável pelo setor. Para além destas limitações práticas, observa-se igualmente a ocorrência de saturação empírica, ou seja, o momento em que os dados recolhidos deixam de acrescentar novas informações relevantes ou diferentes que justifiquem a continuação do processo de recolha (Guerra, 2006). Como sublinham Gonçalves et al. (2021, p. 35), o objetivo primordial deste processo consiste em construir formulações teóricas diretamente a partir da análise empírica, por isso, o investigador começa a desenvolver as suas

¹² Apêndice 1 – Guião de entrevistas

análises logo após os primeiros momentos de recolha e procede à seleção deliberada dos participantes de acordo com as necessidades emergentes da investigação.

2.6. Métodos de análise de dados

A análise dos dados recolhidos foi conduzida com base nos princípios da análise de conteúdo (Bardin, 1997) e complementada pela análise temática (Braun & Clarke, 2006), permitindo identificar, organizar e interpretar padrões de significado nas narrativas dos participantes, assim como apreender os sentidos implícitos nos discursos. Conforme Bardin (1997, p. 46), a análise de conteúdo “consiste em um conjunto de técnicas de análise das comunicações, visando obter, por procedimentos sistemáticos e objetivos, indicadores que permitam a inferência de conhecimentos relativos às condições de produção ou recepção dessas mensagens”.

Inicialmente, todas as entrevistas foram gravadas e transcritas integralmente num ficheiro *Word*, garantindo a fidelidade das falas e preservando a integridade das expressões utilizadas pelos participantes, prática considerada essencial para a análise qualitativa de dados (Guerra, 2006).

Posteriormente, os dados transcritos foram organizados por dimensões temáticas num ficheiro *Excel*, sem qualquer alteração ou omissão do conteúdo original. Gonçalves et al. (2021, p. 130) destacam que “há que organizar o material produzido durante o processo de recolha de informação. Isso implica classificar e tornar acessível o material produzido”, ressaltando a importância da sistematização para uma codificação consistente.

Seguiu-se a codificação manual, na qual as unidades de significado foram identificadas e agrupadas em categorias e subcategorias temáticas, alinhadas com os objetivos da investigação. Como afirma Guerra (2006, p. 69), a análise de conteúdo permite “compreender os significados implícitos, latentes e simbólicos das falas”, possibilitando a interpretação contextualizada das narrativas. Este processo transformou tópicos recorrentes em categorias analíticas, essenciais para fundamentar conclusões robustas e rigorosas.

Paralelamente, foi aplicada a análise temática, com o objetivo de identificar padrões recorrentes e temas emergentes nos testemunhos, permitindo apreender experiências, perceções e estratégias dos participantes. Braun e Clarke (2006) afirmam que a análise temática identifica, analisa e relata padrões dentro dos dados, interpretando diversos aspetos do fenómeno investigado. Estrela (1994, p. 455) completa que esta técnica possibilita “a descrição objetiva, sistemática e contextual do conteúdo das comunicações”, revelando significados latentes e facilitando a interpretação do comportamento humano.

De forma adicional, procedeu-se à análise documental, incluindo relatórios institucionais, legislação aplicável, estudos académicos e documentação da própria organização. Flick (2009, p. 144) destaca que “a análise documental permite integrar diferentes fontes de informação, reforçando a validade dos resultados e contextualizando a investigação”. Esta abordagem contribui para uma compreensão mais ampla das dinâmicas de reinserção social e laboral de ex-reclusos.

Em síntese, o processo analítico adotado, que compreendeu a transcrição integral das entrevistas, a codificação sistemática, a identificação de categorias e subcategorias, a análise temática e a análise documental, constituiu uma abordagem metodológica robusta, rigorosa e sensível ao contexto, capaz de assegurar interpretações fíéis, fundamentadas e contextualizadas das experiências relatadas pelos participantes.

2.7. Considerações éticas

O presente estudo é conduzido com elevado rigor ético, garantindo o respeito pelos direitos, dignidade e bem-estar dos participantes, bem como a proteção da sua privacidade e confidencialidade dos dados recolhidos. Todos os participantes serão previamente informados, de forma clara e transparente, sobre os objetivos da investigação, os procedimentos envolvidos e os seus direitos, incluindo o direito de desistir a qualquer momento, sem qualquer penalização ou justificação.

O acesso a participantes, sobretudo ex-reclusos e empregadores, exigiu sensibilidade, confiança e respeito pelas particularidades do contexto, dada a carga negativa associada ao tema. Neste sentido, foram adotadas medidas éticas rigorosas, garantindo o anonimato, a confidencialidade e o consentimento informado dos participantes¹³, em conformidade com as boas práticas da investigação social (Guerra, 2006).

O consentimento informado, obtido por escrito, em conformidade com a Lei n.º 58/2019, que assegura a aplicação do Regulamento Geral sobre a Proteção de Dados (RGPD) em Portugal. Este consentimento será precedido de uma explicação detalhada sobre a natureza voluntária da participação e o tratamento reservado dos dados recolhidos.

Tendo em conta que o estudo envolve uma população potencialmente vulnerável, os ex-reclusos, serão adotadas medidas acrescidas para proteger a sua identidade e integridade, assegurando um ambiente de escuta empática, respeito mútuo e ausência de julgamentos. Como

¹³ Apêndice 2 – Termo de consentimento informado

salienta Guerra (2006), a investigação com populações socialmente marginalizadas exige sensibilidade acrescida, responsabilidade ética e estratégias de aproximação que privilegiem a construção de confiança.

O anonimato e a confidencialidade serão salvaguardados através da anonimização dos dados e da utilização de pseudónimos, de forma a impedir qualquer identificação direta ou indireta dos participantes. Os dados serão utilizados exclusivamente para fins académicos, e armazenados de forma segura.

Este compromisso ético visa, para além de proteger os participantes, reforçar a credibilidade, validade e integridade da investigação. Fortin (2009) sublinha que o respeito pelos princípios éticos na investigação qualitativa é indispensável para garantir a qualidade e a fiabilidade dos dados recolhidos, sobretudo quando se exploram temas sensíveis. Noutra perspetiva, Gonçalves et al. (2021), acrescenta que a ética deve ser um processo contínuo, presente em todas as fases da investigação, desde a conceção até à divulgação dos resultados.

Em suma, a adoção de uma postura ética e rigorosa contribui para criar as condições necessárias à obtenção de dados profundos e fiáveis, promovendo um conhecimento mais humano e responsável sobre os desafios e as dinâmicas envolvidas na reinserção social e laboral de ex-reclusos.

Capítulo III – Apresentação e Discussão de Resultados

3. Apresentação e discussão de resultados

Este capítulo apresenta e discute os resultados obtidos na investigação, articulando a evidência empírica com os contributos teóricos e estudos apresentados no Capítulo I. A análise qualitativa dos dados combinou análise de conteúdo (Bardin, 1997) e análise documental, permitindo identificar padrões de significado e fatores críticos no processo de reinserção social e laboral de ex-reclusos em Portugal.

3.1. Caracterização sociográfica dos entrevistados

Os entrevistados para este estudo integram três grupos complementares de atores sociais, fundamentais para a compreensão multifacetada do fenómeno da reintegração social e reinserção laboral de ex-reclusos em Portugal.

O primeiro grupo é composto por quatro ex-reclusos (dois homens e duas mulheres), que partilham as suas experiências pessoais relacionadas com a detenção e os desafios subsequentes à reinserção social e laboral. A diversidade entre estes entrevistados é notável em termos de idade, género, escolaridade, tempo cumprido em reclusão e percurso profissional atual, o que enriquece a análise com múltiplas perspetivas. São todos trabalhadores da empresa selecionada no setor da saúde. As idades variam entre os 49 e os 75 anos, os níveis de escolaridade são distintos e o tempo de reintegração no mercado laboral oscila entre alguns anos e mais de uma década.

Tabela 1 – Caracterização dos ex-reclusos

Entrevistado	Idade	Género	Nacionalidade	Nível de Escolaridade	Anos de Reclusão	Escolaridade pós-prisão
E1	55	Feminino	Venezuelana	12º ano (pós-reclusão)	4 anos e 9 meses	Assistente Operacional – Auxiliar de Saúde
E2	75 ¹⁴	Masculino	Portuguesa	5º ano (pós-reclusão)	6 anos (aproximadamente)	Assistente Operacional

¹⁴ Apesar de já ter atingido a idade normal de acesso à pensão de velhice, o colaborador mantém atividade profissional como trabalhador independente.

						– Transporte de Passageiros
E3	54	Masculino	Portuguesa	9º ano (reclusão)	3 anos e 2 meses	Assistente Operacional – Auxiliar de Saúde
E4	49	Feminino	Portuguesa	Mestrado (pré-reclusão)	2 anos e 1 mês	Enfermeira

Fonte: Inquérito por entrevista

O segundo grupo é constituído por duas profissionais especializadas em reinserção social, com experiência significativa no acompanhamento de ex-reclusos durante e após o cumprimento da pena. Este grupo oferece uma perspetiva institucional e técnica sobre os processos de reinserção e as dificuldades enfrentadas. Ambas as participantes são de nacionalidade portuguesa, encontram-se na faixa etária dos 40 anos e exercem as suas funções na DGRSP.

Tabela 2 – Caracterização das técnicas de reinserção social

Entrevistado	Idade	Género	Nacionalidade	Nível de Escolaridade	Experiência Reinserção Social
T1	43	Feminino	Portuguesa	Licenciatura em Reabilitação Social	4 anos
T2	45	Feminino	Portuguesa	Licenciatura em Educação Social	23 anos

Fonte: Inquérito por entrevista

Por último, o terceiro grupo é constituído por uma diretora de recursos humanos, que desempenha funções no setor da saúde da empresa selecionada. A sua experiência direta na integração laboral de ex-reclusos proporciona uma perspetiva organizacional detalhada, centrada nas práticas adotadas e nas barreiras enfrentadas pelo setor empregador.

Tabela 3 – Caracterização da diretora de recursos humanos

Entrevistado	Idade	Gênero	Nacionalidade	Nível de Escolaridade	Antiguidade na Função
DRH	51	Feminino	Portuguesa	Licenciatura	27 anos

Fonte: Inquérito por entrevista

Esta diversidade metodológica e amostra permite uma visão integrada sobre as múltiplas realidades, desafios e oportunidades que marcam o processo de reinserção social e profissional, fundamental para uma abordagem crítica e aprofundada no presente estudo.

3.3. Vivência Prisional

A vivência prisional representa um período marcado por desigualdades estruturais e limitações institucionais que influenciam profundamente os percursos pessoais e as trajetórias de reinserção (Bourdieu, 1986; Wacquant, 2009). Conforme indicam os testemunhos recolhidos, os efeitos da prisão vão muito além da pena formal, impactando dimensões psicológicas, sociais e institucionais. As penas dos participantes variam entre dois e seis anos, sendo que a maioria dos crimes reportados envolve tráfico de estupefacientes e roubo, revelando que o impacto da prisão não se limita ao ato criminal, mas abrange consequências estruturais e pessoais subsequentes.

Os entrevistados descrevem a prisão como um espaço desigual e frequentemente deficitário em oportunidades, especialmente no setor feminino:

“No setor feminino... a gente não tinha quase nada mesmo” (E1).

A experiência de maternidade evidencia lacunas específicas de género, pouco abordadas na literatura, como descreve a mesma entrevistada:

“Estava grávida de cinco meses quando entrei... a minha filha já nasceu lá dentro. (...) Temos médicos que nos vêm, mas poucas vezes, e depois só saímos quando estamos doentes.” (E1).

Estes relatos ilustram um antagonismo, fatores como a maternidade podem criar proteções temporárias, mas não eliminam as barreiras estruturais. Bourdieu (1986) argumenta que a prisão tende a reproduzir desigualdades sociais, limitando o capital social disponível, enquanto Wacquant (2009) reforça que o sistema penal penaliza mais severamente aqueles com menos recursos económicos, sociais e culturais.

Apesar das restrições, os reclusos desenvolvem estratégias de sobrevivência, incluindo comportamentos desviantes:

“Lá dentro ainda continuei a vender no início, mas depois parei... Mas foi difícil...” (E2).

O impacto emocional da prisão é também evidente, com relatos de medo e tensão:

“Não é fácil... nem imagina o que a gente vê lá dentro” (E3);

“Tive medo quando visitei a prisão de Tires... era tudo tão diferente. Vi logo uma mulher com uma faca a ir ter com outra. Não estava habituada” (E1);

“Sabia que era complicado... nunca pensei que fosse tanto...” (E4);

“Nem para visitar eu volto aquele lugar” (E2).

As profissionais entrevistadas, por sua vez, destacam limitações institucionais que dificultam a reinserção:

“A falta de recursos humanos impede um acompanhamento adequado e personalizado de cada recluso... acompanho 234 pessoas sem qualquer apoio administrativo à equipa (...) atualmente é humanamente impossível dar resposta a todas as solicitações e muitas vezes as respostas ficam aquém da exigência das funções” (T2);

“Sem respostas individualizadas, é difícil que a prisão cumpra a sua função” (T1).

A diretora de recursos humanos entrevistada reforça esta perspetiva da falta de recursos/tempo para apoiar os ex-reclusos na sua reinserção laboral:

“A falta de recursos e a sobrecarga de trabalho condicionam os programas de reinserção e o acompanhamento individual. Quem passa por uma vivência dessas não volta a ser a mesma pessoa, e cabe-nos dar-lhes espaço para crescer enquanto pessoas e profissionais” (DRH).

Conforme sublinha Sen (2003), a falta de oportunidades limita a liberdade e a capacidade de escolha dos indivíduos, demonstrando que a reinserção efetiva depende não apenas da motivação pessoal, mas também da existência de políticas institucionais robustas, recursos humanos adequados e articulação com redes familiares e comunitárias. Embora a prisão possa oferecer momentos de proteção limitada, coexistem estratégias de sobrevivência e reprodução

de desigualdades estruturais, criando zonas de tensão entre teoria e realidade vivida (Bourdieu, 1986; Wacquant, 2009).

Em suma, os relatos confirmam que a vivência prisional tem efeitos duradouros sobre a reinserção, tanto pela reprodução de desigualdades como pelo impacto emocional e social. A literatura reforça que a motivação individual não é suficiente, sendo crucial o suporte institucional, familiar e comunitário para transformar a experiência prisional em oportunidade de reintegração sustentável.

3.3. Formação e Educação

O percurso educativo dos participantes evidencia trajetórias frequentemente interrompidas e contacto tardio com a escolaridade formal, sugerindo que a exclusão escolar precede, muitas vezes, o envolvimento criminal. Esta realidade corrobora Wacquant (2009), que identifica a desvantagem educativa como pilar estrutural da marginalização social.

A Tabela 4 – Perfil educativo e acesso à formação prisional, abaixo apresentada, sintetiza os perfis educativos e o acesso à formação prisional dos ex-reclusos entrevistados, evidenciando oportunidades e limitações do sistema:

Tabela 4 – Perfil educativo e acesso à formação prisional

Participante	Escolaridade pré-prisão	Formação prisional	Escolaridade pós-prisão
E1	7º ano (Venezuela)	Nenhuma	12º ano
E2	Analfabeto	Reprovou 2 x	5.º ano
E3	7º ano	9.º ano	12.º ano
E4	Mestrado	Nenhuma	N/A

Fonte: Inquérito por entrevista

Os dados contantes da tabela revelam que a formação da população prisional não é uniforme nem adaptada aos diferentes perfis, limitando a eficácia da educação como instrumento de reintegração e valorização do capital humano (Bourdieu, 1986). Para alguns entrevistados, a prisão representou a primeira oportunidade de educação formal, enquanto para outros, os programas homogêneos excluem os mais qualificados ou mantêm barreiras para os menos escolarizados.

“Foi lá que tirei o 9.º ano... deu para aprender. Mas cá fora é que acabei o resto” (E3).

“Fui analfabeto até adulto... só aprendi a ler com uma namorada. Não tinha como estudar; nem eu nem os meus irmãos” (E2).

Já um entrevistado com formação superior afirma enfrentar fortes limitações no que respeita ao acesso a mais formação:

“Já tinha o mestrado, dentro da prisão as formações não me incluíam, eram destinadas a pessoas sem escolaridade, ou com muito pouca. Mesmo assim tentei aproveitar ao máximo” (E4).

A desigualdade de género acentua estas limitações, especialmente no setor feminino:

“No setor feminino não tinha formação pra gente... para os homens sim... éramos poucas, então não tínhamos nada. Eu tinha o 7º ano feito na Venezuela e mesmo assim não consegui tirar nada lá dentro” (E1).

As técnicas de reinserção social entrevistadas confirmam estas lacunas estruturais:

“O PIR [Plano Individual de Reinserção] geralmente é vago, com metas globais, que por um lado flexibiliza, mas por outro desresponsabiliza a pessoa” (T1).

“Falta uma oferta adaptada às necessidades reais dos reclusos” (T2).

A diretora de recursos humanos entrevistada acrescenta a centralidade da formação para a reinserção dos ex-reclusos:

“A formação é crucial para a inclusão, mas raramente suficiente sem apoio estrutural” (DRH).

Os relatos evidenciam que a educação prisional tem potencial transformador, mas a sua eficácia depende da personalização, acompanhamento e articulação com necessidades concretas de reintegração social (Morujo, 2017; Sousa, 2015). Ferreira (2024) reforça que, mesmo com esforço individual, as barreiras estruturais, psicológicas, sociais e jurídicas podem impedir progressos significativos, destacando a necessidade de apoios complementares.

Em síntese, a educação prisional representa simultaneamente oportunidade e limitação. Para que a prisão se torne num espaço efetivo de reintegração, é necessário implementar políticas educativas individualizadas, flexíveis e articuladas com o mercado de trabalho, acompanhadas

de apoio institucional e capital social, de modo a reconstruir competências, reforçar a autoestima e preparar de forma sustentável o percurso de reinserção social (Machado, 2016; Morujo, 2017).

3.4. Família e redes de apoio

A análise dos testemunhos evidencia a centralidade da família e das redes de apoio no percurso de vida e na reinserção social. Como destacam Alves (2024) e Chaves et al. (2022), o suporte familiar funciona não apenas como base de estabilidade emocional, mas também como mediador no acesso a recursos e oportunidades. No entanto, esta influência apresenta carácter ambivalente: pode ser protetora ou, quando disfuncional, gerar risco, dependendo da qualidade e consistência dos vínculos.

A centralidade da família alargada está bem expressa nas palavras de um dos entrevistados:

“A minha mulher e os meus filhos foram o meu maior apoio, sem eles acho que não teria aguentado... Se não fosse a minha mãe, não sei onde estaria” (E3).

Esta opinião é reforçada por uma das técnicas entrevistadas ao afirmar que o papel da família é central, mas que também precisa de ser acompanhada:

“A família é auxílio, colabora no processo de recuperação e é uma referência. Deve ser trabalhada em conjunto com o recluso, pois a disponibilidade da família e a força de vontade do indivíduo permitem desenvolver novos hábitos e formas de relacionamento” (T1).

Note-se que a longevidade das penas não é irrelevante para a gestão do processo de acompanhamento dos ex-reclusos:

“Penas mais longas retiram muita proatividade e autonomia à pessoa, tornando-a muitas vezes dependente de terceiros” (T2).

Estes relatos demonstram que, embora o apoio familiar seja decisivo, pode também gerar dependência excessiva, limitando a autonomia do recluso.

Os dados revelam contextos de desvantagem estrutural precoce, como pobreza, violência doméstica e abandono escolar, corroborando a análise de Wacquant (2009) sobre marginalidade estrutural e o défice de capital social primário descrito por Bourdieu (1986). Como refere um dos entrevistados, *“Eu tive uma infância muito, muito, muito atribulada... éramos 11 irmãos e todos sofremos” (E2).* Outro dos entrevistados descreve uma sensação precoce de não pertença:

“Desde pequeno sabia que não era como os outros” (E3).

Estas situações de fragilidade familiar reduzem drasticamente oportunidades de escolha e participação social, refletindo a ausência de capacidades básicas destacadas por Sen (2003).

A ambivalência familiar, simultaneamente fonte de apoio e de risco, é confirmada em outros relatos ao afirmarem que:

“Eu só fiz o que fiz porque queria uma vida melhor para a minha família. Foi o primo do meu marido que nos meteu naquilo. Disse que era só transportar. Quando chegamos ao aeroporto fomos presos... Tanto eu como o meu marido fomos presos na altura” (E1).

“A minha namorada gastava muito... eu tinha que arranjar dinheiro” (E2).

Estes depoimentos ilustram a análise de Bourdieu (1986), segundo a qual, quando frágeis ou disfuncionais associados a vínculos familiares tendem a canalizar vulnerabilidades para comportamentos desviantes.

As profissionais de apoio social entrevistadas reforçam esta perspetiva ao afirmar que:

“O afastamento familiar por vezes começa cedo e complica a reinserção” (T1).

“Uma família equilibrada é decisiva no sucesso do processo” (T2).

A diretora de recursos humanos, por sua vez, destaca o papel instrumental das redes familiares e de amizade no acesso ao emprego:

“Quem tem suporte familiar retoma com mais confiança. Muitas vezes os currículos chegam até nós através de familiares ou amigos” (DRH).

Os dados recolhidos vão ao encontro dos resultados obtidos por Alves (2024), que sublinha a importância da família como mediadora no acesso ao emprego, especialmente quando o estigma criminal limita as oportunidades. O autor conclui que ao cruzar este fator com a formação e a experiência prisional, observa-se que ex-reclusos com apoio familiar sólido e acesso à educação apresentam maior probabilidade de sucesso, enquanto aqueles sem família ou suporte estruturado dependem quase exclusivamente de redes informais, tornando a reinserção mais vulnerável ao estigma.

Em síntese, podemos concluir que a família e as redes sociais constituem fatores centrais para a reinserção, mediando estabilidade emocional, acesso a recursos e oportunidades laborais

(Alves, 2024; Chaves et al., 2022). Contudo, a sua influência familiar é ambivalente: pode ser protetora ou, quando fragilizada, funcionar como fator de risco. Estes achados reforçam a necessidade de políticas de apoio estruturadas, integradas e sensíveis ao contexto individual, garantindo uma reinserção social mais efetiva.

3.5. Apoio institucional

O apoio institucional revela-se um fator determinante na reinserção social, condicionando diretamente o acesso a recursos, oportunidades laborais e estabilidade emocional. A literatura sublinha que equipas técnicas especializadas são fundamentais para a construção de projetos de vida sustentáveis e para o acompanhamento individualizado dos ex-reclusos (Chaves et al., 2022; DGRSP, 2023; Morujo, 2017). Ferreira (2024) evidencia que intervenções multidimensionais, envolvendo educação, formação profissional e acompanhamento social, reduzem significativamente a reincidência. Monteiro (2017) reforça que políticas eficazes devem articular recursos formais e informais com autarquias, empresas e comunidades, enquanto Loureiro e Silva (2022) destacam que redes interinstitucionais consolidadas potenciam capital social útil de suporte ao processo de reinserção.

Contudo, os relatos dos nossos entrevistados mostram uma discrepância significativa entre estas recomendações teóricas e a prática quotidiana. O apoio institucional é frequentemente percebido como limitado, fragmentado e burocratizado:

“A burocracia atrapalha tudo, pedem papéis, papéis... e a gente desanima” (E3);

“Nunca tive apoio real cá fora. Tinha a minha família que precisava de mim” (E1);

“Quando saí, tinha de me apresentar na esquadra 1 ou 2 vezes por semana... só isso, ninguém ajuda em nada” (E2);

“O apoio foi importante para me preparar mentalmente, mas faltou acompanhamento concreto” (E4).

Estas experiências indicam que programas formais de reinserção, como o PIR, muitas vezes não funcionam de forma coordenada, deixando os ex-reclusos na dependência das suas próprias redes de suporte. De acordo com Bourdieu (1986), a ausência de acompanhamento institucional limita o acesso a recursos essenciais, reforçando desigualdades estruturais preexistentes.

A perspectiva das técnicas de reinserção social revela as causas estruturais destas limitações ao enfatizar a dificuldade em acompanhar os casos de forma personalizada quer na pessoa do ex-recluso quer das redes sociais e comunitárias em que ele se insere.

“É humanamente impossível atender a todos os casos de forma personalizada. Temos de acumular tarefas administrativas com acompanhamento técnico e emocional, e muitas vezes não conseguimos dar respostas adequadas” (T1);

“As redes sociais e comunitárias podem ser facilitadoras da prevenção e reinserção, mas precisam de coordenação e planeamento. Sem recursos, os programas tornam-se fragmentados e pouco eficazes” (T2).

A diretora de recursos humanos, por sua vez, evidencia a dimensão estratégica do problema ao realçar a ausência de articulação entre os diferentes atores institucionais envolvidos no processo de reinserção:

“A sobrecarga de trabalho e a falta de articulação entre prisões, empresas e entidades públicas limitam o impacto dos programas de reinserção. Muitas vezes, tudo depende da iniciativa individual de técnicos ou familiares” (DRH).

Estas limitações estruturais têm impactos concretos na vida dos ex-reclusos: sem acompanhamento individual, o PIR permanece meramente formal, a reinserção laboral depende quase exclusivamente da iniciativa pessoal ou do apoio familiar, e o risco de reincidência aumenta, reforçando desigualdades sociais já apontadas por Wacquant (2009) e Bourdieu (1986).

Em síntese, a reinserção bem-sucedida depende tanto da motivação individual quanto da capacidade institucional em fornecer recursos humanos, acompanhamento contínuo e articulação entre entidades. Os nossos resultados mostram que o trabalho das técnicas de reinserção social e da diretora de recursos humanos é determinante, mas limitado pelas condições estruturais existentes. Para que o período pós-prisional se transforme numa fase efetiva de reconstrução social e pessoal, é essencial implementar políticas consistentes, com pessoal suficiente, formação contínua e coordenação entre atores institucionais - prisões, entidades públicas e empresas. Assim, a articulação de esforços individuais, familiares e institucionais revela-se crucial para a reinserção social e laboral dos ex-reclusos.

3.6. Estigma e Preconceito

O estigma e o preconceito dirigidos a ex-reclusos constituem barreiras sociais persistentes que dificultam a reinserção, refletindo estereótipos negativos e desconfiança generalizada. Vala e Monteiro (2007) definem preconceito como um juízo negativo sem fundamento empírico direto, enquanto Goffman (1988) conceptualiza o estigma como uma “marca social” capaz de deteriorar a identidade e condicionar relações sociais. Estudos recentes evidenciam que discursos mediáticos e políticos amplificam a percepção do ex-recluso como ameaça à segurança pública (Loureiro & Silva, 2022) e que narrativas dominantes naturalizam a exclusão como consequência inevitável do crime (Sousa & Monteiro, 2010). Carreira (2021) designa este fenómeno de “reincidência simbólica”, já que, mesmo legalmente livres, os ex-reclusos continuam sujeitos a representações negativas que limitam o acesso a direitos essenciais, como emprego, habitação e participação social.

Os testemunhos recolhidos através das entrevistas realizadas ilustram de forma clara esta realidade e evidenciam tensões entre a motivação individual e as barreiras externas.

“Para muitos, deixei de ser a enfermeira e passei a ser a que esteve presa. Até na minha família houve momentos de desconfiança” (E4).

“Disseram que eu não servia por ter ficha” (E1).

“Muita gente fala que dá chances, mas, quando descobrem o nosso passado, não dão” (E3).

Estas experiências relatadas na primeira pessoa exemplificam o que Goffman (1988) denomina de “pena invisível”, persistente após o cumprimento da pena formal e capaz de moldar identidade, autoestima e as relações sociais. A gestão do estigma revela estratégias individuais divergentes, já que alguns ex-reclusos, conscientes do estigma a que estão sujeitos, optam pelo silêncio como mecanismo de autoproteção:

“Não digo às pessoas que estive dentro. Só os mais próximos é que sabem... antes dizia, mas depois percebi que as pessoas não tinham de saber” (E2).

Enquanto outros assumem o passado como forma de afirmação identitária:

“Prefiro dizer, porque um dia sempre descobrem. E não tenho vergonha” (E1).

No plano institucional, o preconceito mantém-se sistêmico, impactando diretamente a reinserção laboral. A diretora de recursos humanos entrevistada reconhece limitações no acesso a emprego:

“Infelizmente nem todos os trabalhos estão disponíveis para incluir todas as pessoas. Apesar de fazermos tudo o que conseguimos, nem sempre conseguimos deixar passar certo tipo de crimes... claro que isto depende do cargo a que se candidatam” (DRH).

As técnicas de reinserção social, por sua vez, também destacam a necessidade de ocultar a identidade passada como estratégia de sobrevivência social e laboral realçado a importância relativa da natureza dos crimes:

“Eles têm de esconder quem são para poderem ser aceites. É uma violência silenciosa... ainda há muito preconceito e desconhecem que aquela pessoa ao lado na fila do supermercado pode ter estado presa ou cumprir pena na comunidade” (T1);

“O estigma social só diminui com mudanças nas pessoas e nas regras. Crimes sexuais, por exemplo, tornam extremamente difícil o encaminhamento laboral se houver Registo Criminal” (T2).

Estas evidências confirmam a análise de Bourdieu (1986), segundo a qual o estigma funciona como mecanismo de reprodução de desigualdades, e de Wacquant (2009), que interpreta o fenómeno como extensão da criminalização da pobreza. O impacto do estigma transcende o emprego, afetando a vida comunitária e social:

“Tinha vergonha de sair à rua e de encontrar gente conhecida” (E4);

“Nunca mais voltei à prisão, nem de visita. Não quero mais nada com aquilo” (E2).

O registo criminal funciona como filtro automático, reforçando o preconceito e transformando o estigma numa barreira concreta à reinserção. Sem programas de sensibilização, protocolos de contratação inclusiva ou apoios estruturados, a reinserção depende quase exclusivamente de redes pessoais, criando o que Carreira (2021) e Goffman (1988) descrevem como “segunda pena”, mantendo a exclusão social.

Em síntese, o estigma representa uma barreira persistente que limita oportunidades e reduz o capital social dos ex-reclusos. Para que a reinserção seja eficaz e justa, é essencial combinar políticas estruturadas, práticas inclusivas e mediação técnica confiável, envolvendo família,

instituições e comunidade, de forma a reduzir a reincidência simbólica e promover a integração social plena (Carreira, 2021; Bourdieu, 1986; Goffman, 1988).

3.7. Inclusão Social

A inclusão social constitui um dos pilares centrais da reinserção, indo além da mera participação no mercado de trabalho e envolvendo dimensões de reconhecimento, autonomia, pertença e dignidade (Amaro & Costa, 2019; Costa & Ianni, 2018). Nesse sentido, a educação e a formação não apenas transmitem conhecimentos técnicos, mas também desenvolvem competências socioemocionais e cognitivas, permitindo ao indivíduo reconstruir uma identidade resiliente e menos marcada pelo estigma (Rego et al., 2015).

Nas narrativas dos entrevistados, a participação em atividades culturais e comunitárias surge como elemento transformador.

“Entrei para aqui pela oportunidade, tornou-se a minha vida” (E1);

“Voltei a trabalhar graças a um amigo” (E3);

“Na clínica, a confiança demorou a ser restabelecida, mas consegui” (E4).

Estes relatos reforçam os resultados obtidos por Chaves et al. (2022), segundo os quais redes sociais densas e capital social são determinantes para criar oportunidades, sobretudo em contextos marcados pelo estigma e pela ausência de políticas públicas estruturadas.

As técnicas de reinserção social destacam a necessidade de articulação institucional, do apoio familiar e das redes informais ao referirem que:

“Famílias equilibradas articulam melhor com as instituições” (T1);

“As redes informais compensam falhas institucionais. A reinserção social só acontece quando o indivíduo assume uma postura diferente, muda os seus atos e tem consciência dos erros. O tamanho desta mudança poderá promover maior ou menor estigma” (T2).

A diretora de recursos humanos entrevista, por sua vez, acrescenta que *“Quem tem suporte familiar retoma com mais confiança” (DRH).*

Estas perceções vão ao encontro da perspetiva defendida por Bourdieu (1986), que enfatiza o capital social como frequentemente mais decisivo do que o mérito individual ou mesmo o acesso formal a apoios, especialmente em contextos de estigma e exclusão histórica.

No plano subjetivo, a reintegração convive com sentimentos contraditórios como os de alívio, medo e vergonha: *“Senti alívio, mas também muito medo. O primeiro mês foi difícil, tinha vergonha de sair à rua e de encontrar gente conhecida” (E4).*

Este medo prolonga a ideia de “segunda pena” proposta por Goffman (1988), em que o estigma continua a condicionar comportamentos, relações sociais e a reconstrução identitária.

Em síntese, a inclusão social depende de uma combinação de fatores individuais, relacionais e institucionais. O capital social, o apoio familiar e as redes informais podem compensar lacunas do sistema, mas sem políticas estruturadas, programas personalizados e articulação interinstitucional, a reintegração permanece desigual e vulnerável. Para que a inclusão social seja efetiva, é essencial que Estado, instituições e comunidade atuem de forma coordenada, promovendo oportunidades reais de participação, reduzindo estigmas e fortalecendo a autonomia e a dignidade dos indivíduos.

3.8. Reinserção Laboral

A reinserção laboral constitui um dos eixos centrais da reintegração social, funcionando não apenas como fonte de rendimento, mas também como instrumento de reconstrução identitária, reforço da autoestima e prevenção da reincidência (Sen, 2003; Rego et al., 2015; Visser & Travis, 2003). Contudo, os testemunhos evidenciam que o acesso ao trabalho continua condicionado por múltiplas barreiras: estigma social, registo criminal, baixa escolaridade, ausência de formação profissional adequada e fragilidades nas políticas públicas de apoio (Alves, 2024; Gomes, 2008; Wacquant, 2009).

O acompanhamento realizado pela diretora de recursos humanos, com larga experiência na integração de ex-reclusos, revelou-se determinante no processo de reinserção, já que, nas fases iniciais, o processo despertava curiosidade e receio por parte dos colegas de trabalho:

“Nas primeiras entrevistas que fiz, recebia perguntas por parte dos colegas a questionar se não tinha medo, ou se achava que estava a tomar a melhor decisão. Atualmente já não existe essa curiosidade porque o processo é cada vez mais sigiloso. Se a pessoa quiser contar aos colegas está tudo bem, mas se não quiser não iremos ser nós a divulgar essa informação. A informação é apenas passada à chefia para que seja incluída em todo o processo” (DRH).

Apesar da existência de mecanismos institucionais de apoio à reinserção laboral, os nossos entrevistados salientam que o capital social, pessoal e familiar foi decisivo para aceder a oportunidades de emprego concretas.

“Um amigo falou com o patrão e entrei logo” (E1);

“Voltei ao meu emprego porque já me conheciam. Modéstia à parte, sou muito elogiado pelos clientes” (E2);

“Sempre gostei de ajudar, mesmo sem formação na área. Não sou médico, mas ajudo na mesma” (E3).

Estes exemplos ilustram que, embora a iniciativa individual seja importante, a mediação técnica das profissionais e da DRH é essencial para transformar potencial em oportunidade. A T1 sublinha:

“O acompanhamento próximo do empregador facilita o sucesso, porque garante confiança e mediação direta” (T1);

“Muitos empregadores só aceitam se conhecerem o candidato pessoalmente” (T2).

A DRH entrevistada evidencia que a validação institucional das técnicas de reinserção social transmite segurança quando tem de tomar uma decisão de contratar um ex-recluso.

“Se nos chega alguém com carta de recomendação do técnico, é diferente, sentimos que há monitorização. Temos tentado ser mais presentes em todo o processo, mas nem sempre é fácil, precisávamos de estar totalmente dedicados para que fosse possível. Lidamos com pessoas, e gostamos de lembrar disso diariamente, mas a verdade é que todo o processo mais burocrático tem de ser feito” (DRH).

A formação profissional, embora crucial, surge como insuficiente e pouco ajustada às necessidades do mercado de trabalho. Como refere uma das técnicas de reinserção social, *“Falta oferta adaptada às necessidades reais” (T2).*

O acompanhamento técnico exige também atenção emocional acrescida, já que, *“Às vezes é difícil trabalhar com certas pessoas porque toca-nos na própria história, exigindo atenção extra e acompanhamento especializado” (T1).*

As trajetórias de sucesso no processo de reinserção laboral tendem a ocorrer mais facilmente quando ocorre articulação entre capital pessoal e social dos ex-reclusos, mediação técnica e

oportunidades formativas: *“Um indivíduo condenado por tentativa de homicídio começou como porteiro e hoje é chefe de administração numa clínica. Sem mediação, isto não teria sido possível” (DRH).*

A reinserção no mercado de trabalho tem um impacto imediato e transformador na vida dos entrevistados, seja em termos materiais ou simbólicos, como podemos constatar pelo testemunho de um dos ex-reclusos entrevistado: *“O primeiro salário foi para sustentar os meus filhos” (E1).*

“Sou muito elogiado pelos clientes” (E2).

Os resultados das entrevistas realizadas aos ex-reclusos realçam também o papel do estigma ligado ao registo criminal enquanto obstáculo no processo de reinserção laboral: *“Enviei muitos currículos, fui a entrevistas, mas sempre que era honesta diziam que depois ligavam... nunca ligaram” (E1).*

A DRH entrevistada confirma este efeito do Registo Criminal, evidenciando uma espécie de dilema ético com o qual tem que lidar no seu processo de tomada de decisão:

“Ia estar a mentir se dissesse que o Registo Criminal não conta. Na verdade, conta, mais ainda quando trabalham diretamente numa área tão específica como a saúde. Mas se não dermos oportunidades como poderemos combater a situação?! Posso dizer que temos ótimos profissionais, totalmente inseridos no mercado de trabalho, que passaram pelo sistema prisional” (DRH).

Neste contexto, a mediação técnica surge como mecanismo de confiança junto dos empregadores, assegurando que o candidato está acompanhado, preparado e representa um risco reduzido.

Note-se que nos últimos anos, iniciativas como contratos com apoios financeiros, medidas de contratação promovidas pelo IEFP e estratégias de diversidade, equidade e inclusão (DEI) têm sido implementadas, embora práticas como *blind recruitment* e acompanhamento pós-contratação ainda sejam incipientes em Portugal (Fraga et al., 2022; Henrique et al., 2023; Melo & Andrade, 2023).

A DRH, apesar de reconhecer o papel destes programas públicos de apoio à reinserção laboral promovidos nomeadamente pelo IEFP, não deixa de mencionar a existência de formas de articulação “clássicas”, o que deixa muito terreno para a melhoria das articulações institucionais:

“Apesar de termos bastante contacto com o IEFP e com os programas que implementam. Alguns dos nossos colaboradores foi a primeira forma de entrarem. A verdade é que aqui ainda se trabalha de forma clássica. O que tem as suas desvantagens. Mas tentamos que isso não prejudique o colaborador. Cabe aos técnicos e gestores trabalhar as suas capacidades para lidar com todo o tipo de colaboradores” (DRH).

Em síntese, a reinserção laboral não depende apenas do esforço individual, mas da conjugação entre motivação pessoal, capital social, mediação técnica, suporte familiar e políticas públicas eficazes. Só esta articulação permite transformar o trabalho num pilar de dignidade, cidadania e prevenção da reincidência (Sen, 2003; Rego et al., 2015).

3.9. Perspetivas de futuro

A forma como os ex-reclusos projetam o seu futuro constitui um indicador central da sua motivação e do sentido atribuído ao percurso de reintegração (Carreira, 2021; Chaves et al., 2022; Goffman, 1988). Os relatos recolhidos evidenciam que, para além da intenção de evitar recaídas, existe um investimento contínuo na procura de estabilidade, autonomia e realização pessoal, dimensões que Sen (2003) identifica como centrais para a liberdade de escolha e a capacitação do indivíduo.

Para diversos participantes, pensar no futuro constitui um desafio permeado de incerteza. O E4 sintetiza esta complexidade: *“É viver o dia-a-dia e o futuro só a Deus pertence”*. Esta perspetiva aproxima-se da visão de Carreira (2021), segundo a qual a projeção do futuro não surge como plano fechado, mas constrói-se progressivamente, apoiada em pequenas conquistas diárias e decisões conscientes. Apesar desta incerteza, emergem nos discursos sonhos e metas claros, pautados pela esperança, determinação e vontade de transformação (Alves, 2024; Rodrigues et al., 1999).

O trabalho assume-se como eixo estruturante nas perspetivas de futuro destes ex-reclusos, não só enquanto meio de subsistência, mas também como símbolo de dignidade e reconhecimento social. Esta centralidade é notória nos testemunhos:

“O que mais quero é continuar a trabalhar e dar orgulho à minha família” (E2);

“Não quero voltar para lá. Quero viver direito” (E3);

“Só quero continuar assim. Trabalhar, ter a minha casa, e nunca mais voltar a errar”
(E1).

Tais declarações evidenciam que o trabalho, ao organizar a rotina e fortalecer a autoestima, constitui um instrumento fundamental para o desenvolvimento do sentimento de pertença (Christie, 2016).

Para além do trabalho, a autonomia e o desenvolvimento pessoal destacam-se como objetivos centrais. A habitação própria é percebida como símbolo de independência e estabilidade, como expressa o E2: *“Se não fosse a minha mãe, nem casa tinha para voltar... Um dia ainda vou ter a minha...”*. Paralelamente, a formação é encarada como caminho de crescimento e abertura a novas oportunidades, *“Gostava de fazer o curso de TAS¹⁵”* (E1). Estes objetivos demonstram que a projeção do futuro vai além da mera sobrevivência, incorporando escolhas conscientes, evolução pessoal e concretização de projetos com significado duradouro.

O impacto social e a construção de legado constituem outra dimensão relevante destes percursos. O E1 manifesta o desejo de apoiar aqueles que atravessaram experiências semelhantes, *“Falo porque quero ajudar quem estive nesta situação”*, enquanto o E3 acrescenta: *“Quero ser um exemplo para a minha neta”*. Estes testemunhos evidenciam que os sonhos individuais se articulam com uma responsabilidade social consciente, convertendo conquistas pessoais em inspiração e suporte para outros.

Mesmo perante obstáculos estruturais, estigma social, precariedade laboral ou dificuldades no acesso à habitação, os ex-reclusos revelam resiliência, perseverança e esperança (Chaves et al., 2022; Wacquant, 2009). Cada passo, cada decisão e cada conquista funciona como um fio condutor, transformando metas em objetivos concretos. O trabalho, a habitação, a formação, o orgulho pessoal e o contributo para a comunidade articulam-se numa perspetiva de futuro coerente, marcada por coragem, determinação e possibilidade de realização.

Em síntese, os ex-reclusos percecionam o futuro como uma construção diária, onde o trabalho, a habitação, a formação e o contributo para os outros são fundamentais para concretizar objetivos. Cada conquista traduz-se em esperança, determinação e a vontade de transformar os sonhos em realidade.

¹⁵ Curso de tripulante de ambulância de socorro

Conclusão

A presente investigação sobre a reinserção social e laboral de ex-reclusos em Portugal permitiu aprofundar o conhecimento sobre as barreiras, estratégias e fatores que moldam este complexo processo de reintegração. Através de uma abordagem qualitativa baseada em entrevistas semiestruturadas com ex-reclusos, técnicos de reinserção social e gestores de recursos humanos, foi possível compreender experiências individuais e institucionais, identificar fatores facilitadores e dificultadores e analisar o impacto de variáveis sociais, familiares e laborais na reinserção.

Os resultados evidenciam que o capital social, incluindo redes familiares e comunitárias, desempenha um papel central na reintegração, corroborando as teorias de Bourdieu (1986) e Chaves et al. (2022). A ambivalência do apoio familiar, simultaneamente fonte de proteção e potencial fator de dependência, mostrou-se decisiva para a estabilidade emocional, o acesso a oportunidades e a construção de novos hábitos sociais. De igual modo, o apoio institucional revelou-se crucial, mas frequentemente limitado pela fragmentação dos programas, burocracia e insuficiência de recursos humanos, conforme apontado por Wacquant (2009) e pela análise de relatórios institucionais.

A reinserção laboral surge como eixo central da reintegração social, funcionando não apenas como fonte de rendimento, mas também como mecanismo de reconstrução identitária e prevenção da reincidência. A mediação técnica, o reconhecimento prévio por empregadores e o capital relacional pessoal mostraram-se fundamentais para superar barreiras estruturais, como o estigma associado ao registo criminal e a baixa escolaridade. A formação profissional, embora relevante, revelou-se muitas vezes insuficiente ou desajustada às necessidades reais do mercado, destacando a necessidade de programas mais adaptados e inclusivos.

Os dados recolhidos indicam que, para uma reinserção social e laboral efetiva, é essencial a conjugação de três dimensões interdependentes: motivação pessoal e desejo de mudança, suporte familiar e comunitário sólido, e oportunidades estruturais concretas, como emprego, habitação e políticas públicas coordenadas. A ausência de qualquer um destes elementos compromete significativamente o processo, reforçando a ideia de que a reintegração é um fenómeno relacional, institucional e estrutural, e não meramente individual.

Embora este estudo forneça contributos relevantes, apresenta limitações que devem ser consideradas. A amostra, composta exclusivamente por ex-reclusos já inseridos em processos de reintegração, não contempla aqueles recentemente libertados ou que se encontram inseridos

em contextos laborais menos estruturados ou sem qualquer inserção profissional, o que deixa de fora do estudo ex-reclusos com situações mais complexas. Estes constrangimentos reforçam a necessidade de investigações futuras que incluam ex-reclusos em diferentes fases de reintegração, que explorem outros tipos de contratos laborais, condições de emprego e trajetórias individuais.

Em termos de implicações práticas, este trabalho sublinha a importância da coordenação entre apoios familiares, comunitários e institucionais, bem como a criação de políticas públicas integradas que reduzam o estigma, fortaleçam a formação profissional e promovam a participação ativa das famílias e das redes sociais na reintegração. A mediação técnica junto de empregadores, programas adaptados às necessidades dos ex-reclusos e estratégias de inclusão laboral são essenciais para transformar a motivação individual em inclusão efetiva e sustentável.

Em síntese, a reinserção social e laboral de ex-reclusos em Portugal requer abordagens holísticas, baseadas em evidências e centradas no indivíduo como agente ativo de transformação. Só através da articulação entre capital social, oportunidades estruturais e políticas públicas consistentes será possível garantir o direito à cidadania plena, reduzir a reincidência e construir sociedades mais justas, inclusivas e equitativas.

Referências bibliográficas

- Almeida, A. J. (2014). Os papéis dos profissionais de recursos humanos: entre o promotor da equidade e o promotor dos negócios com ética. *Conferência - Investigação E Intervenção Em Recursos Humanos*, (4). <https://doi.org/10.26537/iirh.v0i4.2082>
- Alves, N. (2024). Pobreza e exclusão social em Portugal: uma visão da Cáritas 2024. Edição Cáritas Portuguesa. <https://caritas.pt/wp-content/uploads/2024/02/Estudo-da-Pobreza-1.pdf>
- Amaro, F. & Costa, D. (2019). *Criminologia e Reinserção Social*. Editor Pactor.
- Ander-Egg, E. & Idáñez, M. J. (1999). *Como elaborar um projeto: Guia para desenhar projetos sociais e culturais*. Projeto Atlântida
- Araújo, M. E. B. de O., & Pilati, R. (2014). Viés de confirmação em entrevista de seleção: evidências em estudantes universitários. *Revista Psicologia: Organizações e Trabalho*, 14(1), 61-74. https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1984-66572014000100006
- Bardin, L. (1997). *Análise de Conteúdo*. Edições 70.
- Barroso, T. F. (2017). *Análise Teórico-Metodológica para Estudos de Trajetórias Criminais*. (Tese de mestrado). Faculdade de Direito da Universidade do Porto.
- Becker, G. (1964). *Human Capital: A Theoretical and Empirical Analysis, with Special Reference to Education*. University of Chicago Press.
- Blom, T., Du Plessis, Y., & Kazeroony, H. (2019). The role of electronic human resource management in diverse workforce efficiency. *SA Journal of Human Resource Management*, 17(0), 1683-7584. <https://doi.org/10.4102/sajhrm.v17i0.1118>
- Bogdan, R. e Biklen, S. (1994). *Investigação Qualitativa em Educação: uma introdução à teoria e aos métodos*. Porto Editora.
- Bourdieu, P. (1986). *The forms of Capital*. Greenwood.
- Braun, V. & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77-10. <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1191/1478088706qp063oa>

- Carreira, A. F. M. (2021). A vida pós-reclusão: Impactos do estigma para ex-reclusos (Dissertação de Mestrado). Universidade do Minho. <https://repositorium.uminho.pt/handle/1822/78292>
- Chaves, E. R. X. M. G., Santos, C. M. R. C. S. & Duarte, V. M. S. (2022). Trajetórias criminais e reinserção social de ex-reclusos/as: uma revisão da literatura. *Revista Libertas, Juiz de Fora*, 22, (1), 234-253. <https://estudogeral.uc.pt/bitstream/10316/113259/1/36804-Texto%20do%20artigo-159928-2-10-20220607.pdf>
- Christie, N. (2016). *Crime Control As Industry: Towards Gulags, Western Style*. Routledge Classics.
- Costa, M. I. S., & Ianni, A. M. Z. (2018). *A dialética do conceito de exclusão/inclusão social. In: Individualização, cidadania e inclusão na sociedade contemporânea: uma análise teórica [online]*. Editora UFABC. <https://doi.org/10.7476/9788568576953.0004>
- Crocker, J., Major, B., & Steele, C. (1998). Social stigma. In D. T. Gilbert, S. T. Fiske, & G. Lindzey (Eds.), *The handbook of social psychology* (4th ed., pp. 504–553). McGraw-Hill.
- CRP (1974). Decreto de Aprovação da Constituição, de 10 de abril. Diário da República n.º 86/1976, Série I de 1976-04-10. <https://diariodarepublica.pt/dr/legislacao-consolidada/decreto-aprovacao-constituicao/1976-34520775>
- DGRSP (2023). Programas e projetos: Programas específicos de reabilitação. <https://dgrsp.justica.gov.pt/Justi%C3%A7a-de-adultos/Penas-e-medidas-privativas-de-liberdade/Programas-e-projetos/Programas-espec%C3%ADficos-de-reabilita%C3%A7%C3%A3o>
- DILP (2020). Reinserção Social de Reclusos e Ex-Reclusos Enquadramento Nacional e Internacional. <https://ficheiros.parlamento.pt/DILP/Publicacoes/Sinteses/42.ReinsercaoSocialReclusos/42.pdf>
- Diogo, F., Castro, A. & Perista, P. (2015). *Pobreza e Exclusão Social em Portugal Contextos, Transformações e Estudos*. Edições Húmus.
- Estrela, A. (1994). *Teoria e Prática de Observação de Classes – Uma estratégia de Formação de Professores*. (4ªed.). Porto Editora.

- Ferreira, A., & Pereira, C. (2022). A inclusão social como mecanismo de redução da criminalidade em Portugal. *Revista de Ciências Criminais*, 34(2), 89-102.
- Ferreira, C., Fernandes, S., Ferreira-Oliveira, A. T., Miguel, I., & Santos, C. (2017). Aging behind the bars in Portugal: a case study of a prison context. 3rd International Conference on Lifelong Education and Leadership for all icel, September 12-14, Polytechnic Institute of Porto. https://www.researchgate.net/publication/324090042_Aging_behind_the_bars_in_Portugal_a_case_study_of_a_prison_context
- Ferreira, I. C. P. (2016). Reinserção Social e Diferença de Género. (Dissertação de mestrado). Universidade do Minho. <https://rep-dspace.uminho.pt/entities/publication/0bc5328d-ad96-4b68-b9cf-272061117721>
- Ferreira, M. (2024). Além das Grades: A Contribuição da Associação Confiar na Reinserção Social do Ex-recluso. (Dissertação de Mestrado). Universidade de Coimbra. <https://estudogeral.uc.pt/handle/10316/117290?locale=pt>
- FFMS (s.d.). *Que direitos e deveres tem um recluso? São diferentes consoante a pessoa esteja presa preventivamente ou se encontre a cumprir pena de prisão?*. Disponível em <https://ffms.pt/pt-pt/direitos-e-deveres/que-direitos-e-deveres-tem-um-recluso-sao-diferentes-consoante-pessoa-esteja-presa-preventivamente>
- Fidalgo, A., & Buckingham, D. (2022). De que falamos quando falamos de infoexclusão e literacia digital? Perspetivas dos nativos digitais. *Observatorio (OBS*) Journal*, 16(1), 1–15. https://scielo.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1646-59542015000100003
- Flick, U. (2009). *Qualidade na pesquisa qualitativa*. Artmed Editora
- Fortes, G. & Eiras, H. (2010). *Dicionário de Direito Penal e Processo Penal, (3ª Edição Revista, Atualizada e Aumentada)*. Editora Quid Juris.
- Fortin, M. (2009). *Fundamentos e Etapas do Processo de Investigação*. Lusodidacta
- Foucalt, M. (2013). *Vigiar e Punir: nascimento da prisão*. Edições 70.
- Fraga, A. M., Colomby, R. K., Gemelli, C. E., & Prestes, V. A. (2022). As diversidades da diversidade: revisão sistemática da produção científica brasileira sobre diversidade na administração (2001-2019). *Cadernos EBAPE.BR*, 20(1), 1–19. <https://doi.org/10.1590/1679-395120200155>

- Furtado, L. & Condeço, C. (2009). A reinserção pelo trabalho ou a importância do trabalho e da formação profissional na reinserção de pessoas sujeitas a medidas judiciais. *Ousar Integrar – Revista de Reinserção Social e Prova*, 3, 39-52.
- Gil, A. C. (2008). *Métodos e Técnicas de Pesquisa Social* (6ª Edição). Editora atlas
- Goffman, E. (1988). *Estigma: Notas sobre a Manipulação da Identidade Deteriorada*. LTC - Livros Técnicos e Científicos Editora
- Gomes, I. (2008). Da Prisão à Liberdade: Reinserção Social de Ex-Reclusos. Tese de Mestrado. ISCTE, IUL. <https://repositorio.iscte-iul.pt/handle/10071/1366>
- Gomes, P. (2017). *Reinserção social de ex-reclusos: Desafios e práticas no contexto português*. Almedina.
- Gonçalves, S. P., Gonçalves, J. P. e Marques, C. G. (2021). *Manual de Investigação Qualitativa - Conceção, Análise e Aplicações*. Pactor
- Guerra, I. C. (2006). *Pesquisa Qualitativa e Análise de Conteúdo – Sentidos e formas de uso*. Príncipia Editora, Lda
- Henrique, A. M., Pimentelli, D. dos S., de Assis, E. S., Roberto, J. C. A., & Souto, S. P. (2023). A importância do RH na transformação de um ambiente de trabalho plural, inclusivo e equânime. *Cuadernos De Educación Y Desarrollo*, 15(7), 6111–6135. <https://doi.org/10.55905/cuadv15n7-014>
- IEFP (2023). *Medidas de apoio à contratação: Estímulo à inclusão*. <https://www.iefp.pt/apoios-a-contratacao>
- Khan, N. A. (2023). Exploring Diversity, Equity, and Inclusion (DEI) in the context of human resource management, *ANVESHAK-International Journal of Management*, 53(2), 01-10. https://www.researchgate.net/publication/373993580_EXPLORING_DIVERSITY_EQUITY_AND_INCLUSION_DEI_IN_THE_CONTEXT_OF_HUMAN_RESOURCE_MANAGEMENT
- Lei n.º 115/2009 de 12 de outubro. Código da Execução das Penas e Medidas Privativas da Liberdade. Diário da República, Série I, No 197 (2009). <https://diariodarepublica.pt/dr/legislacao-consolidada/lei/2009-34515975>

- Lei n.º 58/2019, de 8 de agosto. Regulamento (UE) 2016/679 do Parlamento e do Conselho, de 27 de abril de 2016. Diário da República n.º 151/2019, Série I de 2019-08-08. <https://diariodarepublica.pt/dr/detalhe/lei/58-2019-123815982>
- Lei n.º 7/2009, de 12 de fevereiro. Código do Trabalho. Diário da República, [Diário da República n.º 30/2009, Série I de 2009-02-12](https://diariodarepublica.pt/dr/detalhe/lei/7-2009-602073), páginas 926 – 1029. <https://diariodarepublica.pt/dr/detalhe/lei/7-2009-602073>
- Lopes, R. C. (2024). *Preconceito e Discriminação em Portugal*. Fundação Francisco Manuel dos Santos.
- Loureiro, A. & Silva, J. A. (2022). *Educação nas Prisões: Rumos e Desafios*. Edição Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro
- Lyra, J. F. D. C. (2013). What Protects the Criminal Law? Legal as Sets or the Validity of the Norm? For a Nec Essary Dialogue Between Normativism and Functionalism Ano 2 nº 10, 11067-11121 / <http://www.idb-fdul.com/>
- Machado, A. (2016). Educação à Distância e E-Learning no Ensino Superior em Contexto de Reclusão. Um estudo de caso no estabelecimento prisional do Porto. (Dissertação de Mestrado). Universidade Aberta. <https://repositorioaberto.uab.pt/entities/publication/14acbeb5-a851-4e6c-bce9-f99d26bab269>
- Melo, A. C., & Andrade, J. N. T. (2023). Recrutamento e Seleção: Do Analógico ao Digital. *Conferência - Investigação E Intervenção Em Recursos Humanos*, 17(66), 126-142. <https://doi.org/10.14295/online.v17i66.3767>
- Monteiro, J. R. P. (2017). As Políticas de Reinserção Social: Estudo Exploratório no Estabelecimento Prisional de Tires. (Dissertação de Mestrado). Iscte – Instituto Universitário de Lisboa. https://repositorio.iscte-iul.pt/bitstream/10071/15286/1/joana_paulo_monteiro_diss_mestrado.pdf
- Moreira, J. A., & Silva, S. (2022). Sistemas Prisionais e Educação de Jovens Adultos em Contexto de Reclusão em Portugal. *APRENDER - Caderno De Filosofia E Psicologia Da Educação*, (28), 93-104. <https://doi.org/10.22481/aprender.i28.11565>
- Morujo, J. S. G. (2017). O Papel da Formação Profissional na Reinserção Profissional de Ex-Reclusos. (Dissertação de Mestrado). Instituto Politécnico de Setúbal.

<https://comum.rcaap.pt/bitstream/10400.26/19757/1/Joana%20Morujo%20-%20Disserta%C3%A7%C3%A3o%20de%20Mestradoo.pdf>

Nações Unidas (2017). *Declaração Universal dos Direitos Humanos*. Estados Unidos da América. Disponível em https://e4k4c4x9.delivery.rocketcdn.me/wp-content/uploads/sites/9/2023/10/PT-UDHR-v2023_web.pdf

Neves, A. (2020). Gestão da Diversidade nas Organizações como Prática Gerencial. *Revista Gestão & Sustentabilidade*, 2(1), 140-154. <https://doi.org/10.36661/2596-142X.2020v2i1.11374>

Núncio, M. J. S. (2019). *A Intervenção Promotora da Reinserção Social da População Reclusa*. Em F. Amaro & D. Costa (Eds.), *Criminologia e Reinserção Social* (pp. 21-41). Pactor.

OMS (2002). *Relatório mundial de saúde mental: Saúde mental: nova concepção, nova esperança*. OMS. https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/42390/WHR_2001_por.pdf

Patiño, R. A. & Faria, L. (2019). Práticas de Exclusão Social: Reflexões Teórico-Epistemológicas em torno de um campo de estudos. *Revista Colombiana de Ciencias Sociales*, 10(2), 426-444. <https://www.redalyc.org/journal/4978/497862279008/html/#B10>

Pontes, O. A. M. (2015). PIR Plano Individual de Readaptação um Instrumento para a Reinserção Social. Dissertação para obtenção do Grau de Mestre em Psicologia Clínica, CESPU, disponível em: <https://repositorio.cespu.pt/bitstream/handle/20.500.11816/377/Tese%20de%20Mestrado%20-%20Orlando%20Augusto%20Matos%20Pontes.pdf>

Quivy, R., & Campenhoudt, L. (1998). *Manual de Investigação em Ciências Sociais*. Gradiva.

Ramos, J. P. (2015). Reincidência: pressupostos na lei penal portuguesa. *Revista do Ministério Público*, 143, 9-25

Rawls, J. (2013). *Uma Teoria da Justiça* (3ª Edição). Editora Presença

Rego, A., Cunha, M. P., Gomes, J. F. S., Cunha, R. C., Cabra-Cardoso, C. e Marques, C. A. (2015). *Manual de Gestão de Pessoas e do Capital Humano* (3ª Edição). Edições Silabo

Rodrigues, E., Samagaio, G., Ferreira, H., Mendes, M., & Januário, S. (1999). *A pobreza e a exclusão social: Teorias, conceitos e políticas sociais em Portugal*. *Revista da Faculdade de Letras, Sociologia*, 9, 63-101

<https://www.fea.pt/fileadmin/Recursos/Documentos/90c38b7213a7e4accaa7af1da5b4d35f0d062ba8.pdf>

Rodrigues, F. A. A (2017). *Experiência Prisional na Reinserção Social: Uma análise comparativa entre grupos de reclusos adultos e jovens adultos*. (Dissertação de Mestrado). Universidade do Minho. <http://repositorium.sdum.uminho.pt/handle/1822/49601>

Rodrigues, R., & Martins, E. (2021). O Impacto do COVID-19 na Gestão de Recursos Humanos em Portugal. Conferência - Investigação E Intervenção Em Recursos Humanos, (10). <https://doi.org/10.26537/iirh.vi10.4294>

Saraiva, L. A. S., & Irigaray, H. A. R. (2009). Políticas de diversidade nas organizações: uma questão de discurso?. *Revista de Administração de Empresas*, 49(4), 337-348. <https://doi.org/10.1590/S0034-75902009000300008>

Sen, A. (2003). *O Desenvolvimento como Liberdade*. Editora Gradiva

Silva, T. C., & Burger, F. (2017). Aprendizagem organizacional e inovação: contribuições da Gestão do Conhecimento para propulsionar um ambiente corporativo focado em aprendizagem e inovação. *Navus Revista de Gestão e Tecnologia*, 8(1), 07-19. <http://dx.doi.org/10.22279/navus.2018.v8n1.p07-19.569>

Sistema de Segurança Interna (2024). Relatório Anual de Segurança Interna (RASI 2024). <https://www.portugal.gov.pt/pt/gc24/comunicacao/documento?i=relatorio-anual-de-seguranca-interna-rasi-2024>

Sousa, C. (2015). *As Políticas de Reinserção Social de Reclusos: um estudo de caso com reincidentes*. (Dissertação de Mestrado). Universidade da Beira Interior. https://ubibliorum.ubi.pt/bitstream/10400.6/5512/1/4153_7991.pdf

Sousa, F. & Monteiro, I. (2010). Inovação organizacional A eficácia do método de resolução criativa de problemas. *Revista Portuguesa e Brasileira de Gestão*, 9(1), 38-49. <http://hdl.handle.net/10400.1/1921>

Stake, R. E. (2012). *A arte da investigação com estudos de caso* (3ªed.). Fundação Calouste Gulbenkian.

Strohmeier, S. (2020). Digital human resource management: A conceptual clarification. *German Journal of Human Resource Management*, 34(3), 345-365. <https://doi.org/10.1177/2397002220921131>

- Tajeddini, K., Budur, T., Gamage, T.C., Demir, A., Zaim, H., & Topal, R. (2023). Impact of diversity management on innovative work behavior: mediating role of human resource management and affective commitment. *Journal of Management Development*, 42(1), 29-53. <https://doi.org/10.1108/JMD-06-2022-0154>
- Vala, J. Monteiro, M. B. (2007). *Psicologia Social*. Editor Fundação Calouste Gulbenkian
- Visher, C. A. & Travis, J. (2003). Transitions from Prison to Community: Understanding Individual Pathways. *Annual Review of Sociology*, 29(1), 89-113. <https://www.annualreviews.org/content/journals/10.1146/annurev.soc.29.010202.095931>
- Wacquant, L. (2009). *Punishing the poor: The neoliberal government of social insecurity*. Duke University Press.
- Yin, R. K. (2001). *Estudo de caso: planejamento e métodos*. 2.ed. Porto Alegre: Bookman

Apêndices

Apêndice 1 – Guião de entrevistas

Guião de Entrevista Ex-reclusos

- Idade:
- Género:
- Nacionalidade:
- Nível de escolaridade:
- Situação familiar atual (exemplo: vive com familiares, sozinho, com filhos...)
- Tempo total de reclusão (em anos ou meses)

1. História de Vida, Percurso Escolar e Profissional

- Pode contar-me um pouco sobre a sua história de vida?
- Antes da reclusão, teve experiência profissional? Em que área?
- E atualmente qual é a sua profissão?

2. Apoio na Reinserção

- Teve acesso a alguma formação ou programa de reinserção? Como foi essa experiência?

3. Experiência Após a Pena

- Como foi a sua vida depois de sair da prisão?
- Quais foram os maiores desafios que enfrentou?

4. Procura de Emprego e Experiência Profissional

- Como foi a sua experiência na procura de emprego?
- Que dificuldades encontrou neste processo?
- Como conseguiu trabalho? Pode contar-me um pouco sobre essa experiência?

5. Perspetiva de Futuro

- Como imagina o seu futuro, tanto a nível profissional como pessoal?
- O que gostaria de alcançar nos próximos anos?

Guião de Entrevista Técnicas de Reinserção Social

1. Dados de Caracterização

- Idade:
- Sexo:
- Nacionalidade:
- Formação académica (nível e área):
- Cargo/Função atual:
- Anos de experiência na área da reinserção social:
- Nome e localização da instituição (cidade/região):

2. Experiência Profissional

- Pode descrever as suas funções enquanto técnico/a de reinserção social?
- Quantos casos acompanha, em média, em simultâneo?
- Existe algum protocolo ou metodologia formal que siga no acompanhamento dos(as) ex-reclusos(as)?

3. Apoios Disponibilizados e Programas Existentes

- Como avalia o Plano Individual de Readaptação (PIR)? Pode dar exemplos de sucessos e/ou dificuldades?
- Existem programas específicos para determinados perfis?

4. Recursos e Condições de Trabalho

- Quais os principais constrangimentos que enfrenta no desempenho das suas funções?
- Recebeu algum tipo de formação específica para o desempenho da sua função?
- Como avalia a formação contínua disponível na área?

5. Desafios e Barreiras à Reinserção

- Quais são os principais obstáculos que os(as) ex-reclusos(as) enfrentam na sua reintegração social e profissional?

- Que dificuldades existem no acesso ao mercado de trabalho?
- Que desafios enfrenta, enquanto técnico/a, no seu quotidiano profissional?

6. Articulação Institucional e Intervenção Multidisciplinar

- Que instituições colaboram diretamente com a sua intervenção?
- Considera eficaz o trabalho em equipa multidisciplinar?

7. Papel da Família e da Comunidade

- Em que medida considera que a família contribui para o sucesso do processo de reinserção?
- Como caracteriza a perceção da comunidade local relativamente aos(às) ex-reclusos(as)?

8. Avaliação e Resultados

- Como avalia o sucesso dos processos de reinserção que acompanha?
- Que indicadores ou critérios utiliza para aferir resultados?
- Pode partilhar um caso de sucesso que o(a) tenha marcado?

9. Sugestões e Visão de Futuro

- O que alteraria no atual modelo de reinserção social e laboral?
- Que políticas ou práticas considera inovadoras e eficazes?
- Como poderia ser melhorada a formação dos/as técnicos/as de reinserção?
- Que papel acredita que o sector privado deve ter na reinserção profissional?

10. Considerações Finais

- Há algo mais que gostaria de acrescentar relativamente ao seu trabalho ou ao processo de reinserção em Portugal?

Guião de Entrevista Diretora de Recursos Humanos

1. Dados de Identificação

- Idade:
- Género:
- Nacionalidade:
- Formação académica (área):
- Cargo/Função atual:
- Anos de experiência na área de Recursos Humanos:

2. Atividade Profissional

- Quais são as suas funções enquanto técnico de recursos humanos?
- Quantos casos (de ex-reclusos ou de reinseridos) já contrataram ou integraram nas equipas?
- Segue um protocolo ou procedimento específico neste contexto?

3. Políticas Internas e Critérios de Recrutamento

- Que critérios serão tidos em conta na avaliação de um(a) ex-recluso(a) como trabalhador(a)?
- A organização possui algumas políticas ou diretrizes específicas para contratar ex-reclusos?
- Como é que o setor da Saúde se posiciona institucionalmente face às contratações de ex-reclusos?

4. Desafios na Contratação de Ex-reclusos na Área da Saúde

- Que dúvidas ou resistências manifestam os outros profissionais de saúde, os pacientes ou até a estrutura hospitalar?

5. Estratégias e Boas Práticas

- Que estratégias implementam para apoiar a integração de ex-reclusos nas equipas?
- Existe formação dada às equipas para apoiar esta reinserção?
- Acha que seria importante desenvolver formações específicas?

6. Impacto nas Organizações de Saúde

- Que impactos (positivos ou negativos) teve a contratação de ex-reclusos nas equipas?

- Como é que os ex-reclusos estão a adaptar-se às responsabilidades, às regras e às dinâmicas do serviço de saúde?
- Que contributo vêm estes profissionais trazer para o funcionamento da instituição?

7. Melhorias e Políticas

- Que melhorias propõe nas organizações para apoiar esta reinserção?

8. Casos Concretos

- Quer destacar um caso de sucesso?
- E um caso que tenha enfrentado dificuldades? Que reflexão ficou dessa situação?

9. Outros Comentários

- Quer acrescentar algo que ainda não tenha sido abordado?

Apêndice 2 – Termo de consentimento informado

Termo de Consentimento Informado

Título do estudo: Inclusão Social e Reinserção Laboral de Ex-Reclusos: Perspetivas e Desafios no Contexto Português

Este estudo integra-se na dissertação de mestrado em Gestão Estratégica de Recursos Humanos, desenvolvida no Instituto Politécnico de Setúbal (IPS). Visa analisar as perceções e experiências relativas ao processo de reinserção social e laboral de ex-reclusos em Portugal, considerando a perspetiva dos próprios e dos profissionais de instituições envolvidas nesse processo. Pretende-se compreender o impacto de fatores como o estigma social, os contextos estruturais e os programas institucionais de apoio na inclusão destes indivíduos na sociedade e no mercado de trabalho.

A sua participação é voluntária e altamente valorizada, consistindo na realização de uma entrevista individual, com duração estimada de 30 a 60 minutos, presencial ou online, conforme a sua preferência. Ser-lhe-á solicitado que partilhe, de forma livre e confidencial, as suas experiências e opiniões relacionadas com o tema do estudo.

A responsável pelo tratamento dos dados pessoais é a investigadora Cláudia Alexandra Carvalho da Silva, estudante de mestrado no IPS, contactável através do endereço eletrónico 230326008@estudantes.ips.pt. Os dados serão recolhidos e tratados exclusivamente para fins académicos e científicos, com base no consentimento informado, nos termos do artigo 6.º, n.º 1, alínea a), e, se aplicável, do artigo 9.º, n.º 2, alínea a) do Regulamento Geral sobre a Proteção de Dados (RGPD).

Poderá exercer os seus direitos de acesso, retificação, limitação, eliminação dos dados pessoais ou retirada do consentimento, a qualquer momento, sem prejuízo da legalidade dos tratamentos já efetuados. Todos os dados serão tratados com confidencialidade, sendo apenas acedidos por pessoas autorizadas e sujeitas a dever de sigilo.

Os dados serão conservados até à conclusão e avaliação da dissertação, prevista para o final do ano letivo de 2024/2025. Após essa data, os dados serão destruídos ou devidamente anonimizados. Os resultados do estudo poderão ser utilizados em publicações científicas ou eventos académicos, sem qualquer identificação pessoal.

Não se antecipam riscos relevantes decorrentes da sua participação.

Declaro que compreendi as informações apresentadas, tive oportunidade de esclarecer todas as dúvidas e consinto voluntariamente a minha participação no estudo, bem como o tratamento dos meus dados pessoais para os fins acima indicados.

☐ Sim ☐ Não

Local: _____ Data: ____ / ____ / ____

Assinatura do participante: _____

Apêndice 3 – Tabelas de análise de conteúdo

Dimensão	E1 (55 anos/feminino)	E2 (75 anos/masculino)	E3 (54 anos/masculino)	E4 (49 anos/feminino)	T1 (43 anos/feminino)	T2 (45 anos/feminino)	DRH (51 anos/feminino)
Vivência Prisional	"Estava grávida de cinco meses quando entrei... a minha filha já nasceu lá dentro. Temos médicos que nos vêm, mas poucas vezes, e depois só saímos quando estamos doentes. Tive medo quando visitei a prisão de Tires... era tudo tão diferente. Vi logo uma mulher com uma faca a ir ter com outra. Não estava habituada. No setor feminino... a gente não tinha quase nada mesmo."	"Lá dentro continuei a vender no início, mas depois parei. Mas foi difícil. Nem para visitar eu volto àquele lugar. Nunca mais voltei à prisão, nem de visita. Não quero mais nada com aquilo."	"A condicional é uma prisão invisível. Não é fácil, nem imagina o que eu vi lá dentro. A minha vida complicou-se por más companhias."	"Sabia que era complicado... nunca pensei que fosse tanto... Senti alívio, mas também muito medo. O primeiro mês foi difícil, tive vergonha de sair à rua e de encontrar gente conhecida."	"Eu vejo que o PIR geralmente é vago, com metas globais, que por um lado flexibilizam, mas por outro desresponsabilizam a pessoa. Sem respostas individualizadas, é difícil que a prisão cumpra a sua função. Famílias equilibradas articulam melhor com as instituições."	"Penas longas retiram muita proatividade e autonomia à pessoa, tornando-a dependente. A falta de recursos humanos impede um acompanhamento adequado e personalizado de cada recluso. Eu acompanho 234 pessoas sem qualquer apoio administrativo à equipa. Atualmente é humanamente impossível dar resposta a todas as solicitações e muitas vezes as respostas ficam aquém da exigência das funções."	"Eu sinto que a falta de recursos e a sobrecarga de trabalho condicionam programas de reinserção e acompanhamento individual. Quem passa por uma vivência dessas não volta a ser a mesma pessoa. Cabe-me dar-lhes espaço para crescer enquanto pessoas e profissionais."

Formação e Educação	"Senti frustração ao querer estudar. No setor feminino não tinha formação para nós... para os homens sim... éramos poucas, então não tínhamos nada. Eu tinha o 7.º ano feito na Venezuela e mesmo assim não consegui tirar nada lá dentro."	"Fui analfabeto até adulto. Só aprendi a ler com uma namorada. Não tinha como estudar, nem eu nem os meus irmãos."	"Foi lá que tirei o 9.º ano. Deu para aprender. Mas cá fora é que acabei o resto."	"Já tinha o mestrado. Dentro da prisão as formações não me incluíam, eram destinadas a pessoas sem escolaridade ou com muito pouca. Mesmo assim tentei aproveitar ao máximo."	"Eu vejo que o PIR geralmente é vago. Sem respostas individualizadas, os programas tornam-se fragmentados e pouco eficazes."	"A formação é insuficiente. Falta uma oferta adaptada às necessidades reais dos reclusos. Falta oferta adaptada às necessidades reais [laborais]."	"A formação é crucial para a inclusão, mas raramente suficiente sem apoio estrutural. Apesar de termos bastante contacto com o IEFP, o processo ainda se trabalha de forma clássica."
Família e Redes de Apoio	"Tive vergonha de pedir ajuda à família. Se não fosse a minha mãe, não sei onde estaria. Fui viver com os meus dois filhos para a casa dela quando saí."	"A família só houve a minha irmã e o meu cunhado que me foram ver. Se não fosse a minha mãe, nem casa tinha para voltar, mas também um dia ainda vou ter a minha casa."	"A minha mulher e os meus filhos foram o meu maior apoio, sem eles acho que não teria aguentado, aliás, foi um deles que me ajudou a estar aqui. Se não fosse a minha mãe, não sei onde estaria. Eu quero ser um exemplo para a minha neta."	"Senti que na minha família houve momentos de desconfiança, mas fui recuperando relações. O meu apoio foi fundamental, mas o afastamento familiar por vezes começa cedo e complica a reinserção."	"Eu vejo que a família é auxílio, colabora no processo de recuperação e é uma referência. Deve ser trabalhada em conjunto com o recluso, pois a disponibilidade da família e a força de vontade do indivíduo permitem desenvolver novos hábitos e formas de relacionamento. O afastamento começa cedo e complica a reinserção."	"Uma família equilibrada é decisiva no sucesso do processo. A disponibilidade familiar e a força de vontade do indivíduo permitem desenvolver novos hábitos."	"Vejo que quem tem suporte familiar retoma com mais confiança. Muitos currículos chegam até mim através de familiares ou amigos. É crucial para a estabilidade do trabalhador."

Apoio Institucional	"Nunca tive apoio real cá fora. Tinha a minha família que precisava de mim. Temos médicos que nos vêm, mas poucas vezes, e depois só saímos quando estamos doentes."	"Quando saí, tinha de me apresentar na esquadra 1 ou 2 vezes por semana, acho que era isso, só isso, ninguém ajuda em nada. A burocracia atrapalha tudo."	"Pedem papéis, papéis, papéis, parece que há sempre algum papel que querem mais e a gente desanima. Senti-me só mais um número. Faltou ligação ao mundo do trabalho cá fora."	"O apoio foi importante para me preparar mentalmente, mas faltou acompanhamento concreto. Senti que me faltou acompanhamento mais personalizado. Se continuar assim ainda falta."	"É humanamente impossível atender a todos os casos de forma personalizada. Tenho de acumular tarefas administrativas com acompanhamento técnico e emocional, e muitas vezes não consigo dar respostas adequadas."	"As redes sociais e comunitárias podem ser facilitadoras da prevenção e reinserção, mas precisam de coordenação e planeamento. Sem recursos, os programas tornam-se fragmentados e pouco eficazes."	"A sobrecarga de trabalho e a falta de articulação entre prisões, empresas e entidades públicas limitam o impacto dos programas de reinserção. Muitas vezes tudo depende da iniciativa individual de técnicos ou familiares."
Estigma e Preconceito	"Disseram que eu não servia por ter ficha. Prefiro dizer, porque um dia sempre descobrem. E não tenho vergonha. Falo porque quero ajudar quem esteve nesta situação."	"Não digo às pessoas que estive dentro. Só os mais próximos é que sabem, foi numa conversa com uma amiga que ela me disse que eu não tinha de disser isso, antes dizia, mas depois percebi que as pessoas não tinham de saber."	"Muita gente fala que dá chances, mas, quando descobrem o nosso passado, não dão. Eu quero ser um exemplo para a minha neta."	"Para muitos, deixei de ser a enfermeira e passei a ser a que esteve presa. Até na minha família houve momentos de desconfiança. Tive vergonha de sair à rua e de encontrar gente conhecida."	"Vejo que têm de esconder quem são para poderem ser aceites. É uma violência silenciosa... ainda há muito preconceito e desconhecem que aquela pessoa ao lado na fila do supermercado pode ter estado presa ou estar a cumprir pena na comunidade. Por vezes é difícil trabalhar com certas pessoas porque toca na nossa própria história, exigindo atenção extra."	"O estigma social só diminui com mudanças nas pessoas e nas regras. Crimes sexuais, por exemplo, tornam extremamente difícil o encaminhamento laboral se houver Registo Criminal."	"Infelizmente nem todos os trabalhos estão disponíveis para incluir todas as pessoas. Apesar de fazermos tudo o que conseguimos, nem sempre conseguimos deixar passar certo tipo de crimes. Isto depende do cargo a que se candidatam. Ia estar a mentir se dissesse que o Registo Criminal não conta. A informação é apenas passada à chefia. Outras pessoas só quando extremamente necessário."

Inclusão Social	"Entrei para aqui pela oportunidade. Tornou-se a minha vida."	"Para mim, foi um percurso difícil. Senti muitas vezes que, apesar de voltar a ver a minha família, nunca mais tive o mesmo. Só me senti verdadeiramente incluído quando consegui voltar a trabalhar e ser reconhecido pelos clientes."	"Para mim, reencontrei lugar na vida com este emprego e apoio da família, que considero essenciais para integração."	"Senti alívio, mas também muito medo. O primeiro mês foi difícil, tive vergonha de sair à rua e de encontrar gente conhecida."	"Eu observo que a inclusão social só acontece quando a pessoa começa a assumir uma postura diferente perante a vida e perante os outros. Para alguns, isto implica criar uma nova rede social, para outros é tentar reconstruir laços antigos e procurar apoio em estruturas locais, associações, voluntariado ou até redes informais no bairro. Quando acompanho pessoas em reinserção, incentivo sempre que procurem formas positivas de se religar ao grupo comunitário."	"Vejo que as redes informais compensam falhas institucionais. A reinserção só acontece quando o indivíduo assume uma postura diferente, muda os seus atos e tem consciência dos erros. O tamanho desta mudança pode promover maior ou menor estigma."	"Nas primeiras entrevistas que fiz, recebia perguntas por parte dos colegas a questionar se não tinha medo, ou se estava a tomar a melhor decisão. Atualmente já não existe essa curiosidade porque o processo é cada vez mais sigiloso. Se a pessoa quiser contar aos colegas está tudo bem, mas se não quiser não iremos ser nós a divulgar essa informação. A informação é apenas transmitida à chefia."
Reinserção Laboral	"O primeiro salário foi para sustentar os meus filhos. Um amigo falou com o patrão e entrei logo. Enviei muitos currículos, fui a entrevistas, mas sempre que era honesta diziam que depois ligavam... nunca ligaram."	"Voltei ao meu emprego porque já me conheciam. Modéstia à parte, sou muito elogiado pelos clientes."	"Voltei a trabalhar graças a um amigo. Sempre gostei de ajudar, mesmo sem formação na área. Não sou médico, mas ajudo na mesma. Não quero voltar para lá. Quero viver direito."	"Na clínica, a confiança demorou a ser restabelecida, mas consegui. Faltou acompanhamento concreto na hora de encontrar emprego."	"Vejo que o acompanhamento próximo do empregador facilita o sucesso, porque garante confiança e mediação direta."	"Muitos empregadores só aceitam se conhecerem o candidato pessoalmente. As redes informais compensam falhas institucionais."	"Se me chega alguém com carta de recomendação do técnico, sinto que há monitorização. Posso dizer que temos ótimos profissionais inseridos no mercado de trabalho. Sem mediação, isto não teria sido possível."

Perspetivas de futuro	"Gostava de fazer o curso de TAS. Falo porque quero ajudar quem esteve nesta situação."	"O que mais quero é continuar a trabalhar e dar orgulho à minha família. Se não fosse a minha mãe, nem casa tinha para voltar, mas também um dia ainda vou ter a minha casa."	"Não quero voltar para lá. Quero viver direito. Quero ser um exemplo para a minha neta."	"É viver o dia-a-dia e o futuro só a Deus pertence."	"Vejo cada processo fechado sem retorno à prisão como um sucesso. Sigo indicadores como reintegração familiar e profissional."	"Para mim, o sucesso depende de apoio personalizado e multidisciplinar. Casos menos conseguidos são, por exemplo, agressores sexuais reincidentes."	"O futuro passa por envolver sector privado e sociedade. Precisamos de mais tolerância e políticas eficazes."
------------------------------	---	---	--	--	--	---	---

