

# Helena Costa Valente

## INVESTIGADORA SOCIAL JUNIOR

### CONTACTO

Lisboa, Portugal | [helena.cvalente@gmail.com](mailto:helena.cvalente@gmail.com) | +351 917 534 280 | [linkedin.com/in/helenacvalente](https://www.linkedin.com/in/helenacvalente)

### PERFIL

Recém-licenciada em Sociologia pelo ISCTE com estágio em investigação social aplicada. Conduzi **80 entrevistas** semiestruturadas e analisei dados de inquérito de **1.200 respondentes** sobre pobreza e exclusão social. Competências em metodologias qualitativas e quantitativas, SPSS, NVivo e elaboração de relatórios de investigação.

### EXPERIÊNCIA

Jan. de 2025 – Jul. de 2025

**Estagiária de Investigação Social**, CIES-ISCTE (Centro de Investigação e Estudos de Sociologia), Lisboa  
Estágio em projeto de investigação sobre pobreza e exclusão social em Portugal.

- Conduzi **80 entrevistas** semiestruturadas com famílias em situação de vulnerabilidade
- Analisei dados de inquérito de **1.200 respondentes** em SPSS
- Codifiquei e analisei **45 horas** de entrevistas transcritas em NVivo
- Co-autorei **3 capítulos** do relatório final do projeto para a Fundação Calouste Gulbenkian

Mar. de 2024 – Dez. de 2024

**Assistente de Investigação (part-time)**, Observatório das Desigualdades – ISCTE, Lisboa  
Apoio à produção de indicadores de desigualdade social.

- Atualizei **35 indicadores** de desigualdade com dados do INE e Eurostat
- Redigi **8 artigos** para o site do Observatório sobre tendências sociais
- Criei **20 visualizações de dados** para publicação nas redes sociais

### FORMAÇÃO

Set. de 2022 – Jul. de 2025

**Grau e área**, ISCTE – Instituto Universitário de Lisboa, Lisboa

Média final de **16 valores**. Projeto final sobre *trajectórias de pobreza intergeracional em famílias da Área Metropolitana de Lisboa*, classificado com 18 valores.

- Cadeiras relevantes: Metodologias de Investigação, Estatística Social, Sociologia da Pobreza, Política Social, Análise Qualitativa
- Prémio de melhor projeto de investigação do curso 2025

### COMPETÊNCIAS

Metodologias Qualitativas (entrevistas, grupos focais) • Metodologias Quantitativas (inquéritos, estatística) • SPSS (análise estatística) • NVivo (análise qualitativa) • Elaboração de Questionários • Redação de Relatórios de Investigação • Análise de Indicadores Sociais • Microsoft Excel (avançado) • Visualização de Dados • Revisão de Literatura

### CERTIFICAÇÕES

Jun. de 2024 – Jun. de 2024

**Análise de Dados com SPSS (40h)**, ISCTE – Formação Avançada

Out. de 2024 – Out. de 2024

**Análise Qualitativa com NVivo**, QSR International (via webinar)

### IDIOMAS

Português (nativo) • Inglês (C1) • Francês (B1)

### PROJETOS

Set. de 2024 – Jun. de 2025

**Pobreza Intergeracional na AML – Projeto Final**

Investigação sobre transmissão intergeracional de pobreza.

- Entrevistei **25 famílias** em 3 concelhos (Lisboa, Sintra, Amadora)
- Identificou **4 perfis-tipo** de trajectórias de pobreza com implicações para política social

### REFERÊNCIAS

Prof. Dr. Fernando Diogo

Investigador Principal, CIES-ISCTE, [fernando.diogo@iscte-iul.pt](mailto:fernando.diogo@iscte-iul.pt), +351 217 903 000

## ATIVIDADE EXTRACURRICULAR

Jan. de 2023 – Jun. de  
2025

### **Voluntária – Cáritas Diocesana de Lisboa**

Apoiei **atendimento social** a 30 famílias por mês no centro de Lisboa. Particpei na elaboração do relatório anual de atividades com dados de 450 utentes acompanhados.