



**disruptive**  
digital  
education

vivir en Portugal  
**Lisboa - Oporto**

## Lisboa

**Capital de Portugal, cuya historia recorre a través de su posición estratégica en la desembocadura del mayor río de la Península Ibérica.**

Es una ciudad cosmopolita con buenos accesos y a pocas horas de distancia de cualquier capital. Hay lugares para todos los gustos, desde las zonas más planas de Baixa y del Parque das Nações, que son ideales para quien desea un paseo tranquilo, como las abruptas calles alrededor del castillo, donde se puede practicar una especie de alpinismo urbano.

## Oporto

**Ciudad encantadora situada a los lados de río Douro.**

Categorizada como Patrimonio Mundial de la UNESCO, gracias a sus hermosos monumentos y edificios históricos (como la imponente Sé o la Torre dos Clérigos), Oporto es la segunda mayor ciudad de Portugal y posee vistas increíbles sobre las mundialmente reconocidas Caves do Vinho, ubicadas del lado opuesto al río, en Vila Nova de Gaia.





## ALOJAMIENTO

Estudiar en el extranjero genera muchas preocupaciones, desde el alojamiento hasta la información básica sobre los costes de vida en la ciudad. Para ayudar a integrar a los alumnos de otros países, EDIT. presenta un manual con éstas y otras informaciones relevantes sobre Portugal

Respecto al alojamiento, el alumno puede optar por las residencias estudiantiles o alquilar. El alquiler mensual de una habitación en Portugal tiene una media de €250, mientras que los precios de los pisos oscilan entre los €400€ y €600, dependiendo de las exigencias del alumno. Estos gastos normalmente no incluyen servicios (agua, luz, gas, etc).

Para tomar la mejor decisión, se debe considerar lo siguiente:

- Verificar la cercanía de transportes públicos (metro, bus, tren).
- Elegir un apartamento amueblado.
- Si el alumno desea alquilar una habitación, tener la posibilidad de recibir visitas sin un aumento de precio.
- Saber si el precio del alquiler incluye servicios: agua, luz, gas, internet y/o gastos de la comunidad. Además, el uso de las áreas comunes y equipos, como la cocina o el baño.



## VISA Y AUTORIZACIÓN DE RESIDENCIA

Los alumnos que provienen de países que no pertenecen a la Unión Europea (UE) tienen que obtener la Visa de Residencia Temporal para que puedan vivir, estudiar o trabajar en Portugal.

Este visado es requerido por la Embajada o el Consulado Portugués del país de origen. En caso de que el alumno llegue a Portugal por fronteras que no están sujetas a control, debe ir a una delegación de Servicio de Extranjeros y Fronteras (SEF) para declarar su entrada al país dentro de los tres primeros días hábiles.

Los alumnos que provienen de cualquier país miembro de la UE, de Suiza, Noruega, Islandia o Liechtenstein no necesitan tener una visa. Solo deben tener su documento de identidad válido del país de origen. Sin embargo, si el alumno desea permanecer en Portugal durante más de 90 días, debe efectuar su registro en la Cámara Municipal del área de Residencia.

### Páginas web de alquiler

[Easyquarto](#)  
[Idealista](#)  
[Bquarto](#)  
[Classificados universia](#)  
[Coisas.com](#)  
[Lisboa4you](#)  
[Myplacetostay](#)  
[Want.com](#)  
[LisbonLx](#)  
[Wimdu](#)

### Residencias de estudiantes privadas

[Global Plaza](#)  
[Sociedade Promotora de Residências Universitárias S.A](#)  
[Erasmus Organization Lisboa Residence](#)  
[Spru](#)  
[Low Coast Studio](#)

### Soluciones temporales

[Pousadas da Juventude](#)  
[Lisbon Old Town Hostel](#)  
[Albergues em Lisboa](#)  
[Lisbon Hostels](#)  
[Hostel World](#)  
[Gallery Hostel](#)

### Organizaciones de apoyo a estudiantes de intercambio en búsqueda de alojamiento

[ERASMUS Lisboa](#)  
[ERASMUS Porto](#)  
[ERASMUS Student Network](#)

### Contactos de SEF:

#### Horario

8h30 - 16h30

#### Dirección de SEF de Lisboa y Vale do Tejo

Morada: Av. António Augusto de Aguiar, 20  
 1069 - 119 Lisboa

Teléfono: + 351 - 213 585 500

Fax: + 351 - 213 144 053

## SEGURO

El seguro más común para los ciudadanos de la Unión Europea (UE) y de Islandia, Noruega, Liechtenstein y Suiza es el Carnet Europeo de Seguro de Salud, y es aceptado en todas las unidades de salud públicas en Portugal. Este documento es gratuito por la Seguridad Social del país de origen.

En el caso de alumnos brasileños, deben obtener el formulario PB4, emitido por el INSS en Brasil, otorgándoles el acceso directo a los cuidados de salud en Portugal.

Para los alumnos no europeos, existen varias aseguradoras que disponibilizan seguros de salud internacionales los cuales deben estar activos antes de llegar en Portugal. [Global Health Insurance](#) compara las ofertas de varias aseguradoras, a nivel mundial.

En el caso de los estudiantes que requieren una Visa de Residencia temporal, es necesario solicitar un seguro de viaje en el país de origen o en una compañía de seguros internacional. Este puede ser adquirido junto al pasaje o de forma independiente.

## COSTE DE VIDA

La moneda portuguesa es el Euro (€). Existen billetes de €5, €10, €20, €50, €100, €200 e €500 y monedas de €2, €1, €0,50, €0,20, €0,10, €0,05, €0,02 y €0,01.

Los precios de los productos de primera necesidad, en general, no son los más elevados de Europa. Sin embargo, se necesitan al menos €500 mensuales para vivir en Portugal.

Como referencia al coste de vida en el país, el

salario mínimo en Portugal se ubica en los €505 mensuales.

El Impuesto de Valor Agregado (IVA) reducido, aplicado a productos de primera necesidad, es de 6%. El intermedio es de 13%, y el normal es de 23%. La siguiente tabla indica, en detalle, el coste de vida en Portugal; tomando en cuenta que estos costes varían a lo largo del año, según la localidad y/o las necesidades de cada alumno.

**Precios medios  
cantinas Universidades**  
€ 3 a € 4

**Restaurante medio**  
€ 5 a € 15

**Café**  
€ 0,80

**Cerveza**  
€ 1,50

**Salchichas (6 unidades)**  
€ 0,80

**Lata Atún (120 g)**  
€ 1,04

**Aceite (75cl)**  
€ 2,50

**Leche (1 litro)**  
€ 0,70

**Pasta (500 g)**  
€ 0,50 a € 2

**Huevos (caja de 6)**  
€ 1,09

**Lechuga (0,60 g)**  
€ 0,90

**Carne (400 g)**  
€ 5,95

**Pan (1 unidad)**  
€ 0,11

**Arroz (1 kg)**  
€ 0,85

**Pez congelado (400 g)**  
€ 4

**Pollo (1 kg)**  
€ 1,97

**Pasta de dientes (75 ml)**  
€ 2 a € 4

**Champú (250 ml)**  
€ 3

**Ticket Autocarro Carris**  
€ 1,25/€ 1,80

**Taxi (tarifa mínima)**  
€ 2,90

**Pase mensual  
combinado: Metro+Carris**  
€ 55

**Pase mensual Metro**  
€ 40

**Pase mensual Carris**  
€ 40

**Línea de teléfono fija**  
€ 3 a € 9

**Entrada de cine**  
€ 6,5 /€ 5 (estudiantes)

## CONTACTOS ÚTILES

Código de Portugal + 351

Emergencia 112

Linea Vida – SOS Drogas 1414

Linea Sida 800 266 666

Linea SOS Estudiante 808 200 204 / 969 554 545

Linea de información al turista 800 296 296

Loja do Cidadão 707 24 11 07

### Esquadra de Turismo

Praça dos Restauradores - Palácio Foz

1250-187 Lisboa

Tel.: 213421623

Fax.: 213421642

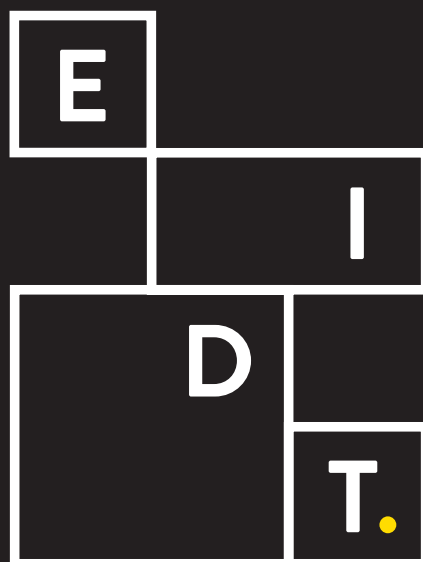
Email.: [lsbetur@psp.pt](mailto:lsbetur@psp.pt)

### Servicio de Extranjeros y Fronteras (SEF)

Rede fixa: 808 202 653

Rede móvel: 808 962 690





[www.edit.com.es](http://www.edit.com.es)

**EDIT.**  
**Madrid** C/ de la Colegiata 9,  
utopics\_Us.  
28012 Madrid  
(+ 34) 910 563 227  
[info@edit.com.es](mailto:info@edit.com.es)

**EDIT.**  
**Lisboa** Travessa das Pedras Negras  
n° 1 - R/C + 1° Andar  
1100-404 Lisboa  
(+ 351) 210 182 455  
[geral@edit.com.pt](mailto:geral@edit.com.pt)

**EDIT.**  
**Oporto** Rua Gonçalo Cristovão  
n° 347, 3° piso, sala 309/302  
4000-270 Oporto  
(+ 351) 224 960 345  
[geral@edit.com.pt](mailto:geral@edit.com.pt)