

## **TRABALHO DOMÉSTICO E SUAS (IN)VISIBILIDADES: VIVÊNCIAS DE MULHERES IMIGRANTES DOS PALOP EM PORTUGAL<sup>1</sup>**

**Helen Cruz<sup>1</sup> [0009-0001-4073-2770] e**

**Joana Topa<sup>2</sup> [0000-0003-0663-973X]**

<sup>1</sup> [Universidade da Maia, Maia, Portugal] A037736@umaia.pt

<sup>2</sup> [Universidade da Maia, Maia, Portugal & CIEG/ISCSP-ULisboa, Lisboa, Portugal] jtopa@umaia.pt

(Autor Correspondente: Joana Topa)

## RESUMO

Nas últimas décadas, Portugal tem acolhido numerosas mulheres oriundas dos PALOP, que migram em busca de melhores condições de vida, autonomia económica e novas perspetivas de futuro. Para muitas, o trabalho doméstico surge como uma das poucas vias de inserção profissional disponíveis, ainda que marcado por fortes dinâmicas de precariedade e exploração. As suas trajetórias evidenciam resiliência face a desigualdades de género, raça e etnia, constituindo um campo privilegiado para compreender, tanto o quotidiano migratório, como as estruturas sociais mais amplas que o moldam. Este estudo analisa as vivências e perceções de mulheres imigrantes oriundas dos PALOP, empregadas no setor doméstico em Portugal, com enfoque nas condições laborais e nas dinâmicas de discriminação. A relevância deste estudo reside em dar visibilidade às condições de trabalho deste grupo social, contribuindo para o debate académico em torno da migração, do trabalho doméstico e das desigualdades estruturais, bem como para a reflexão crítica sobre políticas públicas e justiça social. Esta investigação adotou uma abordagem qualitativa, de natureza exploratória e descritiva, sustentada na realização de entrevistas semiestruturadas junto de 11 mulheres oriundas de diferentes países dos PALOP, atualmente residentes em Portugal. As narrativas destas mulheres revelam condições laborais precárias, ausência de vínculos contratuais formais, baixos salários, longas jornadas e situações de exploração. As participantes relatam ainda experiências de discriminação racial e de género, com impactos significativos na sua saúde física e emocional. Simultaneamente, emergem estratégias de resistência e agência, através de redes informais, do apoio de organizações da sociedade civil e da mobilização coletiva. Conclui-se que o reconhecimento formal do trabalho doméstico como atividade essencial é condição indispensável para a promoção da justiça social, da equidade de género e do respeito pelos direitos humanos. O estudo sublinha, ainda, a necessidade de políticas públicas inclusivas e de aprofundar a investigação académica sobre mulheres migrantes em setores profissionais específicos, através de abordagens comparativas e interseccionais.

*Palavras-chave: trabalho doméstico; migração; mulheres; PALOP; precariedade laboral.*

## ABSTRACT

In recent decades, Portugal has received a significant number of women from Portuguese-speaking African countries (PALOP), who migrate in search of better living conditions, economic autonomy, and new prospects. For many, domestic work emerges as one of the few available pathways into the labour market, despite being marked by strong dynamics of precariousness and exploitation. Their trajectories demonstrate resilience in the face of gender, racial, and ethnic inequalities, constituting a privileged field for understanding both everyday migrant experiences and the broader social structures that shape them. This study analyses the lived experiences and perceptions of immigrant women from the PALOP employed in the domestic sector in Portugal, with a particular focus on working conditions and the dynamics of discrimination. The relevance of this research lies in giving visibility to the working conditions of this social group, contributing to academic debates on migration, domestic work, and structural inequalities, as well as fostering critical reflection on public policies and social justice. This study adopted a qualitative, exploratory, and descriptive approach, based on semi-structured interviews conducted with 11 women from different PALOP countries, currently residing in Portugal. The women's narratives reveal precarious working conditions, the absence of formal contractual arrangements, low wages, long working hours, and situations of exploitation. Participants also reported experiences of racial and gender discrimination, with significant impacts on their physical and emotional well-being. At the same time, strategies of resistance and agency emerge through informal networks, support from civil society organisations, and collective mobilisation. It is concluded that the formal recognition of domestic work as an essential form of labour is an indispensable condition for promoting social justice, gender equity, and respect for human rights. The study further underscores the need for inclusive public policies and for expanding academic research on migrant women employed in specific professional sectors using comparative and intersectional approaches.

*Keywords: domestic work; migration; women; PALOP; labor precarity.*

## Introdução

O trabalho doméstico em Portugal constitui uma das principais portas de entrada no mercado de trabalho para mulheres migrantes, particularmente provenientes dos Países Africanos de Língua Oficial Portuguesa (PALOP) e do Brasil (Abrantes, 2021; Rodrigues et al., 2014). Este padrão insere-se numa história migratória marcada por continuidades coloniais e pós-coloniais, que moldaram fluxos persistentes entre Portugal e os PALOP desde o século XIX, intensificados após a descolonização na década de 1970 (Pereira Ramos, 2005; Silva, 2015).

Após a Revolução de Abril de 1974, o retorno de cidadãos/ãs portugueses/as das ex-colónias e a chegada de pessoas migrantes africanas alteraram profundamente a composição demográfica do país. O Decreto-Lei n.º 308-A/75 redefiniu o estatuto jurídico de milhares de indivíduos oriundos dos PALOP, levando muitos a inserirem-se como estrangeiros/as em Portugal e a procurarem inserção laboral em setores de baixa qualificação, como a construção civil e os serviços domésticos (Padilla & Ortiz, 2012).

A posterior reunificação familiar e a crescente procura de trabalhadores/as na área dos cuidados acentuaram a feminização destes fluxos migratórios. Dados recentes evidenciam esta feminização e racialização do setor. Em 2022, 99,7% das pessoas empregadas no trabalho doméstico em Portugal eram mulheres, sendo cerca de 1/3 de nacionalidade estrangeira. Entre estas, destacam-se as trabalhadoras cabo-verdianas, cuja presença no setor remonta a 1970 e reflete relações históricas entre Portugal e os PALOP, marcadas por heranças coloniais e desigualdades estruturais (Abrantes, 2021; Luz, 2024).

Todavia, a inserção profissional das mulheres migrantes continua a ser pautada por inúmeras desvantagens interseccionais. A discriminação nos processos de recrutamento, nomeadamente associada a nomes não ocidentalizados, sotaques ou práticas culturais, reforça obstáculos estruturais à mobilidade social e profissional (Sethi & Williams, 2015). Estas mulheres, mesmo que altamente qualificadas, enfrentam processos de desqualificação profissional, penalizações salariais e dificuldades em serem reconhecidas as suas qualificações (Sethi & Williams, 2015). A ausência de redes de apoio e as barreiras linguísticas reforçam o isolamento social e laboral, reduzindo as oportunidades de empregabilidade (Krieger, 2020; Singh & Mutum, 2024).

Estudos indicam diferenças salariais entre 40% e 65%, em relação às trabalhadoras nacionais no início das suas trajetórias laborais em Portugal, diferenças que tendem a diminuir apenas após longos períodos de permanência no mercado de trabalho (Adserà & Ferrer, 2014).

O setor doméstico, principal via de inserção laboral para muitas mulheres migrantes em Portugal, permanece caracterizado pela informalidade, pelo isolamento profissional e pela pobre proteção legal. Apesar do aumento recente dos registos na Segurança Social, que duplicaram em 2023,

persistem elevadas taxas de trabalho não declarado, sobretudo entre mulheres oriundas dos PALOP e do Brasil (Agência Lusa, 2024). A natureza privada do trabalho doméstico dificulta a fiscalização e a denúncia de abusos, favorecendo situações de ausência de contrato, inexistência de férias pagas, baixas médicas, proteção social adequada (Alonso et al., 2024; Beaufils, 2023) ou outras formas de precariedade, tais como remunerações instáveis, horários prolongados e vínculos frágeis, frequentemente acompanhados por experiências de desvalorização simbólica, humilhações, controle excessivo e discriminação racial e de gênero (Osiki, 2022; Thakkar, 2024). Estas condições têm sido associadas a sofrimento psicológico, caracterizado por sentimentos de invisibilidade, isolamento social e sintomas depressivos (Borges et al., 2025; Monroe et al., 2024).

A persistência destas desigualdades encontra explicação em estruturas coloniais e hierarquias raciais e de gênero que continuam a posicionar mulheres racializadas em papéis subalternos de cuidado (Beaufils, 2023; Davies & Rowe, 2023; Vlase, 2024). A interseção entre gênero, estatuto migratório, classe social e racialização produz formas acumulativas de exclusão, que limitam a mobilidade profissional e o reconhecimento social destas trabalhadoras. Paralelamente, apesar da forte presença numérica das mulheres migrantes no setor, mantêm-se processos de exclusão simbólica e institucional, típicos de dinâmicas de tokenismo, que impedem a sua participação efetiva na representação coletiva e na tomada de decisão laboral (Faison, 2024; Gomes de Moura et al., 2020).

Apesar dos contributos inequívocos para a economia portuguesa, para a sustentabilidade do sistema de cuidados e para a promoção da diversidade cultural no país (Padrão et al., 2011), as trabalhadoras domésticas migrantes continuam a enfrentar formas persistentes de discriminação estrutural e desproteção social. Estas desigualdades evidenciam a necessidade de estratégias integradas orientadas para a promoção da equidade, o reconhecimento dos direitos laborais e a valorização efetiva da diversidade (Góis et al., 2023; Padrão et al., 2011). Organismos internacionais, como a Organização Internacional do Trabalho (OIT), reforçam a necessidade de políticas públicas integradas que promovam a formalização dos vínculos laborais, o acesso efetivo à proteção social e mecanismos de fiscalização adequados como condições essenciais para dignificar o setor (OIT, 2011).

Sem medidas estruturais que reconheçam as qualificações das mulheres migrantes, promovam a conciliação entre trabalho e vida familiar e combatam a discriminação institucional, o trabalho doméstico em Portugal continuará a reproduzir invisibilidade, precariedade e desigualdades, representando, simultaneamente, uma forma persistente de injustiça social e um desperdício significativo de capital humano.

As mulheres imigrantes oriundas dos PALOP sustentam, de forma silenciosa mas essencial, o quotidiano de inúmeros lares portugueses, assegurando o cuidado, a ordem e muitas vezes o afeto. Contudo, permanecem frequentemente invisíveis e subvalorizadas. O trabalho doméstico, fortemente

feminizado e marcado pela precariedade, discriminação e informalidade, constitui um dos setores mais impactados pela migração feminina em Portugal (Sabban, 2020). A globalização e as transformações demográficas intensificaram a procura por este tipo de trabalho, mas, simultaneamente, revelaram hierarquias estruturais de género, étnico-raciais e de classe, traduzidas em baixos salários, escassos direitos laborais e reduzida proteção social (Silva & Casimiro, 2023; Wei et al., 2023).

Este estudo adota um enquadramento crítico que articula a criminologia da mobilidade com perspetivas decoloniais e interseccionais, procurando compreender as múltiplas dinâmicas de exclusão, exploração e resistência que atravessam as experiências destas mulheres (Bashi, 2023; Fernandez-Bessa et al., 2024). A análise desenvolve-se em dois eixos centrais: por um lado, a contextualização teórica e o enquadramento legal do trabalho doméstico, por outro, a compreensão das trajetórias migratórias destas mulheres, das suas condições laborais, dos desafios quotidianos que enfrentam e das estratégias de resistência e de agenciamento. O artigo termina com recomendações orientadas para o reconhecimento formal do setor e para a promoção da justiça social, da equidade de género e do respeito pelos direitos humanos.

### **Trabalho Doméstico e Mercado de Trabalho**

O trabalho doméstico tem sido desvalorizado e marginalizado nas análises económicas e sociais ao longo do tempo, nomeadamente, quando comparado com outras formas de trabalho remunerado. Envolve tarefas essenciais realizadas no espaço privado que sustentam, tanto a vida familiar, como a organização social mais ampla (Lallement, 2022). Apesar de historicamente marginalizado nas análises económicas, este setor tem vindo a ganhar maior reconhecimento, impulsionado por reformas legais e por uma crescente consciência social sobre a sua relevância (Popelka, 2024).

Tradicionalmente associado ao espaço privado e às responsabilidades femininas, foi frequentemente classificado como “inatividade económica”, o que contribuiu para a sua invisibilidade institucional e simbólica (Alonso et al., 2024; Monroe et al., 2024). A separação estabelecida pela Revolução Industrial entre produção mercantil e reprodução social reforçou esta desvalorização, agravada por legados escravistas que continuam a repercutir-se nas formas contemporâneas de exploração laboral (Poo & Tracy, 2021).

Profundamente ligado a transformações estruturais, normas sociais e papéis de género (Sinha & Jha, 2022), o trabalho doméstico tem alterado a sua configuração, muito impulsionada pelo fenómeno da globalização. Este processo tem sido impulsionado pelo aumento da mobilidade internacional de mulheres provenientes de países de baixo rendimento para economias mais desenvolvidas (Sabban, 2020). O envelhecimento populacional, o aumento das famílias monoparentais e a crescente participação das mulheres nacionais no mercado de trabalho aumentaram a procura por serviços de cuidado, o que intensificou a necessidade de mão de obra disponível, flexível e pouco dispendiosa (Abrantes, 2013).

Assim, verificou-se uma substituição progressiva de trabalhadoras nacionais por mulheres migrantes, dispostas a aceitar condições que as primeiras não aceitariam, nomeadamente condições pautadas por precariedade salarial, instabilidade contratual e longas jornadas de trabalho (Silva & Casimiro, 2023).

Os processos migratórios, motivados por fatores económicos, sociais e políticos, emergem assim como elemento central nesta configuração, evidenciando a interseção entre género, estatuto migratório e desigualdades estruturais que perpetuam formas de exploração (Leshchenko & Chung, 2023; Wei et al., 2023).

A divisão sexual do trabalho permanece profundamente enraizada em normas culturais e económicas. Historicamente, as mulheres assumem as tarefas do lar e os cuidados, enquanto os homens se concentram em áreas consideradas “masculinas”, perpetuando estereótipos e desigualdades (Christopher, 2024; Modiri et al., 2025). Esta segregação reforça a associação do trabalho doméstico ao feminino, limitando o acesso das mulheres a outros setores profissionais e restringindo a sua mobilidade social (Santos et al., 2023).

Em várias regiões do mundo, como os Emirados Árabes Unidos e o Conselho de Cooperação do Golfo, a dependência de trabalhadoras migrantes tornou-se estrutural, conduzindo à corporatização do setor e a novas formas de exploração laboral (Sabban, 2020). A relocação de atividades (*offshoring*) afetou igualmente os mercados de trabalho locais, reduzindo oportunidades para trabalhadores/as nacionais, acentuando a competição com a mão de obra estrangeira (Wei et al., 2023). Embora alguns países tenham implementado reformas legais que procuram assegurar condições mais justas e padrões mínimos de proteção no setor (Sabban, 2020), persistem desigualdades salariais, fragilidades na organização de mecanismos de fiscalização eficazes (Kalfadellis & Wong, 2000).

Em Portugal, apesar do crescimento dos registos de trabalhadoras domésticas na Segurança Social em 2023 (Agência Lusa, 2024), a concorrência de mão de obra barata oriunda de países do Sul Global (Kalfadellis & Wong, 2000) assim como elevados níveis de informalidade continuam a caracterizar o setor, especialmente entre mulheres migrantes dos PALOP e do Brasil (Abrantes, 2021; Rodrigues et al., 2014).

A organização do trabalho doméstico em espaço privado favorece o isolamento profissional, fragiliza redes de apoio e dificulta a denúncia de abusos, reduzindo o alcance da fiscalização estatal (Beaufils, 2023). A informalidade traduz-se, frequentemente, na ausência de contrato escrito, na negação de direitos básicos, como férias remuneradas, subsídio de doença e acesso à proteção social e em práticas de remuneração instáveis (Alonso et al., 2024). A precariedade manifesta-se também em jornadas extensas, acumulação de funções e ambientes de trabalho emocionalmente exigentes ou inseguros, frequentemente marcados por humilhações, estigmatização racial e vigilância excessiva (Osiki, 2022; Thakkar, 2024).

Estas condições têm impactos diretos no bem-estar psicológico das trabalhadoras. Muitas evidenciam sentimentos de invisibilidade social, isolamento, desvalorização e sintomatologia depressiva (Borges et al., 2025; Monroe et al., 2024). Apesar de avanços legais, o trabalho doméstico permanece fortemente segregado por gênero e raça, funcionando como um setor de absorção de mão de obra feminilizada e racializada, onde a mobilidade profissional é limitada e o reconhecimento laboral continua a ser diminuto. Estas injustiças significativas exigem respostas orientadas para uma maior justiça social.

### **Migrações, Fronteiras e Desigualdades**

A mobilidade internacional feminina constitui atualmente um dos fluxos migratórios mais relevantes à escala global, sendo impulsionada por desigualdades económicas, instabilidade política, pressões sociais e pela procura crescente de trabalho nos países do norte global (Sabban, 2020). Estes movimentos são profundamente moldados por regimes de controlo migratório que produzem hierarquias de mobilidade, estabelecendo distinções entre migrantes “desejáveis” e “indesejáveis”, e condicionando fortemente o acesso a direitos laborais e sociais (Fernandez-Bessa et al., 2024; Pickering et al., 2015).

A criminologia da mobilidade analisa criticamente as fronteiras que surgem como dispositivos materiais e simbólicos e que estruturam processos de inclusão e exclusão social, reproduzindo desigualdades baseadas em classe, gênero, etnia e nacionalidade (Fernandez-Bessa et al., 2024; Pickering et al., 2015). Neste quadro, as fronteiras operam, não apenas como limite físico, mas também no interior das sociedades de destino, sob a forma de legislação restritiva, práticas administrativas discriminatórias e estigmatização social que produzem identidades sociais como “não-cidadão/ã” (Pickering et al., 2015), limitando a participação efetiva das pessoas migrantes.

As perspetivas decoloniais aprofundam esta análise ao demonstrar que os regimes contemporâneos de controlo migratório se ancoram em hierarquias raciais herdadas do passado colonial, mantendo estruturas de poder que continuam a definir quem pode circular, trabalhar e pertencer (Bauder et al., 2023; Damasceno et al., 2022). Estas epistemologias denunciam a centralidade persistente do eurocentrismo na definição de padrões de mérito, produtividade e cidadania, que contribuem para a desvalorização dos saberes e competências provenientes do Sul Global.

Por outro lado, esta abordagem rompe com epistemologias eurocêntricas e valoriza saberes alternativos do Sul Global, propondo categorias como *Buen Vivir* e *Ubuntu*, que privilegiam relações horizontais, equilíbrio comunitário e respeito mútuo (Bauder et al., 2023). Ao recentrar as vozes de migrantes e comunidades subalternizadas, o decolonialismo mostra como epistemologias dominantes invisibilizam as suas experiências e perpetuam desigualdades.

Se o decolonialismo desvela os alicerces históricos e epistemológicos da exclusão, a interseccionalidade permite compreender como estas estruturas se materializam nas experiências concretas das mulheres migrantes. Formulada por Crenshaw (1989), esta teoria evidencia a sobreposição de sistemas de opressão como racismo, sexismo, classismo e xenofobia, mostrando como se entrelaçam para moldar condições de vida e de trabalho (Collins et al., 2021). No contexto do trabalho doméstico, a interseccionalidade capta de forma particular a precarização das mulheres migrantes, que enfrentam simultaneamente discriminação de género, de raça, de classe e de origem (Kilomba, 2019; Piscitelli, 2008). Esta perspetiva permite analisar, tanto os constrangimentos estruturais, como as estratégias de resistência, constituindo uma ferramenta indispensável para a construção de políticas inclusivas e transformadoras.

Contudo, a interseccionalidade permite articular de forma integrada a complexidade das desigualdades, sendo a teoria do tokenismo que evidencia as formas mais subtis e simbólicas de exclusão em contextos laborais. Proposta por Kanter (1977), a Teoria do Tokenismo acrescenta uma leitura crítica sobre a persistência da exclusão simbólica mesmo em contextos de elevada presença de pessoas migrantes. Apesar de numericamente significativas no setor doméstico, as mulheres migrantes permanecem sub-representadas em estruturas associativas, sindicais e institucionais, sendo frequentemente alvo de estereotipização, hipervisibilidade e isolamento social (Faison, 2024; Kanter, 1977; Watkins et al., 2019;). Esta contradição evidencia que a mera presença não garante inclusão efetiva nem reconhecimento profissional.

Em conjunto, estas perspetivas demonstram que as desigualdades vividas pelas mulheres migrantes no trabalho doméstico resultam da articulação entre regimes migratórios que excluem, heranças coloniais que persistem, discriminações interseccionais e dinâmicas de exclusão simbólica. Portugal insere-se plenamente neste padrão, onde o trabalho doméstico funciona como espaço de absorção de mão de obra migrante marcada pela precariedade, a negação contínua de direitos e reconhecimento e invisibilidade das realidades de trabalhadoras migrantes.

### **Trabalho Doméstico, Enquadramento Legal e as Políticas Públicas**

As políticas públicas em Portugal, no domínio do trabalho doméstico, refletem uma interação complexa entre a legislação vigente, mecanismos de proteção social e os desafios específicos enfrentados pelas trabalhadoras, em particular migrantes e pessoas em situação de informalidade (Abrantes, 2013). A Convenção da OIT para Trabalhadoras e Trabalhadores Domésticos, adotada em 2011, influenciou a legislação portuguesa, embora a sua implementação continue a enfrentar entraves significativos. O Código Civil de 1867 tratava o serviço doméstico de forma diferenciada em relação ao trabalho assalariado, deixando estas trabalhadoras com menor proteção e maior vulnerabilidade (Abrantes, 2013).

Atualmente, uma parte significativa das trabalhadoras domésticas exerce funções de forma informal, sujeitando-se a situações de exploração e de desigualdades salariais, realidade que afeta de forma particular as mulheres migrantes (Figueiredo et al., 2018; Suleman & Figueiredo, 2018). Mesmo nos casos em que existem vínculos contratuais, persistem as desigualdades estruturais e insuficiência de fiscalização, enquanto o legado colonial continua a reforçar formas de discriminação dirigidas às migrantes oriundas de ex-colónias portuguesas (Figueiredo et al., 2018; Suleman & Figueiredo, 2018).

O reconhecimento do trabalho doméstico como ocupação legítima, tem sido dificultado, por práticas de paternalismo e de subordinação nas relações laborais, o que evidencia a necessidade de reformas profundas. Entre estas, destacam-se a formalização das relações de trabalho, o reforço da proteção legal e o fortalecimento dos mecanismos de fiscalização, de modo a garantir condições dignas e a efetiva igualdade de direitos (Abrantes, 2013).

A Autoridade para as Condições do Trabalho (ACT), criada em 2007, desempenha um papel central na fiscalização das condições laborais, com competências que abrangem a intervenção em processos de natureza laboral e a salvaguarda dos direitos dos trabalhadores. No entanto, a sua ação tem incidido sobretudo sobre o setor formal (Costa, 2023; Martinez, 2021). Ainda assim, entre 2019 e 2021, a ACT direcionou esforços para combater a precariedade laboral e para proteger grupos vulneráveis, incluindo trabalhadores/as em situação informal, o que beneficiou de forma indireta o setor doméstico (Delgado, 2023).

A Convenção n.º 189 da OIT estabelece normas internacionais para assegurar condições de trabalho dignas, salários justos, horários regulamentados, períodos de descanso e acesso à segurança social. Apesar de Portugal ter ratificado esta convenção, a sua aplicação enfrenta dificuldades significativas (Convenção n.º 189 da OIT, 2011). No plano interno, o Decreto-Lei n.º 235/92 e a Lei n.º 13/2023 regulam o contrato de trabalho doméstico, procurando fomentar a formalização e combater a precariedade (Decreto-Lei n.º 235/92; Lei n.º 13/2023).

O Código do Trabalho, no artigo 9.º, define os critérios para o reconhecimento das relações laborais no setor doméstico, funcionando como instrumento de combate à informalidade e de garantia de direitos (Art. 9.º, 2009). A jurisprudência portuguesa tem igualmente reforçado a proteção das trabalhadoras, quer através da prevenção de despedimentos ilícitos, quer pelo reconhecimento de direitos em uniões de facto e pela atribuição de compensações adequadas em casos de cessação contratual (Acórdãos n.º 19318/16.4T8PRT.P1. S1; n.º 241/21.7T8TND.C1. S1; Tribunal da Relação de Lisboa, Processo n.º 6085/2005-4).

## Método

Enquanto uma das populações imigrantes mais significativas em Portugal, as mulheres oriundas dos PALOP contribuem também de forma relevante para a área do cuidado, como é o caso do trabalho doméstico por conta de outrem. Contudo, a investigação sobre as suas experiências permanece pouco desenvolvida no contexto nacional. Este estudo qualitativo exploratório procura colmatar essa lacuna. Apesar da crescente presença de mulheres oriundas dos PALOP no setor do trabalho doméstico em Portugal, estas continuam marcadas por uma profunda invisibilidade social, laboral e institucional. A natureza informal e desvalorizada deste tipo de trabalho, aliada a dinâmicas interseccionais de género, *background* migrante, nacionalidade e classe, contribui para a precarização das suas condições de vida e para a ausência de reconhecimento dos seus direitos enquanto trabalhadoras e cidadãs. Deste modo, a questão de partida que sustenta este estudo é: *Quais as vivências de mulheres imigrantes oriundas dos PALOP que trabalham por conta de outrem no setor doméstico em Portugal?*

Assente numa epistemologia feminista interseccional e na perspetiva construcionista social, esta investigação tem como principal objetivo compreender as vivências de mulheres imigrantes oriundas dos PALOP que trabalham no setor doméstico por conta de outrem em Portugal. Propôs-se alcançar quatro objetivos específicos: compreender as trajetórias migratórias e profissionais das mulheres imigrantes oriundas dos PALOP; analisar as condições de trabalho e os fatores que acentuam a vulnerabilidade das trabalhadoras domésticas em Portugal, incluindo situações de exploração, discriminação e violência; examinar as consequências que essas condições laborais acarretam a nível pessoal, familiar e social; e, por fim, compreender as estratégias de resistência e resiliência mobilizadas face às adversidades no contexto laboral.

É importante sublinhar que este estudo incide sobre um segmento específico das comunidades PALOP e que, por esse motivo, os resultados não podem ser generalizados.

Este estudo foi aprovado pela comissão de ética da Universidade da Maia (Ref. 238\_2024) por cumprir todos os princípios éticos da investigação, incluindo o consentimento informado e a proteção de dados pessoais. Foram garantidos o carácter voluntário da participação, o anonimato, o tratamento e armazenamento dos dados, bem como a confidencialidade.

O recrutamento das participantes foi realizado através da técnica de amostragem por conveniência, com a divulgação em redes sociais (por exemplo, *Instagram* e *Facebook*). Para participar, as respondentes tinham de cumprir os seguintes critérios: ser mulher, imigrante, oriunda de PALOP, ter trabalhado pelo menos 6 meses em trabalho doméstico e ter 18 anos ou mais. Foi igualmente utilizada a técnica de amostragem em bola de neve (*snowball sampling*), através da qual as participantes eram incentivadas a referir outras mulheres que preenchessem os critérios de inclusão, ampliando o acesso a

potenciais entrevistadas. Como resultado, não houve controlo sobre variáveis como idade, estado civil ou orientação sexual das participantes.

As entrevistas foram agendadas por contacto direto, telefone ou email, após obtenção do consentimento informado. Antes do início de cada entrevista foram explicados os objetivos do estudo, garantindo-se o anonimato e a confidencialidade. Foi pedida autorização explícita para a gravação e transcrição das entrevistas. A recolha de dados ocorreu entre abril e junho de 2025, com entrevistas com uma duração média de 30 minutos.

Este estudo de natureza exploratória e descritiva adotou uma metodologia qualitativa por sua eficácia na análise detalhada de processos e contextos específicos (Yin, 2015). A recolha de dados foi feita por entrevistas semiestruturadas, que possibilitam um diálogo flexível e exploração aprofundada das experiências subjetivas. O guião de entrevista foi elaborado a partir de investigação contínua e reflexão sobre invisibilidade estrutural, interseccionalidade e desigualdades, contemplando blocos temáticos:

- 1) dados sociodemográficos;
- 2) trajetórias migratórias e profissionais;
- 3) condições de trabalho;
- 4) vulnerabilidades, violências e discriminações;
- 5) consequências pessoais, familiares e sociais; e
- 6) estratégias de resistência e resiliência.

Participaram neste estudo 11 mulheres, com idades compreendidas entre os 23 e os 51 anos (média de 34,5 anos), 63,6% (n=7) são de Cabo Verde, 18,2% (n=2) Angola, 9,1% (n=1) Guiné-Bissau e 9,1% (n=1) São Tomé e Príncipe. Quanto ao estado civil: 63,6% (n=7) solteiras, 27,3% (n=3) casadas e 9,1% (n=1) divorciadas. Em termos de escolaridade, 9,1% (n=1) possui o 1.º ciclo (4ª classe), 63,6% (n=7) o ensino secundário completo, 18,2% (n=2) licenciatura e 9,1% (n=1) estão a frequentar mestrado (cf. Anexo 1, Tabela 2).

As trajetórias profissionais das trabalhadoras migrantes revelam uma diversidade de formações e experiências anteriores, abrangendo funções como rececionista, educadora de infância, chefe de recursos humanos, auxiliar de serviços gerais, cabeleireira, professora e designer. Apesar disso, a maioria (63,6%) encontra-se atualmente empregada no trabalho doméstico, enquanto outras exercem atividades como cozinheiras, operadoras de caixa ou técnicas de contabilidade. O tempo de residência em Portugal varia entre 6 meses e 23 anos, apresentando uma média de 10 anos.

As entrevistas foram analisadas através da Análise Temática (AT) segundo Braun e Clarke (2006), que possibilita identificar, analisar e relatar padrões nos dados, oferecendo organização e descrição detalhada. O procedimento envolveu seis etapas interligadas:

- 1) familiarização com os dados, através da leitura e releitura cuidadosa das transcrições para compreensão aprofundada e registo de impressões iniciais;
- 2) geração de códigos iniciais, marcando segmentos relevantes com rótulos que sintetizam aspetos significativos;
- 3) agrupamento dos códigos em temas potenciais, identificando padrões nas narrativas;
- 4) revisão dos temas, avaliando coerência interna e pertinência para refinar categorias;
- 5) definição e nomeação dos temas, clarificando seu escopo e essência;
- 6) elaboração do relatório analítico, apresentando e discutindo os temas com excertos representativos e conectando-os aos objetivos e literatura.

### **Apresentação e Discussão dos Resultados**

Considerando os objetivos do presente estudo, e após a análise qualitativa das entrevistas com mulheres imigrantes dos PALOP a exercer trabalho doméstico em Portugal, foram identificados quatro grandes temas, cada um subdividido em diversos subtemas que refletem as múltiplas dimensões das suas trajetórias, vivências laborais e estratégias de resistência (cf. Tabela 1) que iremos apresentar de seguida.

**Tabela 1** *Mapa Temático.*

<b>Temas</b>	<b>Subtemas</b>
Trajatórias Migratórias: Entre Sonhos e Fugas	Motivação para a Migração
O Trabalho no Setor Doméstico: Entre as Quatro Paredes do (In)visível	Desafios laborais do trabalho doméstico por conta de outrem
	Discriminação interseccional em ação
	Violência(s) sofridas
Impactos do Trabalho Doméstico	Reflexos na Saúde
	Família
Resistência(s) e Agenciamento	

## Tema 1- Trajetórias Migratórias: Entre Sonhos e Fugas

### Subtema 1.1- Motivação para a Migração

As participantes revelam motivações diversas para migrar. Por detrás de cada decisão, estão sonhos de crescimento académico, projetos de realização pessoal e, por vezes, a necessidade urgente de escapar de contextos de instabilidade, violência ou perda. Como referiu uma das participantes:

P001CV: *“Inicialmente vim para estudar, depois é que deixei de estudar e comecei a trabalhar.”* (residente há 22 anos em Portugal).

Muitas mulheres chegam a Portugal com a expectativa de que o trabalho doméstico sirva como uma oportunidade de sair das condições precárias dos seus países:

P004ANG: *“E esses seis meses que eu fiquei aqui a trabalhar com eles, eu vi que era uma oportunidade de mudar de vida, que o meu país não se encontra em boas condições... E pronto, como eu sou mãe solteira, também vi que o país em si é mais desenvolvido que o meu país”* (Angolana de 35 anos).

De acordo com Leshchenko e Chung (2023) e Wei et al. (2023), a migração para o trabalho doméstico surge impulsionada por fatores económicos, sociais e políticos, associados frequentemente à precariedade, baixos salários e falta de proteção social. Esta realidade encontra eco nos relatos das participantes, mostrando que migrar representa, uma estratégia de sobrevivência e um horizonte de esperança. A globalização intensificou os fluxos migratórios femininos, sobretudo de regiões de baixa renda para economias mais desenvolvidas, como Portugal (Sabban, 2020; Sinha & Jha, 2022). Esse movimento é visível nas trajetórias das mulheres dos PALOP, que articulam projetos pessoais com a necessidade de garantir um futuro melhor para si e para as suas famílias.

Em Portugal, diferentes estudos (Abrantes, 2021; Silva & Casimiro, 2023) evidenciam a presença histórica e predominante de mulheres migrantes no trabalho doméstico, reforçando o papel central do género e da pertença étnica nestas dinâmicas laborais e sociais. Experiências pessoais como a perda de entes queridos ou a fuga a contextos de violência ilustram os cruzamentos entre fatores subjetivos e determinantes estruturais que motivam a migração:

P010GUI: *“Decidi ficar aqui porque eu perdi a minha mãe ali, então eu decidi mesmo ficar aqui.”*

P011ANG: *“A violência aumentava todos os dias, e perdi pessoas próximas por causa disso.”*

A criminologia da mobilidade e as teorias decoloniais (Damasceno et al., 2022; Fernandez-Bessa et al., 2024; Mehta, 2023; Pickering et al., 2015) ajudam a compreender a migração, não como

escolha individual, mas como parte de um sistema global marcado por desigualdades raciais, de género, económicas e coloniais. Nesta perspetiva, as mulheres migrantes não são apenas vítimas, mas sujeitos ativos, que resistem e tomam decisões mesmo em contextos de exclusão (Bashi, 2023; Vlase, 2024). As trajetórias migratórias analisadas mostram a necessidade de abordagens interseccionais sensíveis às especificidades de género, raça e classe. A pluralidade de motivações e vivências evidencia múltiplos desafios acompanhados de estratégias de resistência e esperança, alinhando-se às perspetivas contemporâneas sobre mobilidade, agência e justiça social.

Historicamente, após a Revolução dos Cravos (1974) e o processo de descolonização, Portugal viveu um duplo movimento migratório com o regresso dos “retornados” e a crescente chegada de cidadãos africanos. O Decreto-Lei n.º 308-A/75, que retirou a nacionalidade portuguesa a muitos africanos, obrigou à regularização destes como estrangeiros. Décadas depois, os PALOP constituem uma das comunidades estrangeiras mais representativas em Portugal, especialmente concentradas em Lisboa (Padilla & Ortiz, 2012).

## **Tema 2- O Trabalho no Setor Doméstico: Entre as Quatro Paredes do Invisível**

### **Subtema 2.1- Desafios Laborais do Trabalho Doméstico por conta de outrem**

Os resultados mostram que as mulheres imigrantes dos PALOP no setor doméstico em Portugal enfrentam precariedade estrutural que se manifesta em vínculos contratuais informais, invisibilidade, discriminação e falta de direitos básicos. Essa “tripla discriminação” se baseia em género, classe e cor da pele, permeando seu cotidiano (Lallement, 2022; Sinha & Jha, 2022; Wei et al., 2023).

A informalidade é constante. Muitas relatam ausência de contrato e descontos para segurança social:

P006CV: *“Um contrato sem desconto não é contrato, é um papel escrito e assinado.”*

P005CV: *“Eu não tinha contrato e eles não tinham como me declarar na segurança social para eu poder controlar e ver se era verdade os descontos que diziam que faziam, era péssimo.”* (45 anos)

A ausência de horários fixos e a sobrecarga são frequentes:

P005CV: *“...naquele trabalho não tinha horário fixo, para teres folga tinhas que ficar a pedir, trabalhavas mais de 15 dias para pedires uma folga e nem queriam dar.”*

P006CV: *“...não tinha horário, era um desrespeito... eu tinha que estar lá em cima às 7h... às vezes eu ia deitar à meia-noite, às vezes ia deitar às 9, tinham dias de festa e eu já estive naquela cozinha 2/3 horas à espera que o bolo ficasse pronto...”*

Salários atrasados, inferiores ao mínimo e sem subsídios são comuns:

P011ANG: *“Trabalho sem contrato formal. O salário é pago em dinheiro, sempre com atrasos. Ganhava menos do que o salário mínimo nos primeiros anos. Não recebo subsídio de férias, nem de Natal.”*

P011ANG: *“Nunca tive contrato escrito, apesar de saber que é obrigatório. Não tenho acesso a férias pagas, nem a subsídios. Se fico doente, não recebo nada. Já tentei falar sobre isso, mas disseram-me que se não estivesse satisfeita, havia quem quisesse o meu lugar.”* (Residente há 7 anos em Portugal)

A acumulação de funções é comum, incluindo limpeza, cozinha, cuidado de crianças e idosos:

P007CV: *“Era limpeza, pôr a roupa a lavar, aspirar, fazer comida, fazer as camas. Limpar persianas e janelas.”*

P005CV: *“É trabalho doméstico como na tua casa, é cozinhar, lavar roupa, passar e eu limpar a casa e cuidar de uma idosa também.”*

P004ANG: *“...eu cuidei dos três filhos dela. Agora estou a cuidar da filha dela, que nasceu no ano passado...”*

O isolamento e a dependência do empregador dificultam a negociação de condições e denúncias, aumentados pelo medo de perder o emprego:

P001CV: *“...não era confortável ir trabalhar, chegava uma altura eu ia porque precisava de trabalhar mesmo.”*

A invisibilidade do trabalho, por ocorrer no espaço privado, dificulta fiscalização e perpetua precariedade:

P003CV: *“...me mandaram limpar uma janela que ficava do lado de fora e eu tinha que subir umas escadas porque eu tinha que limpar até lá em cima... sendo que aquilo era perigoso, eu podia cair lá em baixo...”*

A literatura confirma que a informalidade, falta de reconhecimento e desconfiança dificultam a integração plena (Leshchenko & Chung, 2023; Wei et al., 2023). As trabalhadoras enfrentam pressão constante para provar competência:

P001CV: *“Sim, no início por falta de experiência, ouvi muito ‘não tem experiência, muito nova e não sei quê...’ e agora depois dos 30 é porque já tem mais de 35.”*

P008ST: *“A procura é sempre complicada, principalmente quando se quer ingressar em qualquer mercado. Talvez a falta de experiência que muitos exigem foi para mim a maior dificuldade.”* (Santomense).

A divisão de gênero, reforçada por normas culturais e institucionais, marginaliza o trabalho realizado por mulheres migrantes (Christopher, 2024; Modiri et al., 2025; Santos et al., 2023):

P005CV: *“...então quando chegas tens que procurar um trabalho de modo que consigas um contrato que deixa falta para regularizar a tua situação em termos de documento.”*

O controle e a exclusão são legitimados por regimes legais e sociais que perpetuam desigualdades estruturais (Fernandez-Bessa et al., 2024; Mehta, 2023; Pickering et al., 2015):

P011ANG: *“...era tratada como alguém perigoso, sempre desconfiavam de mim, e faziam questão de contar tudo o que havia em casa antes de eu começar a trabalhar.”*

Abordagens decoloniais mostram como legados coloniais e hierarquias globais continuam estruturando as relações laborais, defendendo a valorização das experiências e da agência das trabalhadoras (Bashi, 2023; Bauder et al., 2023; Damasceno et al., 2022; Vlase, 2024).

Esses relatos confirmam que precariedade, ausência de direitos e desvalorização são traços centrais da experiência, evidenciando a importância de centralizar suas vozes para desafiar práticas institucionais que perpetuam a desigualdade.

## **Subtema 2.2 - Discriminação Interseccional em Ação**

As participantes enfrentam racismo e xenofobia como parte da discriminação interseccional que atravessa seu cotidiano, afetando seu reconhecimento individual, social e profissional. Essas discriminações se manifestam tanto diretamente, com insultos racistas e propostas salariais injustas, quanto de maneira mais sutil, pela desvalorização do trabalho e isolamento social, agravados pela falta de documentação regular.

P005CV: *“...enquanto não tens documento és muito explorado e eles te fazem muita coisa má...”*

P003CV: *“...por seres uma pessoa imigrante de uma classe social mais baixo, as vezes tem pessoas que acham que tem direito de inferiorizar-te e de fazer-te danos morais, de propor-te salários mais baixos, de ter horários mais longos... tendo em conta a tua classe social meio que estás a humilhar por este trabalho.”*

A criminologia da mobilidade destaca que fronteiras e regimes de controlo migratório funcionam como dispositivos de exclusão, produzindo identidades sociais diferenciadas e legitimando a marginalização (Fernandez-Bessa et al., 2024; Mehta, 2023).

A ausência de documentação intensifica a exploração e a negação de direitos laborais, como mostra:

P011ANG: “...há o isolamento, muitas vezes, não temos família ou amigos por perto...”

Perspetivas decoloniais ressaltam a interseção entre raça, gênero e classe na produção de desigualdades e resistências (Bashi, 2023; Vlase, 2024). O isolamento social, a desvalorização do trabalho e a invisibilidade das trabalhadoras domésticas migrantes refletem hierarquias coloniais persistentes que marginalizam comunidades racializadas e migrantes.

P006CV: “... é aquele estereótipo já te olham assim, assim como se não tens valor.”

P006CV: “...aqui em Portugal é muito desvalorizado, tem muita falta de respeito, eles te veem como nada.”

P008ST: “...já é algo mesmo enraizado na sociedade, seja género, seja assim a classe social então quando ainda se é uma pessoa estrangeira eu acho que isso até agrava um bocadinho.”

Os testemunhos confirmam que a discriminação interseccional é estrutural no setor doméstico migrante em Portugal.

### **Subtema 2.3 - Violência(s) Sofridas**

Os resultados evidenciam que mulheres imigrantes dos PALOP que trabalham no setor doméstico em Portugal enfrentam violência verbal e psicológica sistemática, manifestada por insultos, humilhações, acusações infundadas, isolamento e vigilância constante, criando ambientes de insegurança e instabilidade emocional (Leshchenko & Chung, 2023; Wei et al., 2023).

P011ANG relata: “Fui chamada de ‘preta suja’, disseram que eu ‘cheirava mal’, que ‘africana só serve para limpar’. Já ouvi piadas sobre a minha origem, sobre o meu sotaque. Já fui acusada de roubar coisas que nunca toquei.”

Ela acrescenta: “Fui ignorada em conversas, tratada como se fosse invisível.”

A literatura confirma que o trabalho doméstico migrante sofre desvalorização agravada por racismo estrutural e estigmatização (Lallement, 2022; Modiri et al., 2025; Sinha & Jha, 2022). O racismo reproduzido até por crianças demonstra o enraizamento dessas dinâmicas:

P003CV: “...o racismo está tão enraizado que até uma criança o faz.”

A vigilância constante é sentida como pressão:

P011ANG: *“O ambiente é tenso, sinto que estão sempre a vigiar o que faço.”*

A falta de documentação aumenta a vulnerabilidade e exposição a abusos (Abrantes, 2021; Silva & Casimiro, 2023; Wei et al., 2023).

Perspetivas decoloniais destacam a necessidade de valorizar as experiências dessas mulheres, reconhecendo que a violência resulta de estruturas coloniais perpétuas de desigualdade de gênero, raça e classe (Bashi, 2023; Bauder et al., 2023; Damasceno et al., 2022; Vlase, 2024).

O decolonialismo desafia narrativas de vitimização, enfatizando a agência e resistência das trabalhadoras contra a precariedade (Bauder et al., 2023).

A criminologia da mobilidade ressalta como regimes de controlo migratório e fronteiras são dispositivos que produzem violência e exclusão, estruturalizando cidadania diferenciada e múltiplas formas de vulnerabilidade (Fernandez-Bessa et al., 2024; Mehta, 2023; Pickering et al., 2015; Stumpf, 2006; Turner & Peters, 2017).

A violência moral e psicológica relatada integra um sistema de exclusão e exploração que requer abordagens críticas e interseccionais para promover reconhecimento e dignidade (Leshchenko & Chung, 2023; Santos et al., 2023; Wei et al., 2023).

### **Tema 3- Impactos do Trabalho Doméstico na Vida Pessoal e Familiar**

#### **Subtema 3.1- Reflexos na Saúde**

Os relatos das mulheres imigrantes dos PALOP no trabalho doméstico em Portugal revelam impactos profundos na saúde física e mental. Muitas relatam dores crónicas, fadiga, lesões e problemas como varizes decorrentes da exigência física constante e condições inadequadas:

P002CV: *“...comecei a ter muitas dores de costas porque faz muitos trabalhos pesados muito, então hoje eu sinto isso se eu esforçar muito a lombo... imagina ficar muito tempo em cima do pé eu comecei a sair muitas veínhas, varizes nas pernas...”*

O desgaste emocional é evidente, com ansiedade, insónias, pânico e depressão:

P006CV: *“Eu perdi 15 kg, desenvolvi pânico, falta de ar, teve um dia que eu tive um ataque eu senti como se eu ia morrer... como é que eu posso dizer é como quando estás com falta de nutrientes, tipo anemia.”*

P010GUI: *“Esse dedo que eu perdi, que já está do lado, não é? E o não sentir o cheiro nem o paladar nem nada...”*

P011ANG: *“Sofro de ansiedade, tenho insónias, e por vezes ataques de pânico.”*

O trabalho doméstico migrante ocorre em contextos de precariedade, jornadas longas e ausência de direitos básicos, exacerbando riscos ocupacionais. A marginalização histórica do setor, associada à feminização e desvalorização das tarefas domésticas, invisibiliza os riscos físicos e psicológicos (Sinha & Jha, 2022; Wei et al., 2023).

A intersecção entre gênero, migração e desigualdades estruturais perpetua ciclos de vulnerabilidade à saúde (Leshchenko & Chung, 2023; Wei et al., 2023). O isolamento social e a dependência do empregador agravam impactos na saúde mental, dificultando acesso a apoio e serviços médicos.

A ausência de regulação e fiscalização eficazes impede medidas de prevenção e proteção adequadas, aumentando os riscos para essas mulheres (Lallement, 2022; Silva & Casimiro, 2023).

Os depoimentos destacam a urgência de reconhecer o trabalho doméstico como atividade de alto risco para a saúde das mulheres migrantes, exigindo políticas que promovam proteção, dignidade e bem-estar.

### **Subtema 3.2- Família**

Os resultados evidenciam que o impacto do trabalho doméstico vai além do âmbito laboral, afetando de forma significativa a vida familiar e social das mulheres imigrantes provenientes dos PALOP em Portugal. A distância dos familiares, especialmente dos/as filhos/as, bem como a dificuldade de conciliar o trabalho com a vida pessoal, geram sentimentos de culpa, ausência e isolamento. O stress acumulado no trabalho é levado para casa, prejudicando o equilíbrio emocional e as relações interpessoais. Paralelamente, a falta de tempo para atividades sociais reforça ainda mais o isolamento, dificultando a integração e o acesso a redes de apoio:

P001CV: *“Eu trazia o stress para casa, eu não estava confortável. Depois de passar o dia a ouvir muita coisa... ficava a pensar, a processar aquilo.”*

P011ANG: *“Mal tenho tempo para falar com o meu filho, o que me faz sentir uma mãe ausente. Sinto culpa todos os dias por não estar ao lado dele.”*

P006CV: *“Eu não tinha vida social, não tinha vida... caso eu saísse em alguma folga, aquele dia passava tão rápido... eu não tinha vida, não tenho outra resposta.”*

P003CV: *“Chego o fim de semana e não tens vontade de ir para nenhum lugar e acabas por a tua vida social fica afetado acho eu.”*

A literatura confirma que a precariedade e invisibilidade do trabalho doméstico migrante, associadas a longas jornadas e instabilidade, dificultam a conciliação entre vida pessoal, profissional e familiar (Leshchenko & Chung, 2023; Wei et al., 2023). A marginalização histórica do setor, reforçada por normas sociais e institucionais contribui para a sobrecarga emocional e o isolamento, agravado pela responsabilidade solitária pelo sustento familiar, mesmo à distância (Modiri et al., 2025; Sinha & Jha, 2022).

A falta de redes de apoio e a dificuldade de integração social aumentam o sofrimento psicológico, dificultando o acesso a mecanismos de suporte e tornando as trabalhadoras mais vulneráveis (Lallement, 2022; Silva & Casimiro, 2023). O isolamento social é obstáculo para uma vida plena e equilibrada, dificultando relações interpessoais saudáveis e a integração na sociedade de acolhimento.

Os depoimentos confirmam que o trabalho doméstico migrante tem impactos profundos na vida familiar e social das mulheres, exigindo políticas que promovam a conciliação trabalho-família, acesso a redes de apoio e reconhecimento do valor social e humano do trabalho doméstico.

#### **Tema 4- Resistência(s) e Agenciamento**

O trabalho doméstico em Portugal é marcado por uma forte presença de mulheres imigrantes, especialmente oriundas dos PALOP, que constituem um segmento vulnerável e precário no mercado de trabalho (Rodrigues et al., 2014; OIT, 2021). Essas trabalhadoras enfrentam discriminação interseccional de gênero, classe e etnia, exercendo múltiplas funções, muitas vezes em condições informais e com pouco reconhecimento, em relações de dependência e dominação (Rodrigues et al., 2014).

A condição de “trabalhadora interna” geralmente reforça vulnerabilidades, isolamento e desconhecimento dos direitos, enquanto o trabalho externo oferece relativa autonomia (Rodrigues et al., 2014). A informalidade e precariedade permanecem ampliadas, mesmo diante do elevado número de empregados domésticos no país (OIT, 2021).

Apesar das adversidades, as mulheres imigrantes desenvolvem estratégias de resistência e resiliência, como evidenciam os testemunhos das participantes:

P003CV: *“Tento manter a calma sobretudo em situações como o que estive a dizer a pouco, como quando aconteceu danos morais, tento manter calma fazer o que é suposto fazer e pronto.”*

P006CV: *“...o que me safou bastante ali foi a Internet... me safava era o meu telefone, eu tinha o meu computador que era da escola e o Youtube.”*

P008ST: *“...eu sempre pensava que era algo provisório no meu caso.”*

A literatura sublinha que, mesmo em contextos de precariedade e marginalização, as trabalhadoras domésticas migrantes desenvolvem formas de resistência quotidiana que lhes permitem manter a dignidade, o bem-estar emocional e a esperança (Leshchenko & Chung, 2023; Wei et al., 2023) face às estruturas coloniais e eurocêntricas que perpetuam desigualdades (Bashi, 2023; Vlase, 2024).

P011ANG: *“Procuo conversar com outras mulheres na mesma situação, partilhar experiências, desabafar.”*

O estabelecimento de laços de confiança, a procura de associações e espaços seguros para partilha, e a iniciativa em conhecer as leis e reivindicar direitos refletem a capacidade destas mulheres para transformar vulnerabilidade em força e mobilizar recursos para enfrentar as adversidades.

P011ANG: *“Precisamos de mais informação sobre os nossos direitos, apoio psicológico, acesso a advogados gratuitos, e mais fiscalização dos empregadores. Seria bom ter associações que nos representassem e defendessem. Precisamos de espaços seguros onde possamos partilhar as nossas experiências sem medo de represálias.”*

P009CV: *“Conhecer as leis, ter mais informação porque tu como empregada doméstico imigrante ou o que for tens direitos também, e ter mais informações sobre tudo e assim saber lidar melhor com as coisas.”*

A criminologia da mobilidade reforça a importância de metodologias inclusivas e da valorização das experiências vividas pelos sujeitos migrantes, reconhecendo que a resistência pode assumir múltiplas formas, desde a adaptação quotidiana até à reivindicação ativa de direitos e à construção de solidariedades (Fernandez-Bessa et al., 2024; Mehta, 2023).

Assim, os testemunhos das participantes confirmam que, apesar das condições adversas, as mulheres migrantes no trabalho doméstico em Portugal não são apenas vítimas de exploração, mas também sujeitos ativos de resistência e transformação, capazes de construir respostas coletivas e individuais para enfrentar a precariedade, a discriminação e a invisibilidade.

## **Considerações Finais**

Este estudo relata experiências marcadas por uma ambivalência persistente: de um lado, a esperança de construir um futuro melhor para si e para as suas famílias; do outro, a necessidade de enfrentar, quotidianamente, situações de precariedade, discriminação e invisibilidade social. Todavia, e apesar dessas adversidades, destaca-se a força destas mulheres por meio do seu profissionalismo, redes de apoio, procura de informação, direitos e pela sua mobilização coletiva.

O quotidiano laboral caracteriza-se por jornadas longas, vínculos contratuais informais, acumulação de funções, ausência de direitos básicos e remunerações instáveis, condições que fragilizam, não só a sua estabilidade financeira, como também a sua saúde física e emocional. Racismo, xenofobia

e desvalorização social não são abstrações: emergem no local de trabalho e na vida diária sob a forma de humilhações, isolamento e violência moral.

Os impactos são profundos e transversais. Muitas participantes reportaram dores crônicas, insónias, ansiedade, sentimentos de culpa e um isolamento que extravasa o espaço laboral, afetando relações familiares e redes sociais. Ainda assim, sobressai uma força notável: profissionalismo, construção de redes de apoio, procura ativa de informação e direitos, e mobilização coletiva configuram estratégias que evidenciam não apenas resiliência, mas também agência e capacidade de transformação.

No plano científico, o estudo contribui para evidenciar como regimes de controlo migratório, fronteiras (materiais e simbólicas) e estruturas coloniais continuam a legitimar exclusões, vigilância e violência sobre mulheres migrantes. A integração de quadros analíticos da criminologia da mobilidade, perspetivas interseccionais, abordagens decoloniais e da Teoria do Tokenismo permitem uma leitura crítica das múltiplas formas de opressão e das respostas de resistência, valorizando as narrativas das participantes e promovendo uma compreensão mais inclusiva das dinâmicas de desigualdade e exclusão.

Este estudo apresenta limitações, nomeadamente: o número reduzido de participantes; o foco em mulheres oriundas dos PALOP, excluindo outras comunidades relevantes neste setor; e a natureza exploratória limita inferências causais. Investigações futuras deverão ampliar o número e a diversidade de participantes, aprofundar a análise interseccional (género, raça, classe, estatuto migratório, parentalidade, idade) e realizar comparações entre setores laborais e regiões. Estudos longitudinais e métodos mistos poderão captar melhor as trajetórias destas mulheres, transições potenciais e efeitos na sua saúde.

Os resultados reforçam a urgência de políticas integradas que:

- (i) avancem na formalização dos vínculos e na fiscalização efetiva;
- (ii) assegurem igualdade de direitos e proteção social (férias, doença, parentalidade);
- (iii) promovam mecanismos de denúncia e apoio jurídico/psicológico acessíveis;
- (iv) reconheçam formalmente o trabalho doméstico como atividade essencial ao funcionamento social; e
- (v) invistam em campanhas de combate ao racismo e à xenofobia, formação de empregadores e certificação de competências adquiridas no setor.

É igualmente crucial apoiar organizações e movimentos de trabalhadoras domésticas, que têm ganho visibilidade e capacidade de incidência política, reivindicando direitos, formalização e mudança de narrativas sociais que perpetuam a sua invisibilidade (cf. Alonso et al., 2024; Beaufils, 2023; Poo & Tracy, 2021).

A invisibilidade do trabalho doméstico resulta de uma construção histórica, cultural e jurídica que reforça desigualdades de género e exclusões estruturais. O seu reconhecimento formal e institucional, enquanto atividade, é condição essencial para a justiça social, equidade de género e dignidade laboral. Tal reconhecimento exige uma resposta multissetorial, legal, laboral, social e educativa, capaz de valorizar e regular este trabalho, assegurando às mulheres o direito ao reconhecimento social, à proteção e à construção de projetos de vida próprios (Beaufils, 2023; Monroe et al., 2024; Poo & Tracy, 2021).

## Referências

- Abrantes, M. (2013). A matter of decency? Persistent tensions in the regulation of domestic service. *Revista de Estudos Sociais*, 45, 110. <https://doi.org/10.7440/res45.2013.09>
- Abrantes, M. (2021). As portas abertas: O que sabemos sobre o serviço doméstico em Portugal? *Faces de Eva*, 45, 103-123. <https://doi.org/https://doi.org/10.34619/xsly-4uky>
- Adserà, A., & Ferrer, A. M. (2014). The myth of immigrant women as secondary workers: Evidence from Canada. *American Economic Review*, 104(5), 360–364. <https://doi.org/10.1257/aer.104.5.360>
- Agência Lusa. (2024, 4 de janeiro). Registos de trabalhadores domésticos mais que duplicam em 2023, para 23.530. <https://expresso.pt/economia/trabalho/2024-01-04-Registos-de-trabalhadores-domesticos-mais-que-duplicam-em-2023-para-23.530-22d0b856>
- Alonso, N., Trillo, D., & Vicent, L. (2024). The domestic work sector in the European Union: Quantification, evolution and policies to combat precariousness. *Multidisciplinary Journal of Gender Studies*, 13(1), 1–21. <https://doi.org/10.17583/generos.12699>
- Bashi, V. (2023). The Practice of Decolonizing Migration Studies. *Sociol Forum*, 38: 886-895. <https://doi.org/10.1111/socf.12916>
- Bauder, H., Dreher, N., Lujan, O., & Asolo, O. (2023). *Decolonizing migration studies: The case of hospitality, sanctuary, and solidarity* (Working Paper No. 2023/03). Toronto Metropolitan Centre for Immigration and Settlement & Canada Excellence Research Chair in Migration and Integration
- Beaufils, C. (2023). Les retraits féminins du marché du travail: Un fait social invisibilisé par la catégorie statistique de l'inactivité professionnelle. *Revue Quetelet/Quetelet Journal*, 10(1), 1–25. <https://doi.org/10.14428/rqj2022.10.01.01>
- Borges, A. T., Greve, M., & Massoudi, K. (2025). An investigation of work precarity among paid domestic cleaning workers in Switzerland. *Journal of Career Assessment*, 33(3), <https://doi.org/10.1177/10690727241287534>
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77–101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Christopher, E. (2024). 'It's a man's job': Doing gender and male gatekeeping in the division of household labor. *Journal of Family Issues*, 45(11), 2871-2874. <https://doi.org/10.1177/0192513X231224109>
- Collins, P. H., Silva, K., & Gomes, M. C. A. (2021). Entrevista: Interseccionalidade, opressão epistêmica e resistência. *Trabalhos em Linguística Aplicada*, 60(1), 328–337. <https://doi.org/10.1590/010318138668219025>

- Costa, H. A. (2023). Autoridade para as condições de trabalho. In J. Reis (Coord.), *Palavras para lá da pandemia: Cem lados de uma crise* (pp. 22–35). Centro de Estudos Sociais, Universidade de Coimbra. <https://ces.uc.pt/publicacoes/palavras-pandemia/>
- Crenshaw, K. (1989). Demarginalizing the intersection of race and sex: A Black feminist critique of antidiscrimination doctrine, feminist theory and antiracist politics. *University of Chicago Legal Forum*, 8.
- Damasceno, M., Amorim, G. C., & Cardoso, D. R. (2022). Modernidade/colonialidade/decolonialidade: Perspectivas teóricas e históricas. *Revista Tempo, Espaço e Linguagem*, 13(1), 12–27. <https://doi.org/10.5935/2177-6644.20220002>
- Davies, P., & Rowe, M. (Eds.). (2023). *Criminology of the domestic*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781003250418>
- Delgado, K. (2023). *Análise comparativa das ações inspetivas da Autoridade para as Condições do Trabalho: Caso de estudo 2019-2021*. (Projeto de Fim de Curso, Licenciatura em Gestão de Recursos Humanos). Escola Superior de Tecnologia e Gestão.
- Faison, M. Z. (2024). The perils of tokenism: Conducting antiracist research in school–university partnerships. In J.R. Feinberg & S. L. Ogletree (Eds.), *Advancing school-university partnerships and professional development schools through national research* (pp. 166–182). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781003497721>
- Fernandez-Bessa, C., Ferraris, V., Klaus, W., & Kox, M. (2024). Enhancing the criminology of mobility: A need for interdisciplinary and multi-sited research approaches. *Archiwum Kryminologii / Archives of Criminology*, 46(1), 5–14. <https://doi.org/10.7420/AK2024.14>
- Figueiredo, M. da C., Suleman, F., & Botelho, M. do C. (2018). Workplace abuse and harassment: The vulnerability of informal and migrant domestic workers in Portugal. *Social Policy & Society*, 17(1), 65–85. <https://doi.org/10.1017/S1474746416000579>
- Gomes de Moura, R., dos Santos Zeferino, D., & Nascimento, R.P. (2020). “# Eu, Empregada Doméstica”: Entre a dominação afetiva e a precariedade subjetiva / “#I Maid”: Between affective domination and subjective precariousness. *Revista FSA*, 17(3), 3–19. <http://dx.doi.org/10.12819/2020.17.3.1>
- Góis, P., Abecasis, F., Alfaiate, J., Hancock, M., & Lozano, L. (2023). *Common Home: Migration and development in Portugal – Moving further with practices: Towards social inclusion and social cohesion* (Relatório). Cáritas Portuguesa. <https://www.caritas.eu/wp-content/uploads/2023/06/CommonHomePortugalEN2.pdf>.
- Kalfadellis, P. & Wong, L. (2000). *Labour of burden: an analysis of occupational change - the domestic worker*. Monash University.
- Kanter, R. M. (1977). Some effects of proportions on group life: Skewed sex ratios and responses to token women. *American journal of Sociology*, 82(5), 965-990. <https://doi.org/10.1086/226425>
- Kilomba, G. (2019). *Memórias da plantação: Episódios de racismo quotidiano*. Orfeu Negro.

- Krieger, M. (2020). Agents of socialization and female migrants' employment: The influence of mothers and the country context. *European Sociological Review*, 36(6), 902–919. <https://doi.org/10.1093/esr/jcaa029>
- Lallement, M. (2022). Domestic work. In L. Herzog & B. Zimmermann (Eds.), *Shifting Categories of Work: Unsettling the Ways We Think about Jobs, Labor, and Activities* (pp. 202–217). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781003341321-13>
- Leshchenko, O., & Chung, H. (2023). Homeworking and division of domestic work: The role of gender role attitudes in Germany. [Preprint]. OSF Preprints. <https://doi.org/10.31235/osf.io/85b23>
- Luz, P. S. (2024, 16 de junho). Mulheres, precárias e pobres: O retrato português no Dia Mundial do Trabalhador Doméstico. *Diário de Notícias*. <https://www.dn.pt/sociedade/mulheres-precarias-e-pobres-o-retrato-portugues-no-dia-mundial-do-trabalhador-domestico>
- Martinez, P. R. (2021). A Autoridade para as Condições do Trabalho: de regulador administrativo a órgão jurisdicional. *Revista Internacional de Direito do Trabalho*, 1, 1219-1254. <http://hdl.handle.net/10451/64507>
- Mehta, R. (2023). A Southern feminist approach to the criminology of mobility. *International Journal for Crime, Justice and Social Democracy*, 12(2), 1–18. <https://doi.org/10.5204/ijcjsd.2892>
- Modiri, F., Sadeghi, R., & Rahimi, A. (2025). The gendered division of household labor and decision-making in Tehran, Iran. *International Journal of Population Studies*, 11(2), 109-117. <https://doi.org/10.36922/ijps.3212>
- Monroe, J., Vincent, S., & Lopes, A. (2024). 'It's one rule for them and one for us': Occupational classification, gender and worktime domestic labour. *Work, Employment and Society*, 38(5), 1175–1196. <https://doi.org/10.1177/09500170241235864>
- Organização Internacional do Trabalho (2021). *Tornar o trabalho digno uma realidade para o trabalho doméstico: Progressos e perspectivas dez anos após a adoção da convenção (Nº189) sobre o Trabalho Doméstico em 2011* [Relatório]. Organização Mundial do Trabalho. [https://www.ilo.org/sites/default/files/wcmsp5/groups/public/@europe/@ro-geneva/@ilo-lisbon/documents/publication/wcms\\_832867.pdf](https://www.ilo.org/sites/default/files/wcmsp5/groups/public/@europe/@ro-geneva/@ilo-lisbon/documents/publication/wcms_832867.pdf)
- Osiki, A. (2022). The impact of socio-legal inequality on women in the Nigerian domestic work sector. *Law, Democracy & Development*, 26, 48-33. <https://doi.org/10.17159/2077-4907/2021/ldd.v26.3>
- Padilla, B., & Ortiz, A. (2012). Fluxos migratórios em Portugal: Do boom migratório à desaceleração no contexto de crise. *Revista Interdisciplinar da Mobilidade Humana (REMHU)*, 20(39), 159–184. <https://doi.org/10.1590/S1980-85852012000200009>
- Padrão, M. H., Padrão, R., Oliveira, M. J. A., Marnoto, S., & Guerra, I. (2011). The face of immigration in the North of Portugal. *Regional and Sectoral Economic Studies*, 11(2), 74–82.

- [https://www.academia.edu/70311976/The\\_Face\\_of\\_Immigration\\_in\\_the\\_North\\_of\\_Portugal?m=b&rhid=38319004039](https://www.academia.edu/70311976/The_Face_of_Immigration_in_the_North_of_Portugal?m=b&rhid=38319004039)
- Pereira Ramos, M. C. (2005). Le Portugal: de l'émigration à l'immigration. *Santé, Société et Solidarité*, 4(1), 203–215. <https://doi.org/10.3406/OSS.2005.1041>
- Pickering, S., Bosworth, M., & Aas, K. F. (2015). The criminology of mobility. In S. Pickering & J. Ham (Eds.), *The Routledge handbook on crime and international migration* (pp. 382–395). Taylor & Francis. <https://doi.org/10.4324/9780203385562-26>
- Piscitelli, A. (2008). Interseccionalidades, categorias de articulação e experiências de migrantes brasileiras. *Sociedade e Cultura*, 11(2), 263–274. <https://doi.org/10.5216/sec.v11i2.5247>
- Poo, A. & Tracy, N. (2021). Invisibility, forced labor, and domestic work. In M. Chilsom-Straker & K. Chon (Eds.), *The historical roots of human trafficking* (pp. 51–63). Springer. <https://doi.org/10.1007/978-3-030-70675-34>
- Popelka, P. (2024). Industrialisation, domestic work and domestic industry in the Bohemian lands at the turn of the 20th century. *Historica. Revue pro historii a příbuzné vědy*, 15(1), 58–80. <https://doi.org/10.15452/Historica.2024.15.0004>
- Rodrigues, S., Martins, T., & Martins, Â. (2014). Família, migração, trabalho doméstico e desigualdades de género. *E-REI – E-Revista de Estudos Interculturais*, (2). [https://www.iscap.pt/cei/e-rei/n2/artigos/AMartins-TMartins-SCristina\\_Familia-migracao-trabalho.pdf](https://www.iscap.pt/cei/e-rei/n2/artigos/AMartins-TMartins-SCristina_Familia-migracao-trabalho.pdf)
- Sabban, R.A. (2020). From total dependency to corporatisation: The journey of domestic work in the UAE. *Migration Letters*, 17(5), 651–668. <https://migrationletters.com/index.php/ml/article/view/702/814>
- Santos, M. H., Romão, N., & Cerqueira, C. (2023). Gender, class, and ethnicity: Perspectives of White Portuguese and Black African women on labor dynamics in the cleaning sector. *Social Sciences*, 12(1), 20. <https://doi.org/10.3390/socsci12010020>
- Sethi, B., & Williams, A. (2015). Employment experiences of visible minority immigrant women: A literature review. *International Journal of Humanities and Social Science Research*, 1(1), 134–143. <https://www.lifescienceglobal.com/pms/index.php/ijhssr/article/view/3513/4423>
- Silva, E., & Casimiro, C. (Eds.). (2023). *Migrações, famílias e desigualdades*. ISCSP – Instituto Superior de Ciências Sociais e Políticas, Universidade de Lisboa. [https://www.eeagrants.gov.pt/media/6557/ebook\\_-versaofinal.pdf](https://www.eeagrants.gov.pt/media/6557/ebook_-versaofinal.pdf)
- Silva, J. C. J. (2015). As três fases das migrações internacionais portuguesas no pós-guerra. *Acta Geográfica*, Boa Vista, 9(20), 141–151. <https://www.periodicos.ufr.br/agroambiente/article/view/2810>
- Singh, J. K. N., & Mutum, J. (2024). A foot in the Australian employment door: A qualitative study of highly skilled migrant women. *Journal of International Migration and Integration*, 25, 1877–1894. <https://doi.org/10.1007/s12134-024-01148-7>

- Sinha, N., & Jha, P. (2022). Tracing historical forms of servitude: Introductory remarks and elementary reflections. *South Asian History and Culture*, 13(4), 433–444. <https://doi.org/10.1080/19472498.2022.2050025>
- Stumpf, J. P. (2006). The crimmigration crisis: Immigrants, crime, and sovereign power. *American University Law Review*, 56(2), 367–419. [https://digitalcommons.wcl.american.edu/aulr/vol56/iss2/3/?utm\\_](https://digitalcommons.wcl.american.edu/aulr/vol56/iss2/3/?utm_)
- Suleman, F., & Figueiredo, M. C. (2018). Wage differentials within a female-dominated occupation: Domestic workers in informal and flexible jobs in Portugal. *International Labour Review*, 157(1), 129–152. <https://doi.org/10.1111/ilr.12065>
- Thakkar, S. (2024). Exploitation, harassment and violence: Lived experiences of women paid domestic workers in India. *Journal of South Asian Development*, 19(1), 44–60. <https://doi.org/10.1177/09731741231164872>
- Turner, J., & Peters, K. (2017). Rethinking mobility in criminology: Beyond horizontal mobilities of prisoner transportation. *Punishment & Society*, 19(1), 96–114. <https://doi.org/10.1177/1462474516654463>
- Vlase, I. (2024). Unlocking the potential of the decolonial approach in migration studies. *Sociology Compass*, 18: e70004. <https://doi.org/10.1111/soc4.70004>
- Watkins, M.B., Simmons, A. L., & Umphress, E. E. (2019). It's not black and white: Toward a contingency perspective on the consequences of being a token. *Academy of Management Perspectives*, 33(3), 334–365. <https://doi.org/10.5465/amp.2015.0154>
- Wei, H., Deng, L., & Zhou, P. (2023). The impact of globalization on domestic employment. *Applied Economics*, 55(29), 3390–3403. <https://doi.org/10.1080/00036846.2022.2114998>
- Yin, R. K. (2015). *Qualitative research from start to finish* (2<sup>nd</sup> ed.). The Guilford Press. [https://staibabussalamsula.ac.id/wp-content/uploads/2024/08/Robert-K.-Yin-Qualitative-Research-from-Start-to-Finish-The-Guilford-Press-2015-staibabussalamsula.ac\\_.id\\_.pdf](https://staibabussalamsula.ac.id/wp-content/uploads/2024/08/Robert-K.-Yin-Qualitative-Research-from-Start-to-Finish-The-Guilford-Press-2015-staibabussalamsula.ac_.id_.pdf)

## Legislação

- Portugal. Decreto-Lei n. ° 235/92, de 24 de outubro. *Diário da República* n. ° 245/1992, Série I-A. <https://pgdlisboa.pt>
- Portugal. Decreto-Lei n. ° 308-A/75, de 24 de junho). *Diário da República*, 1.<sup>a</sup> série. <https://pgdlisboa.pt>
- Portugal. Lei n. ° 13/2023, de 3 de abril. *Diário da República* n. ° 66/2023, Série I. <https://dre.pt>
- Portugal. Código do Trabalho, Artigo 9.º. *Diário da República* n. ° 30/2009, Série I. <https://dre.pt>

Organização Internacional do Trabalho (OIT). (2011). Convenção n. ° 189, relativa ao trabalho digno para as trabalhadoras e os trabalhadores do serviço doméstico. *Diário da República* — Portugal. <https://www.ministeriopublico.pt/instrumento/convencao-no-189-relativa-ao-trabalho-digno-para-trabalhadoras-e-trabalhadores-do>

### **Jurisprudências**

Supremo Tribunal de Justiça. (2023, 15 de fevereiro). Acórdão n. ° 19318/16.4T8PRT.P1.S1. <https://jurisprudencia.csm.org.pt/acordao/19318-16-4t8prt-p1-s1>

Supremo Tribunal de Justiça. (2024, 10 de janeiro). Acórdão n. ° 241/21.7T8TND.C1.S1. <https://jurisprudencia.csm.org.pt/acordao/241-21-7t8tnd-c1-s1>

Tribunal da Relação de Lisboa. (2006, 22 de junho). Acórdão, Processo n. ° 6085/2005-4. <https://jurisprudencia.csm.org.pt/acordao/6085-2005-4>

## Anexo 1

**Tabela 2** Caracterização Sociodemográfica das Participantes.

Participante	Sexo	Idade	Nacionalidade	Estado Civil	Habilitações Académicas	Profissão no país de Origem	Profissão atual	Tempo de residência em Portugal
001	Feminino	39	Cabo Verdiana	Solteira	Ensino Secundário	Rececionista de Hotel	Empregada Doméstica	22 anos
002	Feminino	23	Cabo Verdiana	Solteira	Licenciatura	Educadora Infantil	Operadora de Caixa	5 anos
003	Feminino	24	Cabo Verdiana	Solteira	A frequentar mestrado	Não	Estudante	5 anos
004	Feminino	35	Angolana	Solteira	Ensino Secundário	Chefe Recursos Humanos	Empregada Doméstica	9 anos
005	Feminino	45	Cabo Verdiana	Casada	Ensino Secundário	Ajudante de serviços gerais/ cuidadora de idosos	Empregada Doméstica	6 meses
006	Feminino	32	Cabo Verdiana	Casada	Ensino Secundário	Não	Empregada Doméstica	14 anos
007	Feminino	51	Cabo Verdiana	Solteira	1º ciclo	Doméstica	Empregada Doméstica	23 anos
008	Feminino	26	Santomense	Solteira	Licenciatura	Não	Contabilidade	7 anos
009	Feminino	32	Cabo Verdiana	Casada	Ensino Secundário	Estudante	Designer	10 anos
010	Feminino	39	Guineense	Solteira	Ensino Secundário	Cabeleireira	Cozinheira	9 anos
011	Feminino	38	Angolana	Divorciada	Ensino Secundário	Professora do infantário	Empregada doméstica	7 anos