

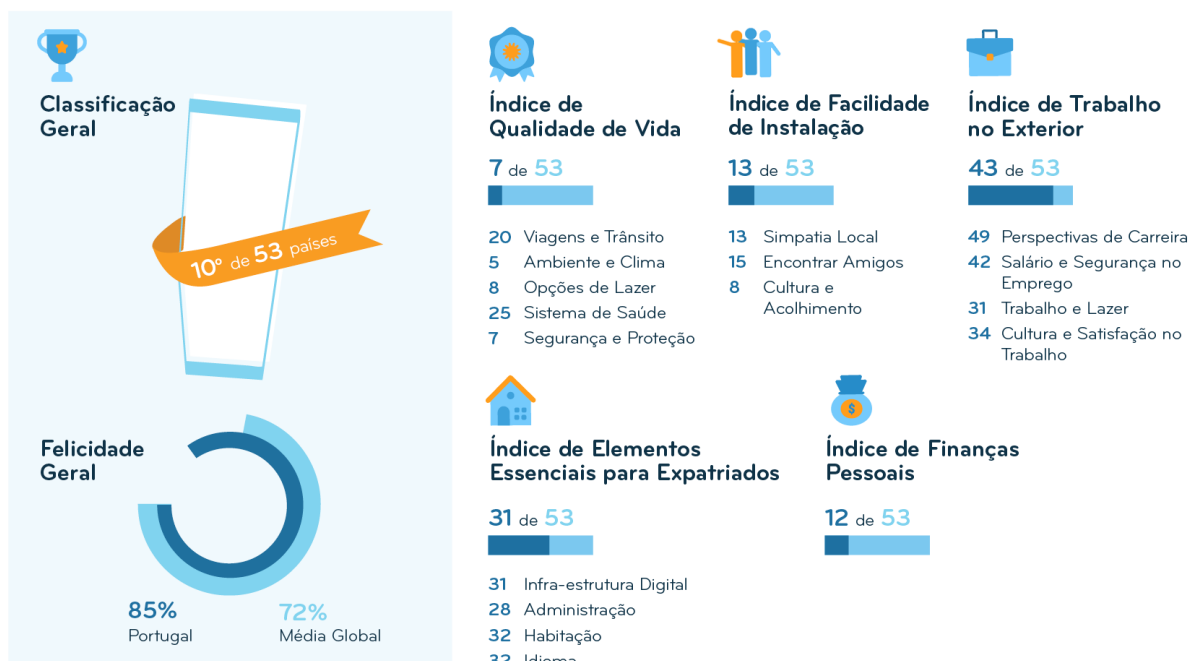
Expatriados Elogiam a Qualidade de Vida em Portugal, Mas Lamentam as Poucas Oportunidades de Emprego

A pesquisa *Expat Insider 2023* da InterNations revela os melhores e os piores destinos para viver e trabalhar no exterior.

- **Portugal ocupa o 10º lugar entre 53 países:** os expatriados gostam do clima e sentem-se bem recebidos, mas enfrentam poucas perspectivas de carreira.
- **México (1º), Espanha, Panamá, Malásia, Taiwan, Tailândia, Costa Rica, Filipinas, Bahrein e Portugal (10º)** são **os melhores destinos** para expatriados em 2023.
- Os **piores países** para os expatriados são **Kuwait (53.º), Noruega, Turquia, Coreia do Sul, Alemanha, África do Sul, Itália, Malta, Nova Zelândia e Japão (44.º)**.
- Este ano marca também o **10º aniversário da pesquisa Expat Insider**. Na última década, o *Expat Insider* tornou-se um dos estudos mais citados sobre a vida dos expatriados no estrangeiro.

Munique, 11 de Julho 2023 — A [InterNations](https://www.internations.org), a **maior comunidade de expatriados do mundo**, com mais de 4,8 milhões de membros, publicou os últimos resultados da sua pesquisa anual *Expat Insider*. Este ano marca também o 10º aniversário da pesquisa. Com mais de 12.000 entrevistados, o *Expat Insider* é uma das **pesquisas mais extensas sobre viver e trabalhar no exterior**. O estudo fornece informações sobre a vida dos expatriados em 53 destinos, oferecendo informações detalhadas sobre a satisfação dos entrevistados com os seus respectivos países nestes cinco **índices: Qualidade de Vida, Facilidade de Instalação, Trabalho no Exterior, Finanças Pessoais e o índice de Elementos Essenciais para Expatriados**, que cobre habitação, administração, idioma e infra-estrutura digital.

Avaliação da Vida em Portugal pelos Expatriados



Portugal na pesquisa Expat Insider 2023

Portugal ocupa o 10º lugar entre 53 destinos na pesquisa *Expat Insider 2023*. Os expatriados estão muito satisfeitos com a sua **Qualidade de Vida**: apreciam o clima, as Opções de Lazer e a Segurança. Em geral, consideram fácil se instalar e se sentir em casa em Portugal. Apesar das frustrações com a burocracia local e de um mercado de trabalho decepcionante, **85% dos expatriados estão satisfeitos com a vida em Portugal**, em comparação com 72% a nível mundial.

Uma Cultura de Boas-Vindas

O índice **de Facilidade de Instalação (13º)** é um dos principais destaques para os expatriados em Portugal, particularmente no que diz respeito a **Cultura & Acolhimento (8º)**. Os expatriados sentem-se muito à vontade (78% vs. 62% a nível mundial) e bem-vindos (81% vs. 67% a nível mundial) em Portugal. Isto pode ser em parte devido ao fato de 71% terem uma rede de apoio pessoal em Portugal, em comparação com 58% a nível mundial. Além disso, 76% consideram fácil se habituar à cultura local (contra 62% a nível mundial). **A maioria (80%) também relata que a população é geralmente simpática para com os residentes estrangeiros, 15 pontos percentuais a mais do que a média mundial (65%).**

"Apesar de os meus conhecimentos de português serem limitados, os habitantes locais são simpáticos e acolhedores". – Expatriado irlandês

Muito para Ver e Fazer Enquanto Desfruta o Ótimo Clima

Desde a primeira pesquisa *Expat Insider* em 2014, Portugal tem consistentemente apresentado um desempenho bom ou muito bom no Índice de **Qualidade de Vida** - em 2023, ocupa o 7º lugar a nível mundial. Alguns dos destaques de longa data do país têm sido o Clima & Tempo (7º) e a qualidade do ar (9º). "As praias e as paisagens são excelentes e o tempo é fantástico!", partilha um expatriado americano. **Não é de se estranhar que o país esteja entre os melhores destinos em termos de Ambiente & Clima (5.º).**

Os expatriados também têm muitas oportunidades de praticar esportes recreativos (85% satisfeitos vs. 75% a nível mundial) e apreciam a **Cultura & Vida noturna** (74% satisfeitos vs. 68% a nível mundial). Sentem-se seguros (94% vs. 83% a nível mundial) em Portugal e concordam que podem expressar-se abertamente e expressar as suas opiniões (83% vs. 65% a nível mundial).).

Expatriados enfrentam Obstáculos Administrativos

No entanto, no **Índice de Elementos Essenciais para Expatriados (31.º)**, o país ocupa apenas uma posição intermédia. **Mais de metade dos expatriados (56%) tem dificuldade em lidar com a burocracia local (contra 38% a nível mundial)**. E um em cada quatro (25%) não está satisfeito com a disponibilidade de serviços governamentais online (contra 21% a nível mundial). Além disso, mais de metade dos expatriados descreve o português como difícil de aprender (contra 38% a nível mundial). Felizmente, outros dois em cada três **(68%) consideram que é fácil viver no país sem conhecimentos do idioma local (contra 50% a nível mundial)**.

“A burocracia portuguesa é ineficiente e imprevisível. Pode ser quase impossível entender como as coisas devem ser feitas”. – Expatriado americano

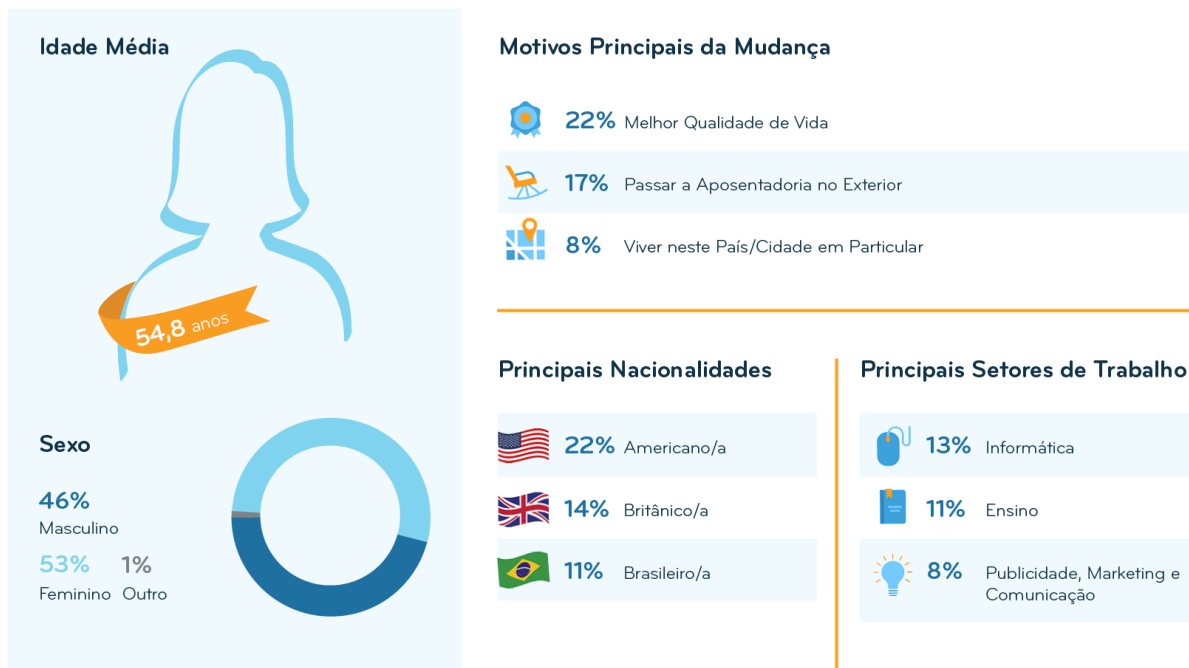
Não é um Destino para Expatriados Desenvolverem suas Carreiras

Portugal escapa por pouco dos 10 últimos lugares no **Índice de Trabalho no Exterior** (43.º). O país tem o pior desempenho na subcategoria **Perspectivas de Carreira** (49.º). Os expatriados votam em 45.º lugar no que diz respeito às oportunidades de carreira locais e **mais de um em cada três (36%) está insatisfeito com o mercado de trabalho** (26% a nível global). Sem surpresa, 28% afirmam que **a mudança para Portugal não melhorou as suas Perspectivas de Carreira** (vs. 18% a nível mundial). O país está acima da média mundial no que respeita ao equilíbrio entre a vida profissional e a pessoal (17.º), embora **os expatriados avaliem mal os seus horários de trabalho** (45.º).

O lado positivo: Finanças Pessoais

Curiosamente, embora o país tenha um mau desempenho em termos de Remuneração Justa no Trabalho (42.º), 78% dos expatriados ainda concordam que sua renda familiar é suficiente ou mais do que suficiente para levar uma vida confortável (contra 73% a nível mundial). Em geral, **Portugal tem um desempenho muito bom no Índice de Finanças Pessoais (12.º): 63% estão satisfeitos com o custo de vida** em geral, em comparação com uma média mundial de 44%.

Expatriados Típicos em Portugal



Os Melhores e os Piores Destinos para Viver e Trabalhar no Exterior em 2023

De acordo com os resultados da pesquisa *Expat Insider 2023*, **o México (1.º), a Espanha, o Panamá, a Malásia, Taiwan, a Tailândia, a Costa Rica, as Filipinas, o Bahrein e Portugal (10.º) são os melhores destinos** para expatriados em 2023. Os 5 principais destinos destacam-se com resultados bons a ótimos **no Índice de Finanças Pessoais**. Todos os 10 principais destinos têm um **desempenho melhor do que a média global no Índice de Facilidade de Instalação**, mas, com exceção de Taiwan (9.º), nenhum deles consegue obter uma classificação elevada no Índice de Trabalho no Exterior. Os países com melhor desempenho também registram resultados muito diferentes no que diz respeito ao Índice de Qualidade de Vida: A Espanha (1.º) e Taiwan (2.º) destacam-se nesta área, enquanto as Filipinas (48.º) acabam por ficar entre os 10 últimos.

Os piores destinos para os expatriados são Kuwait (53.º), Noruega, Turquia, Coreia do Sul, Alemanha, África do Sul, Itália, Malta, Nova Zelândia e Japão (44.º). Todos os 5 últimos países têm **classificações médias a muito ruins no Índice de Facilidade de Instalação**. O Índice de Trabalho no Exterior, por outro lado, revela uma grande variedade de resultados entre os 5 últimos destinos: Alemanha e Noruega têm um desempenho acima da média, enquanto Turquia, Kuwait e Coreia do Sul apresentam resultados muito fracos.

Pode saber mais sobre os melhores e piores destinos para expatriados em 2023 no respectivo comunicado de imprensa (disponível em "Downloads" no e-mail).

Sobre a pesquisa InterNations Expat Insider 2023

A InterNations realiza sua pesquisa anual [Expat Insider](#) desde 2014. Esta 10ª edição de uma das maiores pesquisas com expatriados do mundo baseia-se em dados de 12 065 expatriados que representam 171 nacionalidades e vivem em 172 países ou territórios. Estes forneceram informações sobre várias áreas da vida dos expatriados, bem como género, idade e nacionalidade.

Os participantes foram convidados para avaliar 56 aspectos diferentes da vida no exterior numa escala de um a sete. O processo enfatizou a satisfação pessoal dos entrevistados com estes fatores, considerando tanto os tópicos emocionais como os aspectos mais factuais com o mesmo peso. As classificações dos fatores individuais foram agrupadas em várias combinações, num total de 16 subcategorias, e os seus valores médios foram utilizados para elaborar cinco índices temáticos: Qualidade de Vida, Facilidade de Instalação, Trabalho no Exterior, Finanças Pessoais e Elementos Essenciais para Expatriados. Estes índices foram posteriormente calculados em conjunto com a felicidade geral dos expatriados com a sua vida no exterior para classificar 53 destinos em todo o mundo.

Para constar dos índices e na avaliação geral, era necessária uma amostra de, pelo menos, 50 participantes da pesquisa por destino.

Sobre a InterNations

Com mais de 4,8 milhões de membros em 420 cidades ao redor o mundo, a [InterNations](#) é a maior comunidade global e uma fonte de informação para pessoas que vivem e trabalham no exterior. A InterNations oferece networking e socialização global e local, tanto online como presencial. Com aproximadamente 4.000 eventos e atividades por mês, os expatriados têm a oportunidade de conhecer outras mentes globais. Os serviços online incluem fóruns de discussão e artigos úteis com experiências pessoais de expatriados, dicas e informações sobre a vida no exterior. A adesão é feita apenas por aprovação para garantir que continuamos a ser uma comunidade de confiança. A InterNations faz parte da NEW WORK SE, um grupo de marcas que oferece produtos e serviços para uma vida profissional melhor.

Encontre mais informações sobre a InterNations em nossa [página de imprensa](#), [em nosso blog](#), em nossa [revista](#), ou em nossa página do [LinkedIn](#). Siga-nos no [Twitter](#) para obter actualizações e insights de dados sobre a vida do expatriado.

Contacto de imprensa

Jane Masumy
Porta-voz dos media

InterNations GmbH
Schwanthalerstrasse 39
80336 Munique, Alemanha

Email: press@internations.org

Página inicial: <https://www.internations.org/press>