

Trabalhar não chega – portugueses afogados em dívidas apesar do emprego

written by Vitor Lima | 23 de Abril, 2026



Salários baixos, custo de vida elevado e crédito acumulado colocam milhares de famílias numa situação limite, mesmo com trabalho estável. Trabalhar continua a ser essencial – mas, para muitos portugueses, já não é suficiente. A linha que separa estabilidade de vulnerabilidade está cada vez mais ténue.

Em Portugal, cresce o número de trabalhadores que, apesar de terem emprego, não conseguem equilibrar as contas ao final do mês. A ideia de que “trabalhar chega para pagar as dívidas” está a tornar-se cada vez mais distante da realidade de muitas famílias.

Dados recentes do Banco de Portugal indicam um **aumento do endividamento das famílias, sobretudo associado ao crédito à habitação e ao consumo. A subida das taxas de juro,**

impulsionada pelas decisões do Banco Central Europeu, agravou significativamente o valor das prestações mensais, pressionando orçamentos já fragilizados.

Ao mesmo tempo, Portugal continua entre os países da Europa Ocidental com **salários médios mais baixos**. Segundo dados do Instituto Nacional de Estatística, o **rendimento disponível das famílias não tem acompanhado o aumento do custo de vida, particularmente na habitação, energia e alimentação**.

Especialistas em economia alertam para uma **“tempestade perfeita”**: inflação persistente, aumento das taxas de juro e estagnação salarial. **“Há uma geração inteira a trabalhar a tempo inteiro que não consegue poupar, em muitos casos, nem sequer consegue cumprir todas as suas obrigações financeiras”**, refere um analista ouvido pelo jornal.

O fenómeno dos **“trabalhadores pobres”** ganha expressão. São pessoas com emprego, muitas vezes com contratos estáveis, mas cujo rendimento não cobre despesas básicas e encargos financeiros. Associações de apoio ao consumidor relatam um aumento nos pedidos de ajuda para renegociação de créditos e prevenção de incumprimento.

Perante este cenário, especialistas defendem medidas urgentes: reforço dos salários, políticas de habitação mais eficazes e maior regulação do crédito ao consumo. Sem intervenção, alertam, o risco é o agravamento das desigualdades e o aumento da exclusão financeira.

Fontes

- *Banco de Portugal*
→ *Estatísticas oficiais sobre crédito às famílias, endividamento e incumprimento em Portugal.*
- *Instituto Nacional de Estatística*
→ *Dados sobre salários médios, rendimento disponível das famílias e evolução do custo de vida.*
- *Banco Central Europeu*

→ *Política de taxas de juro e decisões que influenciam diretamente os créditos à habitação e consumo.*

- *Eurostat*

→ *Comparações europeias de salários, pobreza laboral e inflação.*

- *Comissão Europeia*

→ *Relatórios económicos sobre inflação, poder de compra e desigualdades na zona euro.*

- *DECO Proteste*

→ *Análises sobre endividamento das famílias e pedidos de apoio financeiro.*