

Historicamente aparecem registos de principais actividades da Freguesia, sendo no entanto a agricultura e a criação de gado as principais ocupações das gentes da Freguesia do Seixo. Esta relação entre o homem e a terra, marcou profundamente o modo de vida das gentes destes lugares que compõem a Freguesia.

Além de pobres, os solos aráveis sempre foram exíguos para a quantidade de população que era necessário alimentar (os solos, na sua maioria arenosos e pobres, que só dão pão graças ao trabalho árduo, espírito de iniciativa e às muitas adubações e fertilizantes, bem como um trabalho constante e contínuo de regas). As emigrações sazonais para o Alentejo (os célebres ranchos de ratinhos!) Ribatejo e vindimas na Bairrada, constituíam para muitas famílias uma fonte de rendimento considerável. O fortíssimo fenómeno migratório que se registou no Seixo, inicialmente para o Brasil e a partir da década de cinquenta/sessenta para a Europa, deve-se também a este facto. É também nesta época que uma actividade constituiu durante décadas o sustento de muitas famílias da terra e que marcou profundamente o modo de vida e pensar das gentes do Seixo - A apanha do Moliço na Ria de Aveiro e seus braços. Todos os Domingos, altas horas da madrugada, os Homens saíam a pé para o Cais do Areão (com um saco às costas, onde transportavam uma broa e um pedaço de toucinho para toda a semana), onde, tendo por casa o barco moliceiro e por telhas as estrelas do céu, passavam cinco dias e noites na apanha do moliço, durante oito meses de cada ano (de 24 de Julho a 24 de Março); Uma vida dura, cheia de tormentos, arrojo e alguma aventura.

Pode assim dizer-se que os olhos e a alma do Povo do Seixo sempre estiveram virados para estes dois aspectos: a terra e a ria... Hoje, cerca de metade da população da freguesia, é emigrante, pelo que, nos meses de Julho e Agosto, a população residente, aumenta para mais do dobro.

Nos anos mais recentes, apesar da predominância do sector primário como principal ramo de actividade económica, há que referir o peso que actualmente já assume o sector terciário da economia (quase um quarto de toda a actividade económica local, com oito cafés, três restaurantes, uma residencial, uma casa de venda de mobiliário, duas de electrodomésticos e três estabelecimentos de vestuário) e a presença cada vez mais forte de unidades industriais, uma vez que a Zona Industrial de Mira, se encontra instalada na área da Freguesia do Seixo.