

VIDAS **Confinadas**

**Famílias, quotidianos
e vulnerabilidades sociais
no início da pandemia
COVID-19 em Portugal**

RITA GOUVEIA
ANA NUNES DE ALMEIDA

(Organizadoras)

ICS

Vidas Confinadas
Famílias, quotidianos e
vulnerabilidades sociais no
início da pandemia
COVID-19
em Portugal

Rita Gouveia

Ana Nunes de Almeida

(organizadoras)

ICS

Imprensa
de Ciências
Sociais

Instituto de Ciências Sociais
da Universidade de Lisboa

Av. Prof. Aníbal de Bettencourt, 9
1600-189 Lisboa – Portugal
Telef. 21 780 4700 – Fax 21 794 0274

www.ics.ulisboa.pt/imprensa
E-mail: imprensa@ics.ul.pt

Instituto de Ciências Sociais — Catalogação na Publicação
Vidas confinadas: famílias, quotidianos e vulnerabilidades sociais
no início da pandemia COVID-19 em Portugal/
Org. Rita Gouveia e Ana Nunes de Almeida.
– Lisboa : Imprensa de Ciências Sociais, 2022. – 23 cm
ISBN: 978-972-671-699-0
ISBN E-PUB: 978-972-671-700-3
ISBN PDF: 978-972-671-701-0
Família/ Crise pandémica/Sociologia da família/
Vida familiar-Portugal
CDU 316.3



© Instituto de Ciências Sociais, 2022

Capa: Rui Rasquinho
Paginação: Carlos Vieira Reis
Revisão: Soares de Almeida
Impressão e acabamento: Gráfica Manuel Barbosa & Filhos, Lda.
Depósito legal: 499.968/22
1.ª edição: Junho de 2022

Índice

Índice de quadros e figuras	11
Os autores	15
Introdução	21
<i>Rita Gouveia e Ana Nunes de Almeida</i>	
À partida	22
Nota metodológica	27
<i>Rita Gouveia</i>	
O instrumento de pesquisa	27
A amostragem	31
A caracterização da amostra	32
Potencialidades e limitações	34
Capítulo 1	
Perfis sociais de impacto da pandemia COVID-19	37
<i>Rita Gouveia e Vasco Ramos</i>	
Introdução e objetivos	37
Construção dos perfis sociais de impacto	38
Método	38
Descrição dos perfis de impacto social	39
Distribuição dos perfis sociais por variáveis sociodemográficas	42
Atitudes e comportamentos durante o confinamento	50
Notas conclusivas	55

Capítulo 2

O confinamento à lupa em quatro perfis:

experiências no presente, percepções do futuro	57
<i>Ana Horta, Maria Manuel Vieira e Ana Nunes de Almeida</i>	
Apresentação e objetivos	57
Crise pandémica e disrupção das práticas: o quotidiano reinventado.	58
Confortáveis-descontraídos – ou a sustentável leveza do ser	60
O perfil à lupa	60
As práticas em crise pandémica	62
Confortáveis-constrangidos – ou o bem-estar em tempos indesejáveis	65
O perfil à lupa	65
As práticas em crise pandémica	68
Apreensivos-constrangidos – ou as virtudes da prudência	71
O perfil à lupa	71
As práticas em crise pandémica	74
Vulneráveis-muito constrangidos – ou manter-se à tona na adversidade	78
O perfil à lupa	78
As práticas em crise pandémica	80
Principais preocupações em relação ao futuro	83
Confortáveis-descontraídos.	87
Confortáveis-constrangidos	88
Apreensivos-constrangidos	91
Vulneráveis-constrangidos	93
Notas conclusivas	95

Capítulo 3

Vidas suspensas? Os jovens em confinamento pandémico 97

Maria Manuel Vieira, Ana Sofia Ribeiro e Ana Nunes de Almeida

Introdução.	97
Caracterização da amostra	99
Dia a dia em confinamento: práticas e percepções	101
O foco discursivo	101
Distanciamento físico, aproximação virtual: os jovens e a comunicação em rede	114
Pôr o pé fora de casa: saídas e justificações.	118
Lidar com o recolhimento domiciliário imposto: «o que custa mais» e «o que custa menos»	123
Impactos futuros, preocupações presentes.	136

Sob o espectro de uma crise global e multissetorial	136
Liberdades e afetos, participações e ausências	139
Notas conclusivas	141

Capítulo 4

Os seniores durante o confinamento: reações, adaptações e confiança	145
<i>Alda Botelho Azevedo e Pedro Moura Ferreira</i>	
Introdução	145
Reações e expectativas dos seniores face às medidas decorrentes da declaração do estado de emergência	147
Adaptações dos seniores durante o confinamento	156
Confiança e apoio dos seniores nas instituições e fontes de informação	161
Notas conclusivas	167

Capítulo 5

Famílias, confinamento e vulnerabilidades: uma leitura a partir dos agregados domésticos	171
<i>Rita Gouveia, Sofia Marinho, Susana Atalaia e Vasco Ramos</i>	
Introdução	171
Mapeamento dos agregados domésticos de confinamento	174
A diversidade de agregados domésticos	174
Perfil sociodemográfico dos diferentes tipos de agregado	176
Que impactos, que vulnerabilidades?	180
Um olhar sobre os agregados com crianças e jovens	184
Caracterização dos agregados domésticos com crianças e jovens	185
Perfil sociodemográfico dos agregados domésticos com menores de 18 anos	186
Agregados com crianças e jovens: que impactos?, que vulnerabilidades?	188
O teletrabalho em agregados com crianças e jovens: que desafios?	190
Vulnerabilidades e a construção social dos quotidianos: os casos das famílias monoparentais e recompostas jovens	191
Famílias monoparentais jovens	192
Famílias recompostas jovens	197
Notas conclusivas	205

Capítulo 6

Alimentação confinada: os efeitos da pandemia COVID-19

na vida quotidiana 209

Fábio Rafael Augusto e Mónica Truninger

Introdução. 209

Aquisição de bens alimentares 211

Preparação e confeção das refeições 218

Redes de apoio 221

Sociabilidades, comensalidade e participação social 225

Estratégias adaptativas e criatividade nas práticas alimentares 227

Hábitos alimentares 231

Notas conclusivas 236

Vidas confinadas: reflexões finais 239

Rita Gouveia e Ana Nunes de Almeida

A falácia do «estamos todos no mesmo barco» 240

Tempos e cronologias da pandemia 241

Vidas confinadas, vidas interligadas 246

Bibliografia 251

Anexo

Questionário COVID-19 257

Índice de quadros e figuras

Quadros

NM1	Caracterização sociodemográfica da amostra	33
1.1	Caracterização dos perfis de impacto social	40
2.1	Distribuição dos perfis sociais por sexo e escalão etário	44
3.1	Distribuição dos perfis sociais por condição de prestador de apoio social e por pertença ao grupo de risco.	47
4.1	Distribuição dos perfis sociais por tipo de agregado doméstico em confinamento.	48
5.1	Perfis sociais por situação profissional anterior à pandemia	49
6.1	Mobilidade: tipo de saídas durante o confinamento.	51
7.1	Confiança nos decisores e instituições	52
8.1	Confiança nas fontes de informação	53
9.1	Opinião sobre a forma como os portugueses estão a lidar com a pandemia.	54
1.4	Reações às restrições impostas pelo estado de emergência por género e por grupo etário.	148
2.4	Reações às restrições impostas pelo estado de emergência por tipologia do agregado doméstico durante o confinamento	149
3.4	Utilização de plataformas <i>online</i> para a compra de bens essenciais por grupo etário	160
1.5	Distribuição das variáveis sociodemográficas por tipo de agregado doméstico	178
2.5	Distribuição dos indicadores de impacto social por tipo de agregado doméstico de confinamento	182

Vidas Confinadas

3.5	Distribuição das variáveis sociodemográficas por tipo de agregado doméstico	187
4.5	Distribuição dos indicadores de impacto social segundo os agregados com e sem menores de 18 anos	189
5.5	Avaliação das condições necessárias para o exercício do teletrabalho em função do tipo de agregado (com ou sem menores de 18 anos)	191

Figuras

1.1	Distribuição dos perfis sociais por sexo	42
2.1	Distribuição dos perfis sociais por escalão etário	43
3.1	Distribuição dos perfis sociais por nível de escolaridade	45
4.1	Distribuição dos perfis sociais por região (NUTS II)	46
1.4	Caracterização sociodemográfica dos inquiridos com 65 e mais anos	146
2.4	Reações às restrições impostas pelo estado de emergência	148
3.4	Expectativas sobre o tempo durante o qual se sente preparado para viver sob as restrições impostas pela declaração do estado de emergência.	151
4.4	Reações às restrições impostas pelo estado de emergência segundo as expectativas sobre o tempo durante o qual se sente preparado para viver sob as restrições impostas pela declaração do estado de emergência.	152
5.4	Expectativas sobre o impacto financeiro decorrente da pandemia caso as restrições se prolonguem por mais um mês	153
6.4	Reações às restrições impostas pelo estado de emergência segundo as expectativas sobre o impacto financeiro decorrente da pandemia caso as restrições se prolonguem por mais um mês	154
7.4	Existência de impacto financeiro decorrente da pandemia no agregado doméstico segundo a situação financeira antes da pandemia	155
8.4	Reações às restrições impostas pelo estado de emergência segundo o impacto da pandemia na situação financeira do agregado doméstico	155
9.4	Tipologia do agregado familiar durante o confinamento	157

10.4	Reações às restrições impostas pelo estado de emergência segundo receber apoio suficiente que permita sair de casa apenas em circunstâncias excepcionais.	158
11.4	Utilização de plataformas <i>online</i> para a compra de bens essenciais	159
12.4	Opinião dos inquiridos sobre a necessidade de declarar o estado de emergência	162
13.4	Perceção sobre a maneira como os portugueses, em geral, estão a encarar a pandemia	163
14.4	Confiança na resposta à crise das principais instituições democráticas	163
15.4	Posição ideológica dos seniores muito ou algo confiantes na resposta à crise das principais instituições democráticas	164
16.4	Confiança na informação transmitida pelos meios de comunicação	165
17.4	Posição ideológica dos seniores muito ou algo confiantes na informação transmitida pelos meios de comunicação	166
1.5	Distribuição por tipo de agregado doméstico de confinamento	175
2.5	Distribuição do número de crianças e jovens nos agregados domésticos com menores	185
3.5	Percentagem de agregados com e sem menores de 18 anos por tipo de agregado.	186
1.6	Perspetivas face à aquisição de bens alimentares	213
2.6	Perspetivas face à preparação e confeção de refeições	219
3.6	Redes de apoio mobilizadas	222
4.6	Variações percecionadas nos hábitos alimentares	232

Os autores

Alda Botelho Azevedo, doutorada em Demografia pela Universitat Autònoma de Barcelona (2016), atualmente é investigadora no ICS-ULisboa, onde colabora com vários projetos de investigação, coordenando alguns destes, e participa na oferta educativa pós-graduada. É também professora auxiliar convidada no ISCSP-ULisboa, onde leciona unidades curriculares no âmbito da demografia e dos métodos quantitativos. A sua investigação centra-se nas áreas da demografia, da habitação e do envelhecimento demográfico. É ainda membro do conselho científico do Observatório das Desigualdades, da direção da Associação de Demografia Histórica e presidente do conselho fiscal da Associação Portuguesa de Demografia.

Ana Horta é investigadora auxiliar do ICS-ULisboa. Doutorada em Sociologia pelo Iscte-IUL, tem centrado a sua investigação nas relações entre ambiente e sociedade, sobretudo no que diz respeito ao consumo doméstico de energia, pobreza energética, discursos mediáticos sobre energia e alterações climáticas, transição energética, práticas alimentares e relações entre humanos e animais. É membro da coordenação da secção Ambiente e Sociedade da Associação Portuguesa de Sociologia e membro do conselho da Research Network 12 – Environment and Society da European Sociological Association.

Ana Nunes deAlmeida, socióloga, é investigadora coordenadora do ICS-ULisboa, onde é também presidente do conselho científico. É vice-presidente do Conselho Nacional de Saúde. É licenciada em Sociologia (1979) na Faculté des Sciences Économiques et Sociales da Universidade de Genebra, doutorada em Sociologia (1991, Iscte-

-IUL e habilitação em Sociologia (2008, Universidade de Lisboa). A sua área principal de investigação é atualmente a infância, tendo-se debruçado sobre os seguintes temas nos anos mais recentes: abusos sexuais contra crianças; crianças e animais de companhia; crianças, pobreza e catástrofes; os problemas éticos na investigação com crianças.

Ana Sofia Ribeiro é investigadora no ICS-ULisboa. Atualmente investiga a recuperação da juventude rural de catástrofes provocadas por incêndios florestais, financiada pela FCT (CEEC 2017), e é uma das líderes do projeto «Tr@kin: Public employment services tracking effectiveness in supporting rural NEETs», financiado pelas EEA Grants. É também professora de Investigação em Educação na Escola Superior de Dança do Instituto Politécnico de Lisboa. É doutorada em Educação (Universidade de Bielefeld, 2015). Os seus atuais interesses de pesquisa centram-se na sociologia da educação, na sociologia da juventude e infância e na sociologia rural, ambiental e das catástrofes. Trabalha com metodologias etnográficas, biográficas e artísticas.

Fábio Rafael Augusto é doutorando em Sociologia (OpenSoc) no ICS-ULisboa. No seu projeto de doutoramento, financiado pela FCT (SFRH/BD/130072/2017), procura dar conta das dinâmicas relacionais e institucionais de diversas iniciativas de apoio alimentar existentes em Portugal. É assistente convidado na Escola Superior de Educação do Instituto Politécnico de Santarém. Foi assistente de investigação no projeto «Families and Food in Hard Times» e colaborou no projeto «TRANSE-AC: Social and Environmental Transition». Os seus interesses de investigação incidem sobre questões ligadas à insegurança alimentar, pobreza e exclusão social.

Maria Manuel Vieira, socióloga, doutorada em Sociologia (1998, Iscte-IUL), foi investigadora no Gabinete de Estudos e Planeamento do Ministério da Educação, docente no Departamento de Educação da Faculdade de Ciências da Universidade de Lisboa e membro do Centro de Investigação em Educação FCUL. Atualmente é investigadora no ICS-ULisboa, onde coordena o OPJ – Observatório Permanente da Juventude. Os seus interesses de pesquisa situam-se nas áreas da educação, juventude e família. Tem coordenado ou inte-

grado projetos sobre jovens adolescentes em contexto escolar, percursos escolares no ensino superior, jovens NEEF, políticas públicas dirigidas a jovens. Atualmente coordena, no ICS-ULisboa, o projeto «A educação sexual dos jovens portugueses: conhecimentos e fontes» e integra a equipa europeia da COST Action CA18213 Rural NEET Youth.

Mónica Truninger, doutorada em Sociologia pela Universidade de Manchester, é investigadora auxiliar do ICS-ULisboa. É a coordenadora nacional de vários projectos internacionais que abordam o consumo alimentar sustentável, a mudança social e transições alimentares, pobreza e insegurança alimentar, práticas dos consumidores, higiene e segurança dos alimentos. Tem várias publicações nacionais e internacionais (revistas, livros, capítulos de livros e outros). O seu último livro de divulgação científica intitula-se *Hábitos Alimentares dos Portugueses* (2020, FFMS). Coordena, no ICS-ULisboa, o grupo de investigação SHIFT – Ambiente, Território e Sociedade.

Pedro Moura Ferreira, doutorado em Sociologia pelo Iscte-IUL (1999), foi vogal do conselho diretivo do ICS-ULisboa (1998-2004) e membro da direção da Associação Portuguesa de Sociologia (2000-2002). Desenvolve investigação nas áreas de envelhecimento e curso de vida. Desde 2012 é também coordenador do Arquivo Português de Informação Social (APIS) – arquivo que reúne as bases de dados resultantes de projetos de investigação.

Rita Gouveia, licenciada em Psicologia, com pré-especialização em Psicologia Social (2006), pela Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade de Coimbra e doutorada em Sociologia da Família (2014) pelo ICS-ULisboa, é investigadora de pós-doutoramento no ICS-ULisboa. Os seus principais interesses de investigação situam-se no estudo das redes pessoais e familiares, das dinâmicas do percurso de vida e dos processos de mudança de atitudes face à família e ao género. Nos últimos dois anos tem vindo a coordenar o inquérito sobre os impactos sociais da pandemia COVID-19 em Portugal. Atualmente, desenvolve o seu projeto de investigação de pós-doutoramento sobre as histórias de vida e as redes familiares de pessoas gays e lésbicas em Portugal (SFRH/BPD/116958/2016). É membro da direção da European Society of Family Relations e da

Research Network – Family and Intimate Lives da European Sociological Association.

Sofia Marinho, doutorada em Ciências Sociais, na especialidade de Sociologia, pela Universidade de Lisboa (2012), é investigadora auxiliar no ICS-ULisboa e membro do OFAP – Observatório das Famílias e das Políticas de Família e do grupo de investigação LIFE – Percursos de Vida, Desigualdades e Solidariedades. É professora-adjunta convidada na ESEL – Escola Superior de Enfermagem de Lisboa, onde leciona Antropologia e Sociologia. Os seus interesses de investigação incidem nos processos de mudança e diversificação das práticas e relacionamentos parentais e familiares, das relações de género e das políticas de família, por um lado, e nas experiências da maternidade, paternidade e coordenação parental no casal e após a sua dissolução, por outro lado. Atualmente, é co-coordenadora do projeto PARENT – Procriação e Parentalidade em contexto de baixa fecundidade, mudança familiar e crise económica, financiado pela FCT (PTDC/SOC-SOC/29367/2017).

Susana Atalaia, socióloga (Iscte-IUL, 2003), doutorada em Ciências Sociais pelo ICS-ULisboa (2012), é investigadora no ICS-ULisboa, membro do grupo de investigação LIFE e do Observatório das Famílias e das Políticas de Família (OFAP). É também professora-adjunta convidada na Escola Superior de Saúde de Santarém, onde lecciona Sociologia. Os seus interesses de investigação incluem as novas tendências da vida familiar (coabitação, nascimentos fora do casamento e novas formas de família); crianças e recomposição familiar; estatuto legal do padrasto e da madrastra; solidariedades familiares; políticas públicas de família; parentalidade e género.

Vasco Ramos, doutorado em Sociologia (Universidade de Lisboa, 2015), é investigador auxiliar no ICS-ULisboa, onde desenvolve uma investigação intitulada «Alimentação em transição: mudanças nas práticas alimentares ao longo do percurso de vida», no âmbito do programa «Estímulo ao Emprego Científico». Os seus interesses de pesquisa são interdisciplinares, com enfoque nas questões da desigualdade social, família e alimentação. A ligação ao ICS-ULisboa iniciou-se em 2009, com a participação no projecto «Trajetórias familiares e redes sociais». Integrou depois o projeto europeu «Famí-

lias e Alimentação em Tempos Difíceis», financiado pelo European Research Council, e, mais recentemente, o projeto nacional CLAN, em que realizou trabalho de campo com crianças e animais de estimação. No ICS-ULisboa integra o grupo de investigação «LIFE – Percursos de Vida, Desigualdade e Solidariedade: Práticas e Políticas» e o OFAP – Observatório de Famílias e de Políticas de Família.

Rita Gouveia
Ana Nunes de Almeida

Introdução

Cá dentro inquietação, inquietação
É só inquietação, inquietação
Porquê, não sei
Porquê, não sei
Porquê, não sei ainda

Há sempre qualquer coisa que está pra acontecer
Qualquer coisa que eu devia perceber
Porquê, não sei
Porquê, não sei
Porquê, não sei ainda

Ensinas-me fazer tantas perguntas
Na volta das respostas que eu trazia
Quantas promessas eu faria
Se as cumprisse todas juntas

Não largues esta mão no torvelinho
Pois falta sempre pouco pra chegar
Eu não meti o barco ao mar
Pra ficar pelo caminho

José Mário Branco, 1982,
«Inquietação», in *Ser Solidário*

À partida

Sob o choque da onda pandémica e movidos pela inquietação, dez investigadores oriundos de diferentes campos disciplinares das ciências sociais tomaram a decisão de lançar um inquérito¹ que permitisse captar, em março de 2020, os impactos da COVID-19 nas diversas esferas da vida social dos indivíduos e das famílias em Portugal. À data surgiam inquéritos na área da saúde pública e da economia, eixos essenciais para compreender o fenómeno pandémico. Mas faltavam estudos que averiguassem a dimensão da coesão e do bem-estar social para completar o terceiro vértice deste triângulo (saúde-economia-sociedade). Confinados em casa, em teletrabalho, este projeto alimentou-nos entusiasmo e iniciativa num dia a dia cujo controlo nos parecia escapar.

O inquérito decorreu entre os dias 25 e 29 de março de 2020. Portugal encontrava-se numa fase muito embrionária da pandemia, correspondente ao primeiro estado de emergência (18 de março a 2 de abril de 2020), que impôs o dever obrigatório de recolhimento domiciliário, limitou a mobilidade e os contactos face-a-face, estabeleceu normas de distanciamento físico e restrições à circulação de pessoas, bem como ditou o encerramento de todos os serviços e atividades profissionais não considerados essenciais (empresas e escolas, entre outros).

Num cenário de desconhecimento, assombro e incerteza, importava-nos compreender de que forma as pessoas estavam a reagir a tal «terramoto pandémico», nomeadamente como se adaptavam às restrições nos seus quotidianos, como lidavam com a experiência de confinamento e em que medida já estavam a sentir os efeitos de todas estas alterações na sua situação financeira, profissional, familiar, doméstica, psicológica e cívica.

Constituiu-se, assim, uma equipa multidisciplinar com investigadores das áreas de sociologia, ciência política, psicologia social, geografia e história, pertencentes ao Instituto de Ciências Sociais da Universidade de Lisboa (ICS-Ulisboa) e ao Instituto Universitário de Lisboa (Iscte-IUL). A equipa era composta por Pedro Magalhães, Rita Gouveia, Rui Costa Lopes e Pedro Adão e Silva (coord.),

¹ O questionário encontra-se disponível na versão ebook deste livro no site da Imprensa de Ciências Sociais: <https://www.ics.ulisboa.pt/impressao/loja>.

Ana Nunes de Almeida, Karin Wall, João Ferrão, João Mourato, José Manuel Sobral e José Santana Pereira.

Esta experiência foi também peculiar do ponto de vista científico, na medida em que montar um inquérito em situação de emergência social obrigou a um aceleração do ritmo de pesquisa e ao atropelamento de algumas etapas que, no decurso de um projeto de investigação em registo de ciência «normal», costumamos percorrer. Entre elas, a revisão de literatura e a definição de um modelo teórico que enquadrasse as questões empíricas, o levantamento de instrumentos, escalas e indicadores validados para medir as dimensões pretendidas, a pré-testagem do instrumento de recolha, a definição dos critérios de amostragem em função da população de referência e o planeamento de uma estratégia eficaz de divulgação do inquérito. O que estava a acontecer debaixo dos nossos olhos, porém, era demasiado brutal e apelativo para não decidirmos avançar «a quente», munidos – ainda sim, sublinhe-se – da nossa experiência científica (longa, consolidada) nos vários tópicos que decidimos incluir na análise.

Face a todos os constrangimentos, montámos em tempo real um inquérito multidimensional que permitisse captar os impactos da pandemia nas diferentes esferas da vida social, combinando metodologias quantitativas e qualitativas e procurando aprofundar uma visão diferenciada dos efeitos da pandemia. Foi num cenário de urgência, em que nós próprios nos confrontávamos também com o turbilhão pandémico, que lançámos o inquérito *online Estudo ICS/Iscte – COVID-19: O Impacto Social da Pandemia*, entre 25 e 29 de março de 2020. Um primeiro relatório, com resultados preliminares, foi elaborado e divulgado em abril de 2020 (Magalhães *et al.* 2020).

Este livro partiu dos resultados então obtidos, focando-os, porém, em dimensões da esfera privada. São as famílias, os seus quotidianos, alguns grupos etários ou franjas vulneráveis da população que constituem os protagonistas maiores destas *Vidas Confinadas*. O fio condutor de todos os contributos aqui reunidos é relativamente próximo: depois de uma caracterização estatística geral (em que se apresenta, em traços largos, um certo recanto da realidade), aproxima-se o olhar à sua contextualização e desmonta-se a sua diversidade (a partir de variáveis sociodemográficas clássicas); em alguns capítulos mergulha-se em profundidade e dá-se voz aos inquiridos, recorrendo aos seus testemunhos escritos nas respostas às perguntas abertas do inquérito. As palavras «vindas de dentro» cruzam-se,

assim, com os indicadores estatísticos, construídos «de fora». Em certo sentido, ler este livro representa uma visita a uma exposição de retratos sociais, pintados de cores muito distintas e reveladores de uma sociedade profundamente desigual, dramaticamente exposta às vicissitudes de duas crises que se sucederam próximas no tempo (a de 2008 e, agora, a da pandemia, aterradora, cujo desenlace então por completo se desconhecia). A pandemia veio pôr a nu e acentuar vulnerabilidades já instaladas no tecido social português mas, também, desencadear outras em estado latente que então surgem à luz do dia sob novas formas.

O livro consta de seis capítulos. No primeiro, «Perfis sociais de impacto da pandemia COVID-19», escrito por Rita Gouveia e Vasco Ramos, constroem-se e caracterizam-se quatro perfis sociais de impacto social da pandemia, mobilizando não só dimensões de natureza material (de índole profissional, económica e habitacional), como também subjetiva (a perceção dos indivíduos face às restrições impostas). Os perfis associam-se a características sociodemográficas dos indivíduos (desde logo, idade, escolaridade e situação profissional, bem como a composição do agregado em que se inserem). Logo em março de 2020 as desigualdades surgem claramente ilustradas em quatro perfis diferentes: os vulneráveis-constrangidos (agregando 29% dos inquiridos); os confortáveis-descontraídos (28%); os confortáveis-constrangidos (24%); os apreensivos-constrangidos (19%). Tudo levava a crer que o tempo viria a acentuar – e não atenuar – estas clivagens.

O capítulo 2 intitula-se «O confinamento à lupa em quatro perfis: experiências no presente, perceções do futuro». Partindo dos quatro perfis construídos no capítulo anterior, Ana Horta, Maria Manuel Vieira e Ana Nunes de Almeida aprofundam-nos não só através de uma sociografia caracterizadora das suas coordenadas sociais mais ilustrativas como, também, recorrendo a respostas abertas dos inquiridos a duas questões do inquérito – uma referindo-se ao presente (as práticas do quotidiano, o que tinha sido «mais fácil» e «mais difícil» no que toca a lidar com as restrições); a outra sobre as preocupações que sentiam face ao futuro (mais gerais ou concretamente focadas no dia a dia). De novo, captam-se os sinais de uma realidade profundamente desigual, associada não só às condições materiais que enquadram os bastidores das vidas individuais, como ainda à etapa do ciclo de vida familiar em que os inquiridos se encontram.

O capítulo 3 pretende debater uma questão: «Vidas suspensas? Os jovens em confinamento pandémico». As autoras – Maria Manuel Vieira, Ana Sofia Ribeiro e Ana Nunes de Almeida – procuram descrever e compreender os impactos da pandemia na população juvenil (18-24 anos) captada pelo inquérito. Justamente, este grupo foi surpreendido pelas restrições profiláticas em plena transição para a vida adulta e viu-se impedido de desfrutar plenamente da sua condição juvenil. Liberdade de movimentos, ritos de passagem e convivialidade em grupo (saídas à noite, viagem de finalistas, «queima das fitas», o «junta-te à tribo» dos festivais de verão, a saída de casa dos pais/local de residência e autonomização residencial...) são abruptamente interrompidos e os seus protagonistas veem-se enclausurados entre as quatro paredes da casa familiar, sob o olhar permanente dos adultos tutelares. E, para os estudantes, os próprios percursos escolares, com a imposição do ensino remoto e a crise de emprego, são objeto de angústia e apreensão. Para além de uma breve caracterização sociodemográfica do grupo de jovens inquiridos, o capítulo conduz-nos (através do recurso às narrativas produzidas no quadro da resposta a perguntas abertas) por uma incursão a diferentes facetas do presente confinado e termina com as perceções dos impactos que este momento de suspensão do mundo pode trazer no futuro.

O capítulo 4, «Os seniores durante o confinamento: reações, adaptações e confiança», escrito por Alda Botelho Azevedo e Pedro Moura Ferreira, é especificamente dedicado ao grupo etário que se encontra no outro extremo da escala: os seniores, a população de 65 ou mais anos – a qual, na esmagadora maioria e ao contrário da anterior, estimava ser fácil ou muito fácil lidar com as restrições, o que certamente se relaciona com o facto de grande parte já se encontrar reformada e, portanto, o seu quotidiano não se ter alterado substancialmente com a pandemia, bem como porque não teve de mudar de residência com o confinamento. O tipo de agregado doméstico em que os indivíduos vivem e o género constituem desde logo fatores de diversidade interna da população. E aqui nota-se também a importância do nível de recursos materiais disponíveis: os seniores que vivem em situação económica mais desafogada estão menos preocupados com as restrições do que aqueles que já foram afetados financeiramente ou preveem ter de aumentar as despesas nos meses seguintes.

Depois de perfis sociais e de grupos etários (jovens e seniores), são os agregados domésticos que constituem a unidade de análise do capítulo 5, «Famílias, confinamento e vulnerabilidades: uma leitura a partir dos agregados domésticos». Os autores – Rita Gouveia, Sofia Marinho, Susana Atalaia e Vasco Ramos – procuram caracterizar a sua diversidade, bem como identificar os principais impactos e vulnerabilidades relacionais, sociais e económicas que decorrem das medidas de contenção da pandemia nos vários arranjos (unipessoais, monoparentais, casais com ou sem filhos, várias pessoas, complexos e intermitentes). Dado que os agregados domésticos com crianças, adolescentes e jovens foram particularmente afetados pelas novas solicitações sociais, uma especial atenção é dedicada à análise de quotidianos e dificuldades sentidas pelas famílias monoparentais e recompostas jovens durante o confinamento. Cruzando quer indicadores resultantes de tratamento estatístico dos dados, quer testemunhos de inquiridos, deparamo-nos com uma realidade complexa e muito heterogênea, em que a interdependência relacional e multidimensional das vidas humanas surge em toda a sua força (e fragilidade).

«Alimentação confinada: os efeitos da pandemia COVID-19 na vida quotidiana» é o último capítulo desta coletânea. Fábio Rafael Augusto e Mónica Truninger analisam o impacto das restrições nos hábitos alimentares de indivíduos e famílias. Centrando-se sobretudo nas respostas abertas que articulam questões alimentares com as mencionadas restrições, são explorados: aspetos relacionados com a aquisição de bens alimentares; a preparação e confeção das refeições; as redes de apoio; as sociabilidades, comensalidade e participação social; as estratégias adaptativas e expressões de criatividade nas práticas alimentares; as alterações nos hábitos alimentares. A análise possui um carácter eminentemente qualitativo, sendo atribuído destaque à pluralidade de opiniões, atitudes, práticas e estratégias que emergiram durante o período de confinamento.

Privilegiando a esfera privada, eis-nos, assim, perante um retrato multifacetado de condições sociais, práticas quotidianas e perspetivas face ao futuro vividas por indivíduos e famílias na primeiríssima etapa da pandemia COVID-19 em Portugal. Trata-se de um corte no tempo e de uma amostra não representativa da população portuguesa. Ainda assim, a riqueza da informação recolhida dá claros sinais da gravidade dos impactos da crise e das suas sequelas duradouras em múltiplos laços do tecido sinal.

Nota metodológica

Centremo-nos agora nos aspetos metodológicos do inquérito *Estudo ICS/Iscte – COVID-19: O Impacto Social da Pandemia*: apresentação do instrumento de pesquisa, sua organização temática, descrição da técnica de amostragem, caracterização sociodemográfica da amostra e, finalmente, identificação das potencialidades e limitações desta investigação.

Tal como referido na introdução, este inquérito apresenta contornos inéditos do ponto de vista científico, dado o carácter de urgência social desta investigação e os vários constrangimentos temporais, logísticos, financeiros e humanos que condicionaram o percurso «normal» da pesquisa nas suas diferentes etapas. Logo, foram definidas estratégias metodológicas que importa conhecer, de forma a perceber o alcance e as limitações dos resultados apresentados nos vários capítulos empíricos.

O instrumento de pesquisa

O inquérito *Estudo ICS/Iscte – COVID-19: O Impacto Social da Pandemia* foi aplicado a uma amostra de conveniência de 11 508 pessoas com 16 ou mais anos de idade, residentes em Portugal, entre os dias 25 e 29 de março de 2020.

O instrumento de pesquisa utilizado foi um questionário de autopreenchimento *online*, contendo perguntas de resposta aberta e fechada, as quais incidiam sobre diferentes temas relacionados com os impactos da pandemia e das medidas de contenção sanitária em vigor durante aquele primeiro período de confinamento.

O questionário foi construído, revisto e pré-testado por todos os membros da equipa de investigação, sendo posteriormente programado no *software* Qualtrics,¹ uma plataforma de inquirição *online* que permite o autopreenchimento do questionário pelos participantes e a exportação automática da informação para uma base de dados.

Em termos de conteúdo, o questionário estava organizado em seis grandes temáticas, que passamos a resumir. Note-se que este agrupamento das questões é baseado nos tópicos e no tipo de dimensões aferidas, pelo que a apresentação das perguntas não obedece à ordem em que estas figuravam no questionário.

Um primeiro conjunto de questões pretendia conhecer o modo como os indivíduos se estavam a adaptar às restrições impostas no âmbito da declaração do estado de emergência, nomeadamente às medidas sanitárias de distanciamento físico, à limitação da circulação no exterior e ao dever de recolhimento domiciliário obrigatório. Assim, foram colocadas várias perguntas relativamente às práticas de mobilidade no exterior (por exemplo, sair para fazer compras de bens essenciais, passear os animais de companhia, praticar exercício físico), ao grau de dificuldade na adaptação às restrições em vigor, às estimativas temporais face à duração das medidas e à perceção da resiliência pessoal para lidar com as restrições. Ao nível qualitativo, foram colocadas duas questões de resposta aberta: uma centrada no momento presente, em que os inquiridos podiam descrever o que estava a ser «mais fácil» e o que estava a ser «mais difícil» no decorrer do confinamento; outra, de carácter prospetivo, em que os inquiridos podiam elaborar sobre as suas maiores preocupações face ao futuro.

Um segundo bloco centrava-se nos impactos sentidos na esfera profissional. Em particular, interessava perceber quais as mudanças ocorridas na condição perante o trabalho: se os inquiridos tinham passado a regime de teletrabalho; se tinham sido despedidos, colocados em *lay-off* ou obrigados a gozar «férias forçadas»; se estavam a estudar em regime de ensino à distância; se, pelo contrário, não tinham sofrido qualquer mudança na sua condição laboral, quer por já não trabalharem antes da pandemia (por exemplo, reformados, desempregados), quer por terem continuado a trabalhar nos mes-

¹ <https://www.qualtrics.com>.

mos horários e a deslocar-se todos os dias ao local de trabalho, por desempenharem funções em sectores de bens e serviços essenciais. Para aqueles que passaram a regime de teletrabalho, a tempo inteiro ou parcial, solicitou-se que fizessem uma avaliação da adequabilidade das condições familiares, materiais, temporais e patronais para o exercício da atividade laboral a partir de casa, bem como uma apreciação qualitativa das vantagens e desvantagens do teletrabalho.

Um terceiro grupo de questões incidia sobre os impactos da pandemia e das restrições a ela associadas na situação financeira dos inquiridos. Solicitava-se, nomeadamente: uma avaliação sobre o nível de rendimentos (em que medida se considerava que os rendimentos auferidos permitiam viver a situação pandémica de uma forma confortável ou difícil); uma estimativa sobre a sustentabilidade financeira do agregado doméstico para fazer face às despesas básicas no futuro, mediante a possibilidade de as restrições se prolongarem; finalmente, uma pergunta aberta em que os inquiridos podiam explicar detalhadamente de que forma tinham sido afetados financeiramente pela pandemia.

Um quarto bloco incidia na caracterização das estruturas familiares a partir da composição dos agregados domésticos em que os inquiridos estavam a viver durante o confinamento, bem como nas formas de apoio e sociabilidade com os seus entes queridos e na reorganização das rotinas quotidianas. Foi solicitado aos inquiridos que descrevessem: com quem estavam a viver durante o confinamento (por exemplo, pais, filhos, netos, amigos, irmãos, etc.); se tinham mudado de agregado para fazer face às restrições; em que medida estavam a prestar cuidados ou apoio financeiro e moral a pessoas dependentes fora do agregado doméstico. Esta parte incluía também duas questões de resposta aberta: uma na qual era pedido aos inquiridos para descreverem um dia típico em contexto de confinamento, explorando a reorganização das rotinas, do espaço doméstico, das saídas de casa, do tempo familiar e profissional; outra sobre as formas de contacto à distância com os seus entes queridos.

Com o objetivo de conhecer a opinião dos indivíduos sobre a gestão política da pandemia e o envolvimento cívico dos portugueses no cumprimento das medidas impostas, uma quinta secção debruçava-se sobre a confiança em diferentes instituições e decisores políticos, a credibilidade em diversas fontes de informação e a opinião sobre

a atitude dos portugueses face à pandemia.² Num primeiro bloco, os inquiridos eram questionados sobre em que medida confiavam na resposta política do presidente da República, primeiro-ministro, ministra da Saúde, Assembleia da República, diretora-geral da Saúde, municípios e juntas de freguesia, forças de segurança pública e profissionais do SNS. Num segundo bloco pedia-se que indicassem o nível de confiança que depositavam na informação veiculada pela televisão, imprensa, redes sociais e através de amigos e familiares. Finalmente, duas outras perguntas pretendiam aferir a opinião dos inquiridos sobre a forma como os cidadãos portugueses estavam a encarar a pandemia e averiguar em que medida concordavam com a declaração do estado de emergência, podendo indicar os seus argumentos contra e a favor de tal decisão.

Finalmente, cientes de que estávamos diante de uma amostra por conveniência e, por conseguinte, enviesada do ponto de vista estrutural, incluímos um conjunto de indicadores sociodemográficos que permitissem diferenciar os resultados e averiguar a relação entre as diferentes variáveis em estudo. Assim, o último grupo de perguntas correspondia à caracterização sociodemográfica dos inquiridos, incluindo perguntas sobre sexo, idade, estado civil, distrito e concelho de residência, nível de escolaridade, situação profissional, posição ideológica (ao longo de uma escala entre direita e esquerda), frequência de práticas religiosas e avaliação das condições de habitação.

Uma vez que se pretendia que este estudo tivesse uma dimensão longitudinal, de forma a poder monitorizar os impactos da pandemia ao longo do tempo, os inquiridos foram convidados a participar num inquérito de *follow-up* dentro de algumas semanas. Àqueles que se mostraram disponíveis foi solicitada a criação de um código confidencial que servisse de chave de associação entre as respostas dos inquiridos nos dois momentos da recolha de dados.

² Este bloco de perguntas foi retirado do inquérito aplicado telefonicamente a uma amostra representativa da população portuguesa entre os dias 20 e 22 de março de 2020, no âmbito da «sondagem ICS/Iscte – *Especial COVID-19*», uma colaboração entre o Instituto de Ciências Sociais da Universidade de Lisboa (ICS-ULisboa), o Iscte – Instituto Universitário de Lisboa (Iscte-IUL) e o grupo Imprensa Publishing, S. A., nomeadamente através da SIC e do *Expresso*.

A amostragem

Desde o início deste percurso estivemos cientes de que a realização de um inquérito «em tempo real» era incompatível com a aplicação de uma técnica de amostragem probabilística com representatividade nacional. Confinados em teletrabalho e impedidos de recolher dados presencialmente devido ao recolhimento domiciliário e às normas de distanciamento físico, optámos por realizar um inquérito por questionário *online*, disseminado a partir das redes de contactos dos membros da equipa de investigação.

A amostra obtida é, por conseguinte, uma amostra de conveniência construída a partir da técnica «bola de neve» ou «guiada pelo respondente»: o inquérito foi inicialmente partilhado através das redes sociais *Facebook* e *Twitter* e de correio eletrónico pelos investigadores do estudo e pelas instituições a que pertencem junto de uma amostra não aleatória de indivíduos, tendo sido depois partilhado pelos respondentes que o entenderam fazer. Trata-se de uma amostra não probabilística de conveniência, restrita a inquiridos com literacia digital e que tinham acesso à internet e a dispositivos eletrónicos (computador, *smartphone*, *tablet*).

O inquérito decorreu entre os dias 25 e 29 de março de 2020 e a participação era aberta a qualquer residente em Portugal com 16 ou mais anos de idade. Importa salientar que foram consideradas válidas apenas as respostas dos inquiridos que chegaram ao final do questionário, demorando mais de três minutos (mesmo que tenham optado por não responder a algumas perguntas). No total, obtivemos uma amostra de 11 508 indivíduos.

As análises produzidas a partir desta amostra têm um valor estritamente exploratório, não permitindo que se façam inferências sobre a população portuguesa. No entanto, apesar de não ser possível generalizar os resultados para a população, ela permite analisar estatisticamente relações entre variáveis quantitativas, procurando estabelecer associações entre opiniões, perceções, sentimentos e as variáveis caracterizadoras dos indivíduos e dos seus contextos sociais. Para além disso, a inclusão de perguntas de resposta aberta permitiu aceder aos testemunhos escritos em profundidade e à diversidade qualitativa de experiências e impactos «sentidos na pele» pelos inquiridos.

A caracterização da amostra

De forma a obter uma caracterização sociodemográfica da amostra, procedemos à leitura da distribuição das seguintes variáveis-chave: sexo, idade, nível de escolaridade, situação profissional e área geográfica. A caracterização permite não só traçar um retrato da amostra em estudo, como serve ainda para compreender o alcance dos resultados e os enviesamentos estatísticos face à distribuição destes atributos na população portuguesa (quadro NM1).

Em termos globais, podemos traçar um retrato sociodemográfico da amostra em estudo, fazendo, sempre que possível, a comparação, face às estimativas das variáveis de caracterização, com a população residente em Portugal em 2019 e em 2011 (no caso do estado civil), com 16 ou mais anos, identificando desvios e aproximações.³

Relativamente ao sexo dos inquiridos, comparando com a distribuição nacional, há uma ligeira sobrerrepresentação de mulheres na ordem dos 3 pontos percentuais na amostra, sendo esta constituída por 56% de elementos do sexo feminino e 43% de elementos do sexo masculino.

Quanto à estrutura etária, os escalões etários extremos estão sub-representados, em comparação com a composição etária da população portuguesa. Assim, verifica-se uma menor proporção de inquiridos com idades compreendidas entre os 16 e os 24 anos (de, aproximadamente, 2 pontos percentuais) e de inquiridos com 65 ou mais anos de idade (de cerca de 8 pontos percentuais).

Em termos do grau de escolaridade, a grande maioria dos inquiridos é altamente qualificada, uma vez que três quartos da amostra são compostos por pessoas que completaram o ensino superior (75% face a 21% na população). É, precisamente, em termos dos capitais escolares que se situa o principal enviesamento da amostra, o que também era previsível, dado o processo de amostragem guiada pelo respondente a partir das redes de contactos dos investigadores e das suas instituições académicas.

No que toca à condição perante o trabalho, metade dos inquiridos encontrava-se em regime de teletrabalho durante o confinamento. Com percentagens mais reduzidas, observa-se que 16% não

³ Dados provenientes do Instituto Nacional de Estatística através do endereço www.ine.pt.

**Quadro NM1 – Caracterização sociodemográfica da amostra
(frequências e percentagens)**

Sexo	Masculino	42,7% (4909)
	Feminino	56,1% (6457)
	Prefiro não responder	0,4% (48)
	<i>Recusa responder</i>	0,8% (94)
Escala etário	16-24 anos	9,8% (1125)
	25-34 anos	12,1% (1389)
	35-44 anos	21,2% (2438)
	45-54 anos	22,8% (2629)
	55-64 anos	15,9% (1833)
	65 anos ou mais	16,6% (1907)
	<i>Recusa responder</i>	1,6% (187)
Nível de escolaridade	Ensino superior	75,5% (8691)
	Ensino secundário	21,3% (2447)
	3.º ciclo ou menos	2,4% (273)
	<i>Recusa responder</i>	0,8% (97)
Situação profissional	Não trabalha, mas já não trabalhava	16,2% (1868)
	A trabalhar como antes da pandemia	6,1% (701)
	Em regime de teletrabalho	50,6% (5818)
	Despedido, férias forçadas, em <i>lay-off</i>	1,6% (181)
	A estudar à distância	8,7% (997)
	Outra situação	16,1% (1851)
	<i>Recusa responder</i>	0,8% (92)
Área geográfica (NUTS II)	Norte	14,7% (1694)
	Centro	12,0% (1382)
	Lisboa	60,7% (6982)
	Alentejo	6,1% (704)
	Algarve	2,4% (281)
	Açores	0,7% (84)
	Madeira	1,3% (153)
	<i>Recusa responder</i>	2,0% (228)
Estado civil	Solteira/o	28,3% (3257)
	Casada/o ou união de facto	57,8% (6647)
	Divorciada/o	10,9% (1257)
	Viúva/o	2,2% (248)
	<i>Recusa responder</i>	0,9% (99)

se encontravam a trabalhar, mas já não trabalhavam antes da pandemia (na sua grande maioria, reformados), e 9% encontravam-se a estudar a partir de casa.

Em relação ao estado civil, verifica-se uma forte representação de pessoas casadas ou em união de facto, desviando-se em 10 pontos percentuais face à distribuição populacional em 2011. Em contrapartida, há uma sub-representação de pessoas solteiras e viúvas e também uma ligeira sobre-representação de pessoas divorciadas (cerca de 4 pontos percentuais).

Finalmente, se considerarmos a distribuição da amostra segundo a nomenclatura portuguesa das unidades territoriais para fins estatísticos (NUTS II), verifica-se uma forte incidência de pessoas residentes na Área Metropolitana de Lisboa, constituindo 61% da amostra. Este é o segundo enviesamento amostral mais significativo.

Potencialidades e limitações

Nesta parte interessa-nos salientar as «mais-valias» deste inquérito e identificar as potencialidades que ele nos oferece para uma análise complexa e diferenciada dos impactos da pandemia na vida dos indivíduos. Por outro lado, importa também destacar as fragilidades e enviesamentos que decorrem das opções metodológicas, em particular da estratégia de amostragem.

Gostaríamos de enunciar quatro qualidades deste inquérito que o tornam um instrumento original e valioso para o estudo dos impactos sociais da pandemia. Trata-se de um inquérito de natureza multidimensional, pois permite captar os impactos sentidos nas várias esferas da vida social dos indivíduos, nomeadamente na esfera profissional, financeira, educativa, familiar, doméstica, política e social. O inquérito oferece também uma lente multinível, no sentido em que incide em diferentes eixos de análise, aferindo opiniões, perceções, práticas, sentimentos, subjetividades, relações, projeções e condições estruturais de existência. Outra qualidade prende-se com a sua metodologia mista, na medida em que combina informação quantitativa e qualitativa, permitindo fazer movimentos analíticos de *zoom-in* e *zoom-out* nos impactos e nas vivências da realidade pandémica. E, finalmente, a inclusão de um conjunto vasto de indicadores sociodemográficos permite proceder a uma leitura sociologicamente

diferenciada dos resultados e contornar alguns enviesamentos amostrais, privilegiando relações entre atributos e variáveis em estudo (Bhutta 2012).

Como em qualquer desenho de pesquisa, as opções metodológicas têm consequências nas características da amostra, no tipo de dados recolhidos, nos modelos analíticos e na interpretação dos resultados, que importa assumir, discutir e refletir.

Sendo uma amostra não probabilística de conveniência, a primeira implicação – como temos vindo a sublinhar – é a sua não representatividade em relação à população portuguesa, vedando qualquer tipo de inferência acerca da prevalência das tendências encontradas na sociedade portuguesa. Neste sentido, a validade externa desta investigação, ou seja, a capacidade de generalizar os resultados para uma dada população está comprometida (Alferes, 1997). No entanto, o seu carácter exploratório permite outro tipo de análises válidas no que toca à relação entre variáveis e atributos, bem como a recolha de informação qualitativa preciosa.

A decisão de realizar o inquérito através de um questionário *online* foi aquela que melhor servia o propósito da investigação e que melhor se adequava aos condicionantes decorrentes da própria pandemia, desde logo, a impossibilidade de inquirições face-a-face. Este tipo de inquérito *online* tem sido amplamente utilizado no campo da investigação científica, uma vez que se constitui como uma estratégia rápida, menos custosa financeiramente, sujeita a menos erros de codificação, requer menos recursos humanos e permite uma exportação automática de dados (Wright 2005; Bhutta 2012). Por outro lado, a natureza *online* do questionário acarreta desvantagens. A primeira limitação prende-se com a própria natureza do inquérito, enquanto questionário *online*, o que requer que os inquiridos detenham uma certa literacia digital, bem como o acesso a equipamentos, nomeadamente computadores/*smartphones/tablets* e ligação à internet. Logo aí há um sub-representação de pessoas que estão à margem de tais equipamentos e competências.

A participação dependeu igualmente do contacto com o anúncio do inquérito. Isto significa que, sendo uma amostragem bola de neve, o recrutamento dos inquiridos dependeu da ligação com a amostra inicial de participantes. Neste caso, o ponto de partida da cadeia foram os próprios investigadores da equipa e as pessoas pertencentes às suas redes pessoais e profissionais. Neste sentido, era expectável

que a amostra tivesse características sociodemográficas semelhantes ao círculo social dos investigadores, o que veio a verificar-se em termos de enviesamento escolar, profissional e geográfico da amostra. Tais enviesamentos, também designados por erros de sub-representação (Bethlehem 2010), deixam na sombra outras franjas da sociedade portuguesa, nomeadamente a realidade de pessoas mais velhas, com menos recursos financeiros, com níveis de escolaridade mais baixos, em profissões manuais e a residir em zonas descentralizadas com diferentes níveis de urbanidade/ruralidade.

Finalmente, este inquérito retrata uma fase embrionária da pandemia em Portugal. Tal representa uma vantagem e uma desvantagem. Como uma polaroide, o inquérito captou o imediato, o choque, o assombro, o inesperado, o desconhecido, constituindo-se como um arquivo único de reações humanas ao surgimento do turbilhão pandémico. Por outro lado, não se pode negligenciar que se trata de um retrato precoce da adaptação à crise pandémica e dos seus impactos, que viriam a acentuar-se e a acumular-se em diferentes camadas do tecido social da sociedade portuguesa.

Rita Gouveia
Vasco Ramos

Capítulo 1

Perfis sociais de impacto da pandemia COVID-19

Introdução e objetivos

Para além da realidade epidemiológica, política e económica, a pandemia COVID-19 representa uma realidade sociológica complexa, pelo que urgia compreender e identificar os fatores responsáveis pela produção, ativação e (re)configuração de vulnerabilidades neste contexto de crise. Tal como escreveu Braverman (2020) num artigo para a UNESCO, «Inclusive policy lab», a desigualdade é precisamente a condição pré-existente das sociedades que molda fortemente as experiências e os impactos da pandemia, pelo que importava mobilizar um olhar diferenciado das suas consequências sociais, económicas, culturais e emocionais nos indivíduos e nas famílias. Se, por um lado, a pandemia viria a intensificar desigualdades já instaladas, por outro, parece também ter ativado aquelas que estariam latentes e produzido novas formas de vulnerabilidade.

Este capítulo tem como principal objetivo mapear a diversidade de perfis de impacto social da pandemia e das restrições a ela associadas durante o período em análise, ou seja, no final de março de 2020. Recordemos que o estado de emergência entrou em vigor a 20 de março e os estabelecimentos de ensino foram encerrados a 16 de março, pelo que esta análise se situa num cenário inicial de pandemia, incluindo o recolhimento familiar obrigatório e as limitações nos padrões de mobilidade e nos deslocamentos no exterior.

Os impactos sociais em análise dividem-se em duas dimensões: uma dimensão material e uma dimensão subjetiva. A primeira inclui os impactos da pandemia na esfera profissional, económica e habitacional. A dimensão subjetiva centra-se nas perceções individuais face às restrições, nomeadamente em relação ao grau de dificuldade em lidar com elas, às estimativas face à duração das mesmas e a uma avaliação da resiliência pessoal no sentido de quanto tempo os indivíduos julgam que conseguem viver sob estas condições.

Em termos de estratégia analítica, o capítulo desenvolve-se em três etapas. Numa primeira etapa, mapeámos os principais perfis de impacto social através de uma análise de *clusters* baseada em variáveis de natureza material e subjetiva. Numa segunda etapa analisámos a distribuição dos perfis segundo variáveis-chave de caracterização social, estrutural e familiar dos indivíduos, tentando perceber de que modo o perfil de impactos é moldado por estes contextos de vida heterogéneos. Finalmente, na terceira parte averiguámos de que modo os perfis de impacto influenciam as diferentes atitudes e comportamentos, nomeadamente a confiança nas instituições e fontes de informação, a opinião face à forma como os portugueses estavam a lidar com a pandemia e o tipo de mobilidade.

Construção dos perfis sociais de impacto

Método

De forma a identificar os perfis de impacto social, procedemos a uma análise de *clusters* através do método *two-step*, comumente utilizado quando usamos variáveis categoriais. Decidimos introduzir sete variáveis na análise de *clusters* que aferissem os impactos sociais da pandemia e das restrições implementadas e que traduzissem tanto as vivências materiais como as mais subjetivas dos indivíduos. Neste sentido, escolhemos as seguintes variáveis:

- 1) O nível de dificuldade em lidar com as restrições em vigor (1 – fácil *vs.* 2 – difícil);
- 2) Uma avaliação do nível de rendimentos (1 – dá para viver confortavelmente; 2 – razoavelmente; 3 – muito/algo difícil);
- 3) O impacto financeiro da pandemia (1 – a situação financeira já foi afetada *vs.* 2 – ainda não foi afetada);

- 4) A modalidade de trabalho em pandemia (1 – não trabalha, mas já não trabalhava; 2 – a trabalhar nas mesmas condições; 3 – em teletrabalho; 4 – a estudar à distância; 5 – despedidos/férias forçadas/*lay-out*; 6 – outras situações);
- 5) As condições de habitação (1 – satisfatórias/adequadas *vs.* 2 – razoáveis/deficientes);
- 6) A expectativa face à duração das restrições (até quando acha que vão durar as atuais restrições?) (1 – curta; 2 – média; 3 – longa; 4 – incerta);
- 7) A perceção da resiliência pessoal face à duração das restrições (quanto tempo acha que vai aguentar?) (1 – curta; 2 – média; 3 – longa; 4 – incerta).

Escolhemos a solução de quatro *clusters* como aquela que combina um maior poder estatístico e que nos oferece uma melhor interpretabilidade sociológica. No entanto, relembramos que a análise *two-step* não é a técnica de classificação de *clusters* mais «forte» e «fina» estatisticamente, uma vez que lida com variáveis categoriais. Sendo o propósito desta análise criar um mapa de perfis a usar em análises temáticas mais detalhadas, a utilidade e o potencial explicativo da solução encontrada irão ser demonstrados empiricamente nos próximos capítulos.

Descrição dos perfis de impacto social

Nesta secção apresentamos o quadro 1.1, onde podemos verificar a distribuição de cada variável ativa e definidora do *cluster* dentro de cada perfil, seguindo-se a descrição de cada um deles. Todas as associações entre as variáveis e os *clusters* são fortes e estatisticamente significativas (a negrito as células de sobre-representação com base nos resíduos standardizados).

Representando 29% da amostra, identificámos o perfil dos vulneráveis-constrangidos. Este perfil agrega os inquiridos que, por um lado, se destacavam por sentirem dificuldades a lidar com as restrições em vigor e reportavam uma expectativa de duração curta, consistente com a sua resiliência pessoal igualmente curta. Por outro lado, estas pessoas distinguem-se pelos impactos nas suas condições materiais, por já estarem a ser afetadas, à data, nos seus rendimentos

Quadro 1.1 – Caracterização dos perfis de impacto social (com base na distribuição das variáveis ativas)

	Confortáveis- -constrangidos 24,3% (2754)	Vulneráveis- -constrangidos 29,3% (3322)	Confortáveis- -desconstruídos 27,6% (3133)	Apreensivos- -constrangidos 18,7% (2124)	Total 100% (11333)
Nível de dificuldade a lidar c/ restrições	Fácil 58,3 41,7	48,0% 52,0	100,0	66,6 33,4	68,3 31,7
Nível de rendimentos (tem dado para viver...)	Confortavelmente 100,0	15,9 58,9	58,9	0,0 85,4	45,2 44,6
Impacto financeiro	Muito/algo difícil 8,2 91,8	25,2 59,4 40,6	0,0 0,5 99,5	14,6 21,7 78,3	10,1 23,6 76,4
Modalidade de trabalho atual em pandemia	Já foi afetada Ainda não foi afetada Não trabalha, mas já não trabalhava A trabalhar como antes Em retraining Em férias forçadas/despeditos A estudar à distância Outra situação	17,9 9,5 6,6 45,7 3,7 10,7 23,8	18,5 5,1 55,8 0,7 10,2 9,6	21,5 7,9 47,6 1,0 4,8 17,3	16,3 6,1 51,1 1,6 8,7 16,2
Condições de habitação	Adequadas/satisfatórias Razoáveis/deficientes	70,2 29,8	97,4 2,6	80,5 19,5	85,8 14,2
Expectativa face à duração das restrições (até quando vão durar)	Curta (final de maio) Média (até ao verão) Longa (final/um ano) Incerta (não sei dizer)	11,7 21,9 37,5 28,9	39,9 47,0 7,6 0,0	47,7 52,3 0,0 0,0	0,0 33,6 20,5 18,2
Resiliência face à duração das restrições (até quando é que acha que vai aguentar)	Curta (final de maio) Média (até ao verão) Longa (final/um ano) Incerta (não sei dizer)	28,6 15,0 12,3 44,1	57,7 13,6 2,7 26,0	61,4 22,8 1,4 14,4	15,6 11,6 13,5 59,3

Fonte: Inquérito ICS/Iscte – Os Impactos Sociais da Pandemia, 2020, análises próprias.

e por considerarem ter condições de habitação razoáveis ou deficientes face ao confinamento. Estes inquiridos representam, sobretudo, aqueles que foram despedidos ou colocados em férias forçadas aquando do recolhimento, incluindo também alguns estudantes à distância e outros indivíduos em situações não especificadas.

Um segundo perfil, que designámos por confortáveis-descontraídos, reúne 28% da amostra. Representa os inquiridos que, apesar de manifestarem estar a ser fácil lidar com as restrições em vigor, acreditavam que estas durassem até afinal de maio, correspondendo também ao máximo de tempo que aguentariam viver sob tais circunstâncias. No entanto, ao contrário dos inquiridos do perfil anterior, estas pessoas não foram significativamente afetadas nos seus rendimentos e consideravam ter condições de habitação satisfatórias e adequadas. Estes inquiridos representam sobretudo estudantes à distância e pessoas em regime de teletrabalho.

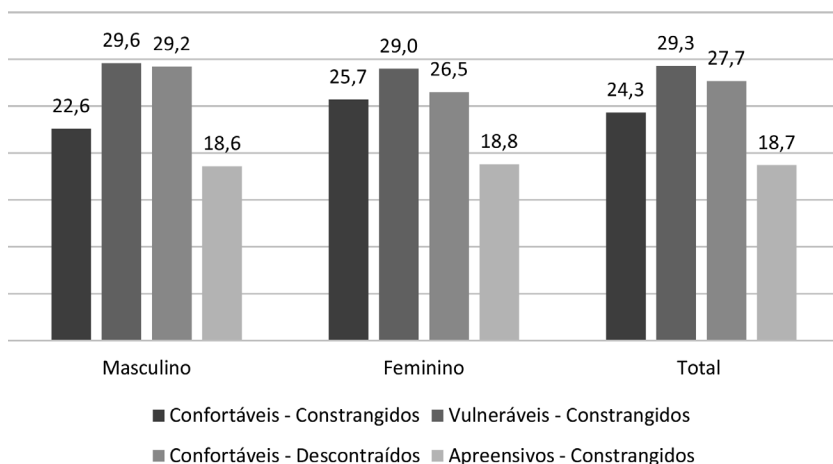
O perfil dos confortáveis-constrangidos representa 24% da amostra. Este perfil agrega os inquiridos que, por um lado, se destacam por estimarem um cenário temporal de restrições mais longo congruente com a sua resiliência, mas também por sentirem que estava a ser difícil lidar com essas restrições. Por outro lado, em termos de impactos materiais, não sentiam ainda os efeitos da crise pandémica na sua situação financeira e consideravam estar a viver em condições de habitação satisfatórias. Em termos de ajustamento laboral, a maior parte destes inquiridos estava em regime de teletrabalho.

Finalmente, o perfil dos apreensivos-constrangidos representa 19% da amostra. Este perfil agrega os inquiridos que se destacam pela incerteza, quer em relação à duração da pandemia, quer à sua resiliência pessoal face às restrições, reportando que estava a ser difícil lidar com as mesmas (se bem que não na mesma proporção que os pertencentes ao perfil dos vulneráveis-constrangidos). Por outro lado, consideravam que, apesar de a sua situação financeira ainda não ter sido afetada, os seus rendimentos e as suas condições de habitação eram razoáveis. Representam, sobretudo, os inquiridos cuja situação profissional não foi alterada pela pandemia: os que não trabalham e já não trabalhavam (e. g., reformados) e os que estão a trabalhar nas mesmas condições do passado.

Distribuição dos perfis sociais por variáveis sociodemográficas

Tal como referimos na introdução, para compreender a magnitude e diversidade dos impactos sociais da pandemia urge analisar os contextos diferenciados dos inquiridos com base em variáveis sociais, estruturais e familiares. Por conseguinte, iremos aprofundar a distribuição dos perfis sociais segundo o sexo, a idade, a escolaridade, a região, o estatuto de prestador de apoio, a pertença ao grupo de risco, o tipo de agregado doméstico durante o confinamento e a situação profissional anterior do inquirido.

Figura 1.1 – Distribuição dos perfis sociais por sexo (em percentagem)

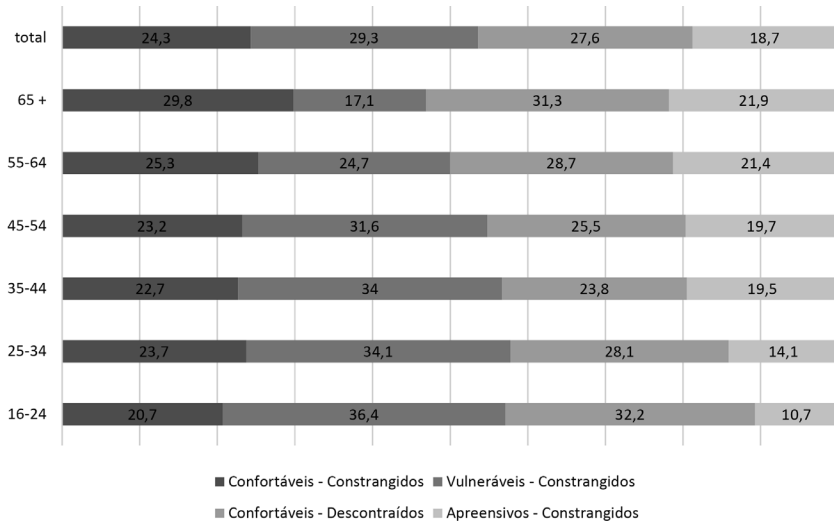


Fonte: Inquérito ICS/Iscte – *Os Impactos Sociais da Pandemia*, 2020, análises próprias.

A distribuição dos perfis sociais segundo o *sexo* dos inquiridos varia significativamente ($\chi^2 = 18.145^{***}$), embora a associação seja relativamente fraca quando comparada com a observada na relação entre outras variáveis. As diferenças encontradas são pequenas e, em parte, são também efeito da dimensão amostral. Ainda assim, destacam-se dois resultados. Por um lado, é entre mulheres que encontramos uma sobrerrepresentação de representantes do perfil dos confortáveis-constrangidos, contrastando com uma menor representação deste perfil entre os inquiridos do sexo oposto. Por outro

lado, é entre os homens que encontramos uma proporção mais elevada de pessoas com o perfil dos confortáveis-descontraídos, contrastando com uma menor preponderância deste perfil no grupo das mulheres.

Figura 2.1 – Distribuição dos perfis sociais por escalão etário (em percentagem)



Fonte: Inquérito ICS/Iscte – *Os Impactos Sociais da Pandemia*, 2020, análises próprias.

A associação entre os perfis e a idade dos inquiridos é forte e estatisticamente significativa ($\chi^2 = 303.706^{***}$). Destacam-se quatro resultados. No escalão etário mais jovem (16-24 anos) encontramos uma maior proporção de inquiridos que apresentam dois perfis totalmente contrastantes, o que reforça a existência de vivências diferenciadas dentro de uma mesma geração: 36,4% dos jovens pertencem ao perfil dos vulneráveis-constrangidos e 20,7% ao perfil dos confortáveis-descontraídos. No outro extremo etário temos as pessoas com idades acima dos 65 anos, onde encontramos uma característica comum: eram aquelas que não se sentiam atingidas relativamente aos impactos materiais e, por conseguinte, estavam confortáveis face às alterações causadas pela pandemia e pelas suas restrições. No entanto, enquanto 29,8% destes inquiridos estavam igualmente descontraídos relativamente à duração das restrições e ao tempo que

acreditavam aguentar tais limitações (confortáveis-descontraídos), 31,3% correspondem ao perfil dos confortáveis-constrangidos, revelando uma maior saturação e dificuldade a lidar com as restrições. Inversamente, há uma sub-representação do perfil vulneráveis-constrangidos nesta faixa etária. Entre os inquiridos com idades entre os 35 e os 44 anos e os 45 e os 55 anos verificamos uma maior percentagem de pessoas que apresentam o perfil vulneráveis-constrangidos, representando 34% em ambos os escalões. Finalmente, o perfil dos apreensivos-constrangidos surge com uma proporção mais elevada entre os inquiridos com idade superior a 55 anos (grupos etários 55-64 e 65 ou mais anos) e uma proporção mais reduzida entre aqueles com idade inferior a 35 anos (grupos etários 16-24 e 25-34 anos).

Tendo em conta que as experiências dentro de uma mesma geração são fortemente moldadas pelas diferenças de género, decidimos fazer uma análise mais aprofundada da distribuição dos perfis por sexo dentro de cada escalão etário.

A associação entre os perfis e o grupo etário dos inquiridos filtrada pelo sexo permite observar algumas diferenças entre homens e mulheres. Em ambos os casos existe uma associação estatisticamente significativa (H: $\chi^2 = 113.581^{***}$; M: $\chi^2 = 229.181^{***}$). Quais são então os resultados, comparando homens e mulheres, dentro de cada grupo etário? No escalão dos 16 aos 24 anos é transversal aos dois sexos a sobrerrepresentação dos perfis dos vulneráveis-constrangidos e dos confortáveis-descontraídos. Em sentido contrário,

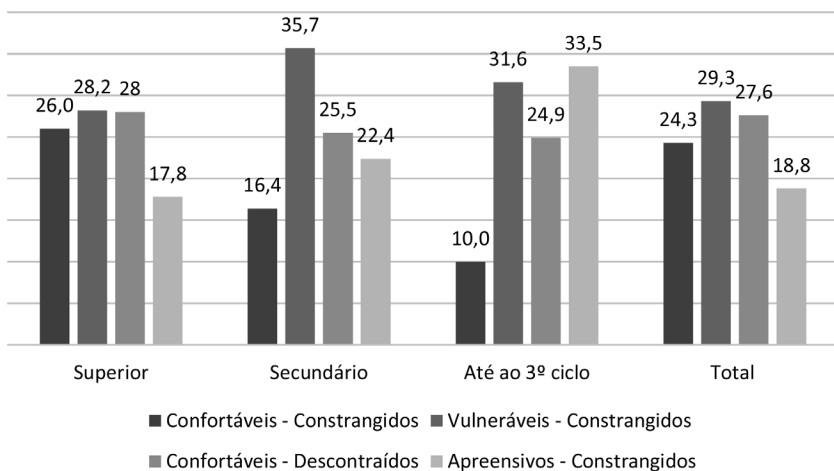
Quadro 2.1 – Distribuição dos perfis sociais por sexo e escalão etário (em percentagem)

		16-24	25-34	35-44	45-54	55-64	65-	Total
Homens	Confortáveis-constrangidos	19,4	23,2	21,7	21,4	20,6	26,7	22,6
	Vulneráveis-constrangidos	37,8	34,2	33,2	34,1	28,0	19,6	29,7
	Confortáveis-descontraídos	31,4	29,4	24,6	26,9	31,6	32,5	29,1
	Apreensivos-constrangidos	11,4	13,2	20,5	17,6	19,8	21,2	18,5
Mulheres	Confortáveis-constrangidos	21,4	24,1	23,5	24,4	29,1	34,4	25,7
	Vulneráveis-constrangidos	35,8	33,9	34,6	29,7	21,9	13,2	29,0
	Confortáveis-descontraídos	32,4	27,4	23,2	24,8	26,4	29,6	26,5
	Apreensivos-constrangidos	10,4	14,6	18,7	21,1	22,6	22,8	18,8

Fonte: Inquérito ICS/Iscte – *Os Impactos Sociais da Pandemia*, 2020, análises próprias.

neste escalão etário existe uma proporção inferior ao expectável do perfil dos apreensivos-constrangidos, independentemente do sexo dos inquiridos. A situação é similar no escalão etário dos 25 aos 34 anos, sendo que neste caso a sobrerrepresentação apenas ocorre em relação ao perfil dos vulneráveis-constrangidos. No caso do escalão etário dos 35 aos 44 anos, observam-se proporções superiores ao expectável com o perfil dos vulneráveis-constrangidos tanto de homens como de mulheres, sendo que o mesmo se verifica no perfil dos apreensivos-constrangidos, mas apenas entre os homens. O contraste é mais vincado entre os inquiridos com idades entre os 45 e os 54 anos: entre os homens deste grupo há uma proporção acima do expectável do perfil dos vulneráveis-constrangidos; entre as mulheres observa-se uma sobrerrepresentação do perfil dos apreensivos-constrangidos. Também se verificam contrastes de relevo entre homens e mulheres do grupo etário dos 55 aos 64 anos. Neste caso existe igualmente uma sobrerrepresentação de mulheres com o perfil dos apreensivos-constrangidos, mas no caso dos homens é o perfil dos confortáveis-descontraídos que fica em evidência. Por fim, entre os inquiridos com 65 ou mais anos há uma proporção superior ao expectável de homens e mulheres com o perfil dos confortáveis-des-

Figura 3.1 – Distribuição dos perfis sociais por nível de escolaridade (em percentagem)

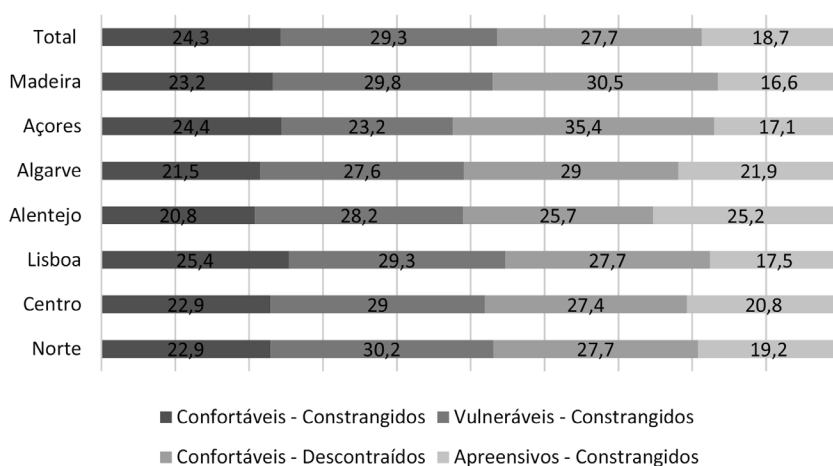


Fonte: Inquérito ICS/Iscte – *Os Impactos Sociais da Pandemia*, 2020, análises próprias.

contraídos. No caso das mulheres também se observa uma sobrerrepresentação do perfil dos apreensivos-constrangidos.

Sendo certo que a amostra tem um perfil mais qualificado do que a população residente em Portugal, existem diferenças significativas na distribuição dos perfis sociais segundo os recursos escolares dos inquiridos. Aliás, a associação entre os perfis e o nível de escolaridade é estatisticamente significativa ($\chi^2 = 148.45^{***}$), destacando-se três padrões. Entre os inquiridos com o ensino superior verifica-se uma maior representatividade do perfil dos confortáveis-constrangidos (26%, comparando com 24,3% na amostra total), contrastando com a sua baixa incidência entre os inquiridos com qualificações ao nível do ensino secundário (16,4%) ou até ao 3.º ciclo (10%). Entre os inquiridos com o ensino secundário há uma proporção mais elevada do que seria expectável de indivíduos do perfil dos vulneráveis-constrangidos (35,7% face a 29,3% na amostra total), sendo a representação deste perfil muito inferior entre os inquiridos com o ensino superior (28%). Entre os inquiridos com o 3.º ciclo (ou menos) há uma sobrerrepresentação de pessoas pertencentes ao perfil dos apreensivos-constrangidos, com 33,5% face a 18,8% na amostra total.

Figura 4.1 – Distribuição dos perfis sociais por região (NUTS II) (em percentagem)



Fonte: Inquérito ICS/Iscte – Os Impactos Sociais da Pandemia, 2020, análises próprias.

A associação entre os perfis e a área geográfica de residência, classificada com base nas NUTS II, é estatisticamente significativa ($\chi^2 = 42.801^{**}$), mas relativamente fraca. Obviamente, dado o enviesamento da amostra pela elevada percentagem de inquiridos residentes nas áreas metropolitanas de Lisboa e do Porto, estes resultados devem ser lidos com muita prudência. Ainda assim, observa-se um contraste entre os residentes na área de Lisboa e os residentes na região do Alentejo. Entre os inquiridos da região de Lisboa há uma sobre-representação do perfil dos confortáveis-constrangidos (25,4%) e uma sub-representação do perfil dos apreensivos-constrangidos (17,5%). Já no Alentejo assistimos ao padrão inverso, com uma proporção mais elevada de participantes do perfil dos apreensivos-constrangidos (25,2%) e uma proporção mais reduzida do perfil dos confortáveis-constrangidos (20,8%).

Quadro 3.1 – Distribuição dos perfis sociais por condição de prestador de apoio social e por pertença ao grupo de risco

	Presta apoio a alguém fora do agregado?	Pertence ao grupo de risco?	Total da amostra
	Sim	Sim	Total
Confortáveis-constrangidos	25,0	25,1	24,3
Vulneráveis-constrangidos	30,5	26,6	29,3
Confortáveis-descontraídos	25,4	26,4	27,7
Apreensivos-constrangidos	19,1	21,9	18,7

Fonte: Inquérito ICS/Iscte – *Os Impactos Sociais da Pandemia*, 2020, análises próprias.

Outras duas variáveis parecem estar associadas à diversidade de perfis por moldarem os impactos materiais e subjetivos dos indivíduos de forma diferenciada: o facto de os inquiridos estarem ou não a prestar apoio social a pessoas fora do agregado doméstico durante a pandemia e a pertença aos chamados grupos de risco. Se bem que baseada numa associação significativa fraca ($\chi^2 = 11.906^*$), verifica-se que é entre os inquiridos que estão a prestar apoio a outros que se observa uma maior percentagem do perfil dos vulneráveis-constrangidos (30,5% face a 29,3% na amostra total) e, pelo contrário, uma menor percentagem do perfil dos confortáveis-descontraídos (25,4% face a 27,7% na amostra total). A associação entre os perfis

e a *pertença ao grupo de risco* é também estatisticamente significativa ($\chi^2 = 35.980^{***}$), no sentido em que é entre as pessoas que pertencem aos grupos de risco onde se verifica uma proporção mais elevada de inquiridos pertencentes ao perfil dos apreensivos-constrangidos (21,9% face a 18,7% na amostra total).

Quadro 4.1 – Distribuição dos perfis sociais por tipo de agregado doméstico em confinamento (em percentagem)

	Uni- pessoal	Mono- parental	Casal sem filhos	Casal com filhos	Várias pessoas	Recom- posta	Intermi- tentes	Total
Confortáveis-constrangidos	26,3	20,2	26,6	24,4	22,8	19,7	35,1	24,4
Vulneráveis-constrangidos	23,1	33,9	24,7	31,3	40,9	33,8	29,8	29,3
Confortáveis-descontraídos	28,3	25,0	30,8	27,2	21,5	26,1	17,5	27,8
Apreensivos-constrangidos	22,3	20,9	17,9	17,1	14,8	20,4	17,5	18,6

Fonte: Inquérito ICS/Iscte – *Os Impactos Sociais da Pandemia*, 2020, análises próprias.

Os perfis sociais estão também significativamente associados ao tipo de agregado doméstico onde os inquiridos residiam durante o confinamento ($\chi^2 = 142.995^{***}$). O perfil dos confortáveis-constrangidos está sobrerrepresentado entre os inquiridos que viviam em agregados de casal sem filhos e sub-representado nos participantes que viviam em agregados de famílias monoparentais e de famílias recompostas. O perfil dos vulneráveis-constrangidos apresenta proporções significativamente acima do esperado nos agregados monoparentais, de casais com filhos, de famílias recompostas e de várias pessoas (aparentadas e não aparentadas). Inversamente, este perfil tem uma representatividade muito baixa entre os inquiridos a viver em agregados unipessoais e de casais sem filhos. O perfil dos confortáveis-descontraídos está sobrerrepresentado entre os participantes a viver em agregados de casal sem filhos e, em sentido oposto, apresenta uma proporção reduzida entre os inquiridos a viver em agregados de várias pessoas (aparentadas e não aparentadas). O perfil dos apreensivos-constrangidos representa uma proporção significativamente mais elevada do que o esperado nos inquiridos a viver em agregados unipessoais e uma proporção mais reduzida nos participantes a viver em agregados de casais com filhos.

Quadro 5.1 – Perfis sociais por situação profissional anterior à pandemia (em percentagem)

	A fazer trabalho pago	A estudar	Desempregado(a), à procura de emprego	Desempregado(a), não procura emprego	Em situação de doença, incapacidade ou invalidez permanente	Reformado	A fazer trabalho doméstico, cuidar de crianças ou outras pessoas (não pago)	Outra	Total
Confortáveis-constrangidos	24,5	21,4	10,6	20,5	18,8	30,7	16,9	18,6	24,3
Vulneráveis-constrangidos	30,3	35,7	43,4	32,1	31,3	14,2	32,2	37,4	29,3
Confortáveis-descontraídos	27,2	31,9	17,3	25,6	10,9	32,5	18,6	21,3	27,7
Aprensivos-constrangidos	18,1	11,0	28,8	21,8	39,1	22,5	32,2	22,7	18,7

Fonte: Inquérito ICS/Iscte – *Os Impactos Sociais da Pandemia*, 2020, análises próprias.

Para além de uma análise dos perfis segundo a modalidade atual de trabalho em confinamento, averiguámos a associação entre os perfis e a situação profissional anterior à pandemia e ao confinamento, revelando-se estatisticamente significativa ($\chi^2 = 368.251^{***}$). Destacam-se quatro resultados. No perfil dos confortáveis-constrangidos estão sobrerrepresentados os participantes que se encontravam na reforma e estão sub-representados os inquiridos que se encontravam em situação de desemprego e à procura de emprego e noutras situações não especificadas. O perfil dos vulneráveis-constrangidos existe em proporções mais elevadas do que seria esperado nos inquiridos que estão a estudar, desempregados à procura de emprego e noutras situações. Em sentido contrário, este perfil tem uma expressão muito reduzida entre os participantes que se encontravam na reforma. O perfil dos confortáveis-descontraídos está sobrerrepresentado entre os participantes que se encontravam a estudar ou na reforma e uma sub-representação entre os inquiridos desempregados à procura de emprego, em situação de doença/incapacidade/invalidez e noutras situações. Finalmente, o perfil dos aprensivos-constrangidos apresenta proporções mais elevadas do que seria expectável nos inquiridos que estavam desempregados à procura de emprego, reformados,

a fazer trabalho doméstico e prestar cuidados e noutras situações. Neste perfil há uma proporção inferior ao esperado de participantes que se encontravam a estudar.

Estes cruzamentos permitem-nos enquadrar os perfis nos contextos sociais e identificar os fatores que produzem a diversidade de impactos. A idade, a escolaridade, a situação profissional anterior à pandemia e o tipo de agregado doméstico onde os inquiridos estavam a viver durante o confinamento revelaram-se os fatores mais influentes. Apesar de também significativos, mas com uma associação mais fraca, como fatores mais secundários, surgem o sexo, a região, a pertença a grupo de risco e o facto de estar ou não a prestar apoio a alguém fora do agregado doméstico.

Atitudes e comportamentos durante o confinamento

Nesta secção pretendemos averiguar em que medida os inquiridos pertencentes a diferentes perfis sociais de impacto manifestavam atitudes e comportamentos distintos, e vice-versa. Note-se que não é nosso intuito imputar relações de causa-efeito, mas sim perceber a relação entre estas variáveis. Para tal, decidimos cruzar os perfis de impacto social com os padrões de mobilidade durante o confinamento, o nível de confiança em relação a decisores políticos e instituições e, finalmente, o nível de confiança em diferentes fontes de informação.

Os padrões de mobilidade e de deslocação durante o confinamento são, em termos globais, muito semelhantes entre os quatro perfis. No entanto, numa leitura mais fina e comparando perfil com perfil, encontram-se diferenças estatisticamente significativas. As saídas à rua para fazer compras essenciais eram o movimento mais comum em todos os perfis, sendo realizadas por 77,1% do total dos inquiridos. Na comparação entre perfis observa-se que são mais elevadas as proporções dos inquiridos dos perfis dos vulneráveis-constrangidos e dos apreensivos-constrangidos que fazem este tipo de deslocações, comparativamente com o perfil dos confortáveis-constrangidos. As saídas à rua para fazer exercício eram o segundo tipo de deslocação mais comum na amostra, sendo realizadas habitualmente por 22,6% dos inquiridos. Na comparação entre perfis observa-se que este era um tipo de saída mais comum entre os inquiridos dos

Quadro 6.1 – Mobilidade: tipo de saídas durante o confinamento (percentagem de inquiridos que responderam «sim»)

	Confortáveis- -constrangidos (a)	Vulneráveis- -constrangidos (b)	Confortáveis- -descontraídos (c)	Apreensivos- -constrangidos (d)	Total
Saio à rua para compras essenciais	74,3	79,2 (a)	76,7	74,9	77,1
Saio à rua para fazer exercício	25,7 (b, d)	20,0	24,8 (b, d)	19,5	22,6
Saio à rua para passear animais de companhia	10,2	12,7 (a)	11,4	11,6	11,5
Saio à rua para passear os filhos	5,8	6,7 (c)	4,7	5,1	5,6
Saio à rua com muito poucas restrições	0,8	1,2	0,8	1,3	1,0
Saio com a mesma frequência com que saía antes da pandemia	0,2	0,3	0,4	0,6	0,4
Não saio em absoluto	16,7 (b)	12,6	14,8	14,6	14,5

Nas comparações entre perfis, os perfis são identificados pelas letras *a, b, c, d*.

A presença de uma letra indica que a percentagem reportada na célula é significativamente diferente da observada no perfil identificado por essa letra.

Fonte: Inquérito ICS/Iscte – *Os Impactos Sociais da Pandemia*, 2020, análises próprias.

perfis dos confortáveis-constrangidos e dos confortáveis-descontraídos, por comparação com os perfis dos vulneráveis-constrangidos ou dos apreensivos-constrangidos, onde são menos comuns. As saídas à rua para passear animais de companhia eram o terceiro tipo de saída mais comum, sendo realizadas por 12% dos inquiridos. Na comparação entre perfis destaca-se que este era um tipo de saída tendencialmente mais comum entre os inquiridos do perfil dos vulneráveis-constrangidos do que entre os inquiridos do perfil dos confortáveis-constrangidos. Por fim, 14,5% dos inquiridos declararam não sair em absoluto durante o confinamento, situação em que se destaca o perfil dos confortáveis-constrangidos quando comparada com o dos vulneráveis-constrangidos. É ainda de salientar que apenas um dos inquiridos declarou fazer o mesmo tipo de deslocações que antes da pandemia.

Globalmente, os níveis de confiança dos inquiridos face aos diversos decisores políticos e instituições são elevados, destacando-se o pessoal médico (95,4%), as forças de segurança e proteção civil (85,6%), o primeiro-ministro (77,4%), a diretora-geral da Saúde

Quadro 7.1 – Confiança nos decisores e instituições
 (% de respostas «muito confiante» e «algo confiante»)

	Confortáveis- -constrangidos (a)	Vulneráveis- -constrangidos (b)	Confortáveis- -descontraídos (c)	Apreensivos- -constrangidos (d)	Total
Confiança no pessoal médico, de enfermagem e técnicos auxiliares de saúde do SNS	96,5 (b, d)	94,1	96,2 (b)	94,9	95,4
Confiança nas forças de segurança e proteção: PSB, GNR e proteção civil	86,1 (b)	82,3	89,8 (a, b, d)	83,8	85,6
Confiança no primeiro-ministro	80,6 (a)	71,7	84,1 (b)	72,0	77,4
Confiança na diretora-geral da Saúde	74,8 (b, d)	62,7	75,8 (b, d)	65,1	69,8
Confiança no presidente da República	70,9 (b, d)	66,5	74,3 (a, b, d)	66,3	69,7
Confiança nos municípios e juntas de freguesia	70,8 (b, d)	65,2	75,0 (a, b, d)	63,9	69,1
Confiança na ministra da Saúde	66,8 (b, d)	58,5	71,1 (a, b, d)	59,4	64,2
Confiança na Assembleia da República	60,9 (b, d)	56,3	66,5 (a, b, d)	53,9	59,8

Nas comparações entre perfis, os perfis são identificados pelas letras *a, b, c, d*.

A presença de uma letra indica que a percentagem reportada na célula é significativamente diferente da observada no perfil identificado por essa letra.

Fonte: Inquérito ICS/Iscte – *Os Impactos Sociais da Pandemia*, 2020, análises próprias.

(69,8%) e o presidente da República (69,7%). Com uma opinião igualmente positiva, mas reunindo menor consenso, encontramos aqueles onde se centraliza um maior poder político, tais como a Assembleia da República, a ministra da Saúde e o poder autárquico. O nível de confiança nos decisores e nas instituições varia consoante o perfil dos inquiridos. Em geral, são os do perfil dos confortáveis-descontraídos que revelavam mais confiança face ao desempenho dos decisores e das instituições, exceto no caso do pessoal médico, em que se encontravam a par dos inquiridos do perfil dos confortáveis-constrangidos. Os inquiridos do perfil dos confortáveis-constrangidos também manifestavam níveis de confiança elevados face à generalidade dos

decisores e instituições, destacando-se de forma significativa em relação aos inquiridos dos perfis dos vulneráveis-constrangidos e dos apreensivos-constrangidos. Por oposição, os inquiridos dos perfis dos vulneráveis-constrangidos ou dos apreensivos-constrangidos revelavam-se tendencialmente menos confiantes em relação à generalidade dos decisores e instituições, quando comparados com os restantes. No caso do pessoal médico e das forças de segurança, as diferenças parecem ser menos acentuadas ou irrelevantes. Em geral, este cruzamento indica que aqueles que pertencem aos perfis mais confortáveis, ou seja, os menos afectados materialmente, são aqueles que revelam maiores níveis de confiança nos decisores e instituições.

No que diz respeito às diferentes fontes de informação, a TV e a imprensa escrita são aquelas em que os inquiridos depositavam maior confiança (83,7% e 83,7, respetivamente), independentemente do perfil. No outro extremo encontramos as redes sociais como meio de comunicação em que os inquiridos menos confiavam, reunindo uma percentagem (12,7%) sobejamente inferior e transversal a todos os perfis. Já a informação veiculada através de amigos e familiares era percebida como medianamente confiável, com 64,3% dos inquiridos a afirmarem que confiavam na informação vinda das suas redes de próximos.

Quadro 8.1 – Confiança nas fontes de informação (com respostas «muito confiante» e «algo confiante»)

	Confortáveis- -constrangidos (a)	Vulneráveis- -constrangidos (b)	Confortáveis- -descontraídos (c)	Apreensivos- -constrangidos (d)	Total
TV	85,1 (b, d)	81,3	87,0 (b, d)	80,7	83,7
Imprensa escrita, jornais e revistas	87,1 (b, d)	81,9 (d)	85,8 (b, d)	78,5	83,6
Amigos e família	65,2 (b)	61,4	65,6 (b)	65,4 (b)	64,3
Redes sociais	11,5	13,5	12,8	12,9	12,7

Nas comparações entre perfis, os perfis são identificados pelas letras *a, b, c, d*.

A presença de uma letra indica que a percentagem reportada na célula é significativamente diferente da observada no perfil identificado por essa letra.

Fonte: Inquérito ICS/Iscte – *Os Impactos Sociais da Pandemia*, 2020, análises próprias.

Apesar destas tendências gerais, a comparação entre perfis mostra que tanto a confiança na TV como a confiança na imprensa escrita são significativamente mais elevadas entre os inquiridos dos perfis dos confortáveis-constrangidos ou dos confortáveis-descontraídos, quando comparadas com os perfis dos vulneráveis-constrangidos e dos apreensivos-constrangidos. Os inquiridos do perfil dos vulneráveis-constrangidos revelavam maior confiança na imprensa escrita do que os inquiridos do perfil dos apreensivos-constrangidos. Por outro lado, eram os inquiridos do perfil dos vulneráveis-constrangidos que revelavam menor confiança nos amigos e na família.

Quadro 9.1 – Opinião sobre a forma como os portugueses estão a lidar com a pandemia (em percentagem)

	Confortáveis- -constrangidos (a)	Vulneráveis- -constrangidos (b)	Confortáveis- -descontraídos (c)	Apreensivos- -constrangidos (d)	Total
Não estão a levar os riscos suficientemente a sério	39,4	45,4 (a, c)	3,7	47,9	42,0
Estão a reagir de forma apropriada	55,2 (b, d)	50,4 (d)	60,4 (a, b, d)	46,3	53,6
Estão a levar os riscos demasiado a sério	1,4	1,6	0,9	0,9	1,2
Não sei dizer	4,0 (b, c)	2,7	2,0	4,9 (b, c)	3,2

Nas comparações entre perfis, os perfis são identificados pelas letras *a, b, c, d*.

A presença de uma letra indica que a percentagem reportada na célula é significativamente diferente da observada no perfil identificado por essa letra.

Fonte: Inquérito ICS/Iscte – *Os Impactos Sociais da Pandemia*, 2020, análises próprias.

Por fim, olhamos para a opinião dos inquiridos face à forma como os portugueses estavam a lidar com a crise pandémica. A amostra divide-se maioritariamente em duas opiniões: aqueles que achavam que os portugueses estavam a reagir apropriadamente (53,6%) e aqueles que entendiam que os portugueses não estavam a reagir adequadamente, sobretudo por não levarem os riscos suficientemente a sério (42%).

Os resultados mostram que os inquiridos do perfil dos confortáveis-descontraídos faziam uma apreciação globalmente mais positiva, sendo que 60,4% declaravam que a população portuguesa estava a

reagir de forma apropriada. Entre os inquiridos do perfil dos confortáveis-constrangidos também predominavam as opiniões positivas face à forma como a população estava a lidar com a crise pandémica. Em sentido oposto surgem os inquiridos do perfil dos apreensivos-constrangidos, que faziam uma apreciação mais negativa, sendo que a maioria (46,3%) declarava que a população não estava a levar os riscos suficientemente a sério. Entre os inquiridos do perfil dos vulneráveis-constrangidos prevaleciam as opiniões positivas, mas eram também elevadas as opiniões negativas, o que parece indiciar um elevado grau de ambivalência.

Notas conclusivas

And while it is critical to consider those that are already vulnerable, we also need to assess this situation iteratively, as other groups of people will slip into vulnerability. Importantly, responses need to take on board that vulnerabilities are biological but also social and political.

Braverman 2020

Em jeito de conclusão breve, destacamos quatro aspetos.

Em primeiro lugar, foi possível identificar quatro perfis com características distintas em termos de recursos materiais e de perceções face às restrições impostas para lidar com a pandemia e à capacidade de resiliência pessoal e familiar em viver sob essas condições. Os perfis associam-se a características sociodemográficas dos indivíduos e dos agregados domésticos em que se inserem, em particular a idade e a situação profissional, bem como a composição do agregado. Esses perfis são:

- a) O perfil dos vulneráveis-constrangidos, que agrega 29% dos inquiridos;
- b) O perfil dos confortáveis-descontraídos, que reúne 28% da amostra;
- c) O perfil dos confortáveis-constrangidos, que representa 24% dos inquiridos;
- d) O perfil dos apreensivos-constrangidos, que congrega 19% da amostra.

Em segundo lugar, a diversidade de perfis identificados permite identificar impactos muito diferenciados da crise pandémica e vivências contrastantes das medidas de confinamento impostas pelo governo e pelas autoridades de saúde. Tal foi possível observar, apesar do já mencionado enviesamento da amostra, que se traduz numa sobre-representação da população residente na Área Metropolitana de Lisboa e de indivíduos com qualificações escolares ao nível do ensino superior, aos quais é sabido corresponderem rendimentos, em geral, superiores à média nacional. Este facto demonstra, de forma inequívoca, que a pandemia e as suas repercussões económicas e sociais começaram a afetar a população residente em Portugal de forma heterogénea logo desde março de 2020.

Em terceiro lugar, a heterogeneidade nos impactos da pandemia é claramente diferenciada em função de desigualdades sociais pré-existentes. Face à duração da pandemia e ao expectável agravamento da situação económica, estas desigualdades teriam tendência a acentuar-se. Por outro lado, a evolução da situação pandémica e o impacto das medidas de gestão da crise no funcionamento da vida social podem gerar novas expressões da desigualdade, contribuindo para o aprofundamento da vulnerabilidade de famílias e indivíduos. Esta é uma situação que merece acompanhamento por parte dos cientistas sociais, mas que, sobretudo, implica uma resposta adequada por parte do governo, seja na proteção dos postos de trabalho e dos rendimentos, seja no apoio às famílias e ao tecido social das pequenas empresas, só para dar alguns exemplos.

Em quarto lugar, as diferenças em termos de impactos e vivências no início da crise pandémica traduzem-se em comportamentos e atitudes distintos. Se os níveis de confiança nas autoridades e nos decisores públicos eram então ainda elevados, independentemente do perfil dos inquiridos, observavam-se também alguns sinais de menor conforto e, inclusive, de desconfiança em relação ao comportamento «do outro». Estas atitudes eram mais comuns nos perfis em que o impacto inicial da pandemia nas condições de vida foi mais intenso. É importante monitorizar a evolução tanto dos níveis de confiança interpessoal como da confiança nas instituições e autoridades de saúde, na medida em que há uma relação positiva entre os níveis de confiança nos decisores políticos e a adesão e cumprimento das normas propostas.

Ana Horta
Maria Manuel Vieira
Ana Nunes de Almeida

Capítulo 2

O confinamento à lupa em quatro perfis: experiências no presente, percepções do futuro

Apresentação e objetivos

Partindo dos quatro perfis construídos no capítulo anterior, apresentamos aqui um olhar mais aprofundado sobre estes subgrupos da população inquirida. Não só através de uma sociografia caracterizadora das suas coordenadas sociais mais ilustrativas como, também, recorrendo às suas respostas abertas a duas questões do inquérito: uma referindo-se ao presente (à época), pedindo uma avaliação sobre o que tinha sido «mais fácil» e «mais difícil» no que toca a lidar com as restrições; a outra que solicitava uma perspetiva sobre as preocupações que sentiam face ao futuro. São elas:

Q5: Pode falar-nos um pouco mais sobre estas (as atuais) restrições? O que tem sido mais fácil do que esperava e o que tem sido mais difícil? Por exemplo: questões de convívio, relações com a família, alimentação, condição física, saúde mental, capacidade de trabalho.

Q37: Quer falar-nos um pouco sobre quais são, neste momento, as suas preocupações principais em relação ao futuro? O que o/a preocupa mais?

Se a caracterização sociodemográfica dos quatro perfis recorre ao total de inquiridos, já na análise das respostas abertas selecionaram-se 100 casos aleatórios dentro de cada perfil (através de *software* adequado, controlando a não repetição de números).

O capítulo estrutura-se em duas partes. Na primeira, depois de um aprofundamento dos traços distintivos dos quatro perfis, associamo-los às diferentes experiências, mais ou menos difíceis, face às restrições e ao confinamento. Na segunda, privilegiando um olhar sobre o futuro, procuraremos identificar quais os padrões de interpretação mais utilizados para os encarar, bem como associá-los a diferentes condições materiais de vida.

Crise pandémica e disrupção das práticas: o quotidiano reinventado

A vida social constrói-se e reproduz-se no quotidiano através de práticas, em larga medida, rotineiras e naturalizadas. Ir para a escola ou o local de trabalho, visitar familiares, sair com amigos, cozinhar, passear o cão, fazer exercício físico, ir buscar os netos à escola, fazer compras, são exemplos da forma como os indivíduos fabricam o seu dia a dia. Entende-se por «quotidiano» um «mundo em boa parte tido como dado, que permanece clandestino» (Gardiner 2000, cit. in Hall 2019, 770), no qual as práticas que o preenchem se inscrevem num fazer contínuo, que vai muito para além de ações de tipo prescritivo. Nesse sentido, há quem lhes reconheça um elevado grau de fluidez, dado que não só diferentes grupos de pessoas podem ter visões distintas do mesmo conjunto de práticas como, também, as mesmas práticas podem ser descritas e explicadas de maneiras diferentes (Morgan 2011).

Para além do carácter rotineiro e fluido, as práticas revestem-se ainda de uma «estrutura teleafetiva», na medida em que englobam emoções e uma combinatória de tarefas e ações com determinadas finalidades (Schatzki 2016, 27).

Ora, a deflagração da pandemia – e as súbitas medidas restritivas impostas em nome da saúde pública –, ao apresentar-se como uma «situação crítica» (Giddens 1989), veio ameaçar ou destruir rotinas instauradas. Não obstante as fortes limitações decretadas, a vida teve de prosseguir, o que obrigou a uma necessária adaptação e reformu-

lação das práticas quotidianas. Se, na perspetiva de autores como Schatzki (2016), a adaptação (às crises) é um dos ingredientes indissociáveis das práticas, outros autores, como Giustini (2021), vão mais longe, sugerindo que são as próprias crises que se incorporam e se traduzem nas práticas, baralhando a ordem regulada, as ações e as emoções que antes lhes davam sentido.

O inquérito por questionário, a técnica que serviu de base a este estudo, não permite a observação *in loco* das práticas em tempos de confinamento, mas apenas uma aproximação às mesmas através das narrativas que delas fazem os inquiridos. No entanto, propomos uma incursão ao modo como os indivíduos estavam a confrontar-se com a disrupção dos seus quotidianos à data da inquirição e como as limitações à mobilidade causadas pela crise pandémica se traduziam nas suas práticas, quer ao nível da reformulação das tarefas e seus propósitos, quer ao nível das emoções vivenciadas, através da resposta à pergunta aberta sobre dificuldades e facilidades em lidar com as restrições impostas (Q5).

Seguindo a pista teórica da fluidez das práticas sociais – que se pode associar a uma imbricação de fatores, como sejam o ciclo de vida, as características conjunturais, a capacidade de ação do indivíduo mas, também, dimensões mais estruturais, tais como o quadro de valores prevalecente numa dada sociedade e a posição social dos inquiridos –, procederemos à caracterização detalhada de cada um dos quatro perfis apurados no capítulo anterior e perceberemos de que forma a crise se declina nas práticas, em ações e emoções predominantemente referidas em cada perfil.

Importa mencionar que a ordem de apresentação dos perfis decorre da capacidade económica demonstrada para enfrentar este tempo de incerteza – do perfil que apresenta maior bem-estar económico àquele que demonstra maiores constrangimentos. Na análise serão destacadas as características que distinguem os perfis, em detrimento de uma abordagem exaustiva de todas as variáveis de caracterização.

Confortáveis-descontraídos – ou a sustentável leveza do ser

O perfil à lupa

Este perfil agrega o segundo maior número ($N = 3133$) de inquiridos (27,6% da amostra), tendo como principal característica a estabilidade de rendimentos (99,5% indicam que a situação financeira do seu agregado familiar ainda não tinha sido afetada pela pandemia), o que, aliado a um certo bem-estar económico, permite que a totalidade (100%) confesse que tem sido muito fácil (10,9%) ou relativamente fácil (89,1%) lidar com as restrições. De facto, à imagem dos confortáveis-constrangidos, como veremos adiante, este perfil denota elevado conforto económico, uma vez que nenhum inquirido referiu que, antes da pandemia, o seu agregado familiar tivesse dificuldades em viver com o rendimento auferido.

O à-vontade económico e a ausência de quebra de rendimentos devido à pandemia poderão estar na base do otimismo revelado quanto à duração das restrições impostas: a totalidade (100%) dos inquiridos tinha a expectativa de que, no máximo, até ao verão de 2020 se retomaria a vida normal, sem as restrições de rendimento, mobilidade e vida quotidiana. Por sua vez, é também neste grupo que menos dúvidas se levantam quanto ao sentir-se preparado para viver sob as restrições impostas – contrastando com os restantes perfis, este grupo apresenta a percentagem mais baixa (14,4%) de respostas que apelam para uma duração incerta («não sei dizer») e a esmagadora maioria (84,2%) indica uma baixa resiliência às limitações impostas, afirmando sentir-se preparada para viver assim apenas até ao verão. Não são, todavia, as condições de habitação que justificam as dificuldades percecionadas caso as restrições assumam um tempo longo (até ao final do ano ou mais), uma vez que este perfil agrega a maior proporção (97,45%) de inquiridos que melhor classificam as condições da casa onde vivem («adequadas»/«satisfatórias»).

Os inquiridos deste perfil são dos que mais referem (70%) dispor de apoio suficiente que lhes permita sair de casa apenas em circunstâncias excecionais no período de recolhimento obrigatório decretado, pelo que as suas saídas se resumem ao mínimo. São os que menos saem para fazer compras essenciais (52,9%), para passear

animais de companhia (7,8%), e estão sub-representados entre os que afirmam sair para fazer exercício físico (17,1%).

Se uma proporção não negligenciável (16,3%) estava já aposentada antes de surgir a emergência sanitária, a maioria (65%) encontrava-se ainda a trabalhar e, com a eclosão da pandemia, este perfil apresenta a maior proporção de inquiridos (55,8%) que declaram ter passado a regime de teletrabalho. Neste caso, é o segundo perfil, com um ponto percentual atrás dos confortáveis-constrangidos, a referir ter as condições adequadas (78,1%) em termos de equipamento (computadores, internet) e de espaço para exercer a sua profissão a partir de casa. O mesmo se passa quanto à situação familiar e à gestão do tempo: são os que mais positivamente avaliam as condições de que dispõem para o exercício do teletrabalho, referindo ser as adequadas (respetivamente, 78,2% e 75,6%).

Embora as mulheres prevaleçam em todos os perfis – este não constitui exceção –, é neste grupo que proporcionalmente se concentram mais homens (45,4%). Para além disso, o perfil é composto essencialmente por jovens que têm entre 16 e 24 anos (11,6%) e por adultos com idades compreendidas entre os 55 e os 64 anos (16,8%), ambos ligeiramente sobrerrepresentados face à amostra, e ainda por aqueles um pouco mais velhos (até aos 69 anos). As idades intermédias, sobretudo entre os 35 e os 54 anos, encontram-se ligeiramente sub-representadas. Tais características podem ajudar a compreender a composição dos agregados familiares prevalecentes neste perfil: para além dos casais com filhos (38,2%), maioritários, mas ligeiramente sub-representados comparativamente à sua proporção na amostra, os casais sem filhos (28,4%) apresentam valores acima da média, seguidos das pessoas sós (11,9%). Congruentemente, os inquiridos do perfil são os que mais referem não haver no agregado familiar pessoas menores de 18 anos (74,1%). A maioria (58,4%) indica não ter animais de companhia em casa.

O perfil caracteriza-se ainda por níveis de escolaridade elevados, embora abaixo dos observados entre os confortáveis-constrangidos: 78,4% declaram possuir um diploma de ensino superior, ao passo que 19,4% referem que o grau de instrução mais elevado possuído é o ensino secundário.

No que respeita à condição de saúde, estão aqui sobrerrepresentados (72,3%) aqueles que mencionam não pertencer a nenhum grupo de risco.

Em termos de confiança nos decisores políticos e nas instituições públicas envolvidos no combate à pandemia, este perfil é aquele em que os inquiridos mais demonstram confiança, traduzida em níveis elevados de proporção de respostas nas opções «algo» ou «muito confiantes», sistematicamente acima da média: os profissionais de saúde são os que recolhem índices mais elevados de confiança (95,2%), seguidos (88,9%) pelos agentes das forças de segurança e proteção, aos quais se somam, a alguma distância, os responsáveis governativos, o presidente da República e o poder local. Já no que se refere à confiança depositada nas várias fontes disponíveis para se obter informação sobre a pandemia, manifestam igualmente maiores níveis de respostas positivas («algo» ou «muito confiantes») face à amostra, com particular incidência no que se refere à televisão e aos *media* tradicionais (imprensa escrita, jornais e revistas), que ultrapassam os 80 pontos percentuais. Em contrapartida, revelam grande ceticismo relativamente às redes sociais (12,1%) enquanto fonte de informação credível sobre a pandemia, em linha com a média da amostra.

O otimismo confiante que perpassa as respostas dadas pelos inquiridos do perfil está ainda patente na avaliação do modo como a população estava a encarar o coronavírus: uma proporção muito significativa de indivíduos (60,4%), superior à encontrada nos restantes perfis, concorda que, em geral, os portugueses estavam a reagir de forma apropriada.

As práticas em crise pandémica

Usufruindo de um confortável bem-estar económico, os indivíduos que integram este perfil revelam, genericamente, um certo otimismo perante a situação inédita que estão a viver e capacidade de adaptação às novas circunstâncias:

Foi tudo fácil [M, 66, na reforma].

À data do inquérito nenhum deles declarou estar a ser «muito difícil» ou «relativamente difícil» lidar com as restrições de mobilidade impostas, o que sugere a fruição de condições e recursos que amortecem as consequências penosas da obrigação de recolhimento. O facto de o perfil agregar indivíduos muito novos (16-24 anos) ou

numa idade ainda relativamente saudável coincidente com o período mais consolidado da sua vida profissional (50 e 60 anos), tendo em comum o facto de ainda ou já não terem crianças a cargo, dispensa-los de responsabilidades mais pesadas em termos familiares.

Nestes agregados domésticos adivinham-se bastidores bem fornecidos de recursos tecnológicos e boas competências digitais mesmo nas gerações não consideradas «nativas digitais», o que permite explicar a facilidade com que avaliam a transição súbita para o confinamento, mitigando a ausência de práticas de convivialidade e permitindo a rápida adaptação das atividades habituais à sua versão virtual.

Muitos dos inquiridos mais novos deste perfil encontram-se a estudar e a prática do ensino à distância revela-se o novo normal, para o qual se transita de um dia para o outro, sem aparentes problemas de maior:

Apesar de não poder sair de casa, como tenho tido trabalho da faculdade, não me sinto aborrecido. O tempo passa rápido [M, 19, a estudar].

De resto, tenho tido aulas todos os dias em videoconferência – é um método diferente, mas até tem corrido bem [F, 23, a estudar].

Tal não significa que o modelo seja necessariamente do agrado de todos, mas a dificuldade não estará tanto no acesso aos recursos tecnológicos (computadores, internet...) ou no domínio tecnológico (literacia digital) mas, sim, noutros aspetos de ordem pedagógica:

O mais «difícil» talvez é na capacidade de organização escolar e de aulas, que parecem ser mais abstratas e não tão propícias a reter conhecimento estando à distância e não havendo interação mais pessoal entre professor-estudante [M, 21, a estudar].

Por sua vez, os inquiridos mais velhos com atividade profissional declaram estar em trabalho remoto, a partir de casa, o que para muitos não constitui novidade ou motivo de preocupação:

O facto de poder trabalhar remotamente permite a tranquilidade de não considerar ainda a sustentabilidade económica um problema. Não é novidade trabalhar remotamente por isso a capacidade de trabalho e a saúde mental não são afetadas por isso [F, 57, a fazer trabalho pago].

Vidas Confinadas

A capacidade de trabalho é a mesma, continuo a trabalhar, diria até mais tarde, e a responder a *e-mails* até por volta das 22 h [F, 58, a fazer trabalho pago].

Mesmo os (raros) desempregados que se incluem neste grupo não parecem queixar-se do eventual impacto das restrições na mobilidade sobre o processo de procura ativa de emprego, optando por assinalar outro tipo de contrariedades causadas pelo confinamento:

Questões de convívio, relação com a família, saúde mental [F, 25, desempregada].

Mais difícil a ausência de convívio com a família mais chegada [F, 61, outra: desempregada de longa duração].

Na verdade, e no que parece ser transversal a todos os perfis, as limitações impostas ao convívio social são um dos problemas mais recorrentemente referidos. Apesar dos meios eletrónicos, a falta da presença física dos outros é sentida como um constrangimento, quer por parte dos inquiridos mais jovens, que veem a sua intensa convivialidade grupal ou vida amorosa subitamente interrompida:

O que me custa mais é não poder ir beber café, estar com os meus amigos [...] [F, 18, a estudar].

Mais difícil: estar longe de pessoas queridas durante um período longo [M, 24, a fazer trabalho pago].

... quer por parte dos inquiridos mais velhos, num período da vida em que se encontram a viver sós ou em casal sem filhos em casa:

Difícil o afastamento dos meus familiares mais próximos [F, 53, a fazer trabalho pago].

Mais difícil: saudades da família [F, 69, na reforma].

Sinto falta do contacto com os filhos e, principalmente, com os netos, mas pertenço a um grupo que tem a sorte de poder recorrer ao *Skype* ou videochamada [F, 75, na reforma].

A prática do exercício físico em prol da saúde e do bem-estar afigura-se uma dimensão importante no quotidiano destes inquiridos, à qual alguns mais velhos fazem referência:

Mais difícil é não poder ir à ginástica e à fisioterapia e aos cuidados médicos programados. O resto é limitativo, mas suporta-se [M, 63, a fazer trabalho pago].

Para mim o que me faz falta é mesmo sair para as minhas caminhadas [F, 58, a fazer trabalho pago].

No entanto, a obrigatoriedade de permanecer em casa não parece demover alguns de manterem a condição física, declarando recorrer a *websites* especializados e a aulas disponíveis *online* para substituir rotinas de ginásios ou outros desportos:

Faço ginástica através do *WhatsApp*. Tenho uma grande capacidade de adaptação à mudança [M, 66, na reforma].

Fazer exercício físico todas as manhãs, por sua vez, também tem ajudado bastante para manter uma rotina saudável, sobretudo em termos psicológicos [F, 23, a estudar].

Diariamente faço 15 a 30 minutos de exercício físico e por vezes caminho à noite [F, 57, a fazer trabalho pago].

Confortáveis-constrangidos – ou o bem-estar em tempos indesejáveis

O perfil à lupa

Este perfil reúne 24,3% ($N = 2754$) dos inquiridos, sendo o conforto económico o traço que melhor o distingue dos restantes. Neste perfil, todos os inquiridos (100%) responderam que, antes da pandemia, o rendimento do seu agregado familiar lhes dava para viver confortavelmente. Além disso, para uma esmagadora maioria (91,8%), a situação financeira do agregado familiar não tinha sido afetada pela

crise associada à pandemia. Embora noutros perfis, como o anterior, também existam inquiridos a referir viver sem dificuldades financeiras, este é o perfil mais homogêneo deste ponto de vista.

Não obstante, se para a totalidade dos confortáveis-descontraídos estava a ser fácil lidar com as restrições associadas à pandemia, para uma proporção não negligenciável (41,7%) de inquiridos pertencentes a este perfil a situação restritiva em vigor era avaliada como difícil de lidar, o que justifica o seu constrangimento – apesar do conforto económico. Embora muitos (44,1%) não soubessem dizer até quando se sentiam preparados para viver em confinamento e 28,6% sentissem que apenas o poderiam fazer até ao fim de abril ou maio, 12,3% demonstravam elevada resiliência para enfrentar a pandemia, no caso de ela se arrastar, ao afirmarem que se sentiam preparados para viver assim até ao fim do ano ou mais do que isso.

No que diz respeito às suas expectativas quanto à duração do confinamento, 37,5% acreditavam que as restrições iriam impor-se durante um longo período, 33,6% entendiam que seria possível voltar à vida normal até ao verão e 28,9% não sabiam dizer até quando lhes parecia que as restrições podiam durar.

Antes da pandemia, a maioria dos inquiridos neste perfil encontrava-se a trabalhar (66,7%), tendo 54,8% passado à condição de teletrabalho durante o confinamento. O perfil inclui também 17,6% de reformados, o que corresponde a uma sobrerrepresentação desta situação profissional na amostra.

Além do conforto económico, parecem apresentar também um elevado nível de conforto material, com 95,6% a afirmarem que as suas condições de habitação são adequadas ou satisfatórias. A maioria (79,1%) declarou ainda ter equipamento e espaço adequados para exercer a profissão em regime de teletrabalho, embora esse número seja inferior quando considerada a situação familiar e a sua gestão do tempo.

Podemos ainda dizer que os inquiridos que fazem parte deste perfil são sobretudo indivíduos com elevada escolaridade (90% têm o ensino superior), estando sub-representados os níveis de escolaridade até ao secundário (9%) ou até ao 3.º ciclo (1%).

O perfil é maioritariamente composto por mulheres (59,9%), estando os homens ligeiramente sub-representados face à amostra, e por inquiridos com idades entre os 36 e os 69 anos (65,9%). Há ainda uma ligeira sobrerrepresentação dos que têm 56-69 anos e,

sobretudo, dos mais de 70 anos; os inquiridos com idades inferiores, sobretudo entre 16 e 24 anos, estão ligeiramente sub-representados.

No que diz respeito à composição do agregado familiar, trata-se sobretudo de pessoas que vivem em casal com filhos (38,8%), em casal sem filhos (28,7%), sozinhas (12,7%) e em famílias monoparentais (10,5%). Na maioria dos casos (67%), nenhum dos membros da família tinha menos de 18 anos. É neste perfil que os inquiridos menos têm animais de companhia (apenas 39,3%).

No conjunto das perguntas sobre níveis de confiança em diversos decisores políticos e categorias profissionais, revelam consistentemente constituir o segundo grupo na amostra que mais confiança expressa – logo a seguir ao perfil dos confortáveis-descontraídos. De facto, 71,8% afirmaram sentir-se «muito confiantes» e 23,1% «algo confiantes» no trabalho realizado pelo pessoal médico, de enfermagem e técnico do Serviço Nacional de Saúde em resposta à pandemia. A maioria afirmou também sentir-se algo confiante em relação ao governo, ao presidente da República, à Direção-Geral de Saúde e aos municípios. Este é igualmente o segundo perfil que mais confiança deposita na informação prestada pela televisão e pela imprensa escrita. Por outro lado, a maioria (55,2%) confia na forma como os portugueses, em geral, encaram a COVID-19, considerando que estão a reagir de forma apropriada; ainda assim, 39,4% entendem que não estão a levar os riscos suficientemente a sério.

No que diz respeito às suas rotinas durante o período de confinamento, estes inquiridos são os que mais drasticamente reduziram as saídas de casa, tendo apenas 0,9% declarado que continuavam a sair com a mesma frequência ou que saíam à rua com muito poucas restrições e 16% afirmado que não saíam de casa em absoluto. Além das deslocações relacionadas com o trabalho, a razão apresentada mais frequentemente foi fazer compras essenciais (71,1%), fazer exercício (24,7%), passear animais de companhia (9,8%) e passear com os filhos (5,5%).

Quanto a compras *online*, mostram-se ligeiramente mais dispostos a fazê-las do que os restantes. A maioria (62,9%) já utilizava plataformas de comércio *online* para adquirir bens essenciais antes da pandemia e uma parte (20,5%) declarou ter passado a usá-las mais. É o único perfil em que estão sobrerrepresentados os que declaram que nunca tinham utilizado estas plataformas, mas passaram a utilizá-las durante o confinamento (5,3%).

É também neste perfil que uma maior proporção de inquiridos declara conhecer alguém que esteja infetado com COVID-19 (20,9%), o que sugere tratar-se de indivíduos com amplas redes de contactos sociais. Na maior parte dos casos, as pessoas infetadas que conhecem são amigas (37%), conhecidas do concelho onde vivem (22,7%), colegas de trabalho (20,7%) e membros da família ou conhecidas que vivem noutros concelhos do país (13%).

As práticas em crise pandémica

Como se viu, este grupo é composto por uma população tendencialmente mais velha, com uma sobrerrepresentação dos escalões etários de mais de 55 anos. O seu conforto económico e residencial permite-lhes dispor de recursos que amortecem as piores consequências do confinamento, como sejam a ausência de apoio para aquisição de bens essenciais, a exiguidade e sobreocupação dos espaços habitacionais ou mesmo o afastamento dos entes queridos:

Como tenho uma pessoa que sai para fazer as compras, não temos tido dificuldades. Gostamos de estar em casa e até agora não tem sido difícil [F, 63, outra: eleita para o poder local].

Tem sido relativamente fácil, porque conseguimos ocupar o nosso tempo. O espaço em que habitamos tem poucas pessoas e é fechado. Dá para algumas pequenas deslocações higiénicas. Além disso, temos uma pequena mercearia e um café onde é possível encomendar os produtos essenciais de que necessitamos. Temos também uma farmácia a 30 m [M, 69, na reforma].

O isolamento social não me incomoda. Vou contactando com amigos e família por *WhatsApp* e outros meios [M, 80, na reforma].

Vivo numa zona onde a proximidade ao comércio tradicional funciona bem. A família resolve-se recorrendo às novas tecnologias: videochamada, *WhatsApp*, net. Em casa fazemos as refeições, arrumamos o que nunca arrumamos, lê-se, conversa-se com os amigos, fazemos treino físico com a ajuda de um equipamento, *bricolage*, participo na blogosfera [M, 68, na reforma].

Não obstante, esta opinião não é unânime. Alguns testemunhos sublinham o afastamento físico de redes e rotinas de sociabilidade de outrora, imposto pelo confinamento, como uma das dificuldades mais penosas que sentem. A própria prática de ida às compras alterou-se, incorporando agora os sinais da crise pandémica:

Mais difícil é a falta de convívio físico com a família e os amigos. É ir ao supermercado ou à farmácia e manter o afastamento. Mais fácil do que pensava, pois, embora aposentada, saía todos os dias para ir ao ginásio, estar com amigos, ir buscar o neto à escola, é manter-me ocupada todo o dia em casa [F, 73, na reforma].

Numa outra dimensão, as rotinas de promoção de bem-estar físico e de vida saudável inspiradas no paradigma do «envelhecimento ativo», aparentemente frequentes neste perfil de inquiridos, foram parcialmente abaladas – o que explica ser esta outra das dificuldades enfrentadas com o confinamento:

Gosto bastante de estar em casa e não tenho qualquer problema na ocupação do tempo. No entanto, falta-me a ida diária ao ginásio, hidro, pilates... A maior inquietação, para mim, resulta da impossibilidade de prever, com um mínimo de certeza, a data em que estas restrições possam começar a ser reduzidas [F, 72, na reforma].

Mais fácil: estar em casa. Mais difícil: não poder dar a volta habitual na rua para manter a mobilidade [F, 85, na reforma].

O mais difícil é a falta de convivência com os familiares próximos que não vivem comigo (filhos e netas) e a falta de exercício físico. Estar em casa não é difícil para mim, tento compensar essas faltas com exercícios de *chi kung online*, e conversas no *Zoom* [F, 73, na reforma].

Para quem exerce uma atividade profissional, uma das dificuldades identificadas prende-se com a necessidade de rapidamente reformular conteúdos laborais, uma vez que se tem responsabilidades dentro da organização. Assim, a preocupação em ser-se pró-ativo na colaboração que se presta à entidade patronal, num momento de grande exigência, é referida por alguns:

Trabalho para uma empresa de distribuição numa área de *research*, pelo que me era possível trabalhar a partir de casa. Porém, a maioria dos projetos em curso foram suspensos ou cancelados. Muita da minha atividade é impossível de prosseguir ou perde relevância nestes tempos. Complemento assim a minha atividade normal com a prestação de ajuda nas lojas (supermercados), dado o rápido crescimento do *e-commerce* nestas semanas, para o qual não estavam preparados. Psicologicamente, o teletrabalho é mais difícil fisicamente e, do ponto de vista sanitário, o trabalho nas lojas é um grande risco, mas mais recompensador [F, 57, a fazer trabalho pago].

Mas ressaltam também preocupações inerentes a quem é empresário e sofre com quebra da atividade:

[...] falta de trabalho [M, 74, outro: empresário].

Como se viu, muitos dos inquiridos incluídos neste perfil que ainda se encontram no mercado de trabalho passaram à condição de teletrabalho com o confinamento. Neste caso, a transição não parece ter provocado dificuldades de maior, presumindo-se que os seus protagonistas dispunham de competências digitais e de recursos tecnológicos facilitadores dessa adaptação:

Apesar de longe do local de trabalho, todas as tarefas podem ser executadas *online*, incluindo reuniões, que duram menos tempo do que se fossem presenciais e evitam deslocações e despesas [F, 53, a fazer trabalho pago].

O confronto com uma situação extrema, como é a vivência de uma pandemia, terá suscitado uma tomada de consciência mais aguda da condição privilegiada de que se beneficia pelo facto de o seu desafogo material lhes permitir dispor de meios que diminuem o impacto desta crise nas suas vidas:

Tenho a coisa facilitada, ajudar e ser ajudado, por ter carro, telemóvel e internet [M, 65, outro: empresário].

O contraste com outras existências sociais mais penosas, presentes ou passadas, previsivelmente mais afetadas pelas consequências

económicas da pandemia, torna-se evidente; para alguns dos inquiridos incluídos neste perfil, o exercício comparativo realizado constitui um fator de otimismo mas, também, de clarividência, perante um futuro que não será igual para todos:

As restrições são bastante moderadas principalmente para quem, como eu, acabou de ler o diário de Anne Frank; a principal preocupação é não saber quanto mais tempo isto irá perdurar [M, 56, a fazer trabalho pago].

O mais difícil ainda está para chegar com a crise económica. Vão ser precisos bancos alimentares e centros de abrigo municipais para quem não tiver rendimentos [M, 60, a fazer trabalho pago].

Apreensivos-constrangidos – ou as virtudes da prudência

O perfil à lupa

Este perfil reúne 18,7% ($N = 2124$) dos inquiridos, tendo como principal traço distintivo o facto de nenhum deles ter respondido que, antes da pandemia, o rendimento do seu agregado familiar lhes dava para viver confortavelmente: para 85,4% apenas dava para viver «razoavelmente» e para 14,6% era «difícil» ou «muito difícil» viver com o rendimento disponível.

Outro traço distintivo do perfil é o de nenhum dos inquiridos acreditar que as restrições causadas pela pandemia pudessem terminar até ao verão: uma proporção muito mais elevada do que em qualquer dos outros perfis (51,3%) respondeu não saber dizer até quando poderiam durar e os restantes (48,7%) tinham a expectativa de que poderiam estender-se até ao final do ano ou durante ainda mais tempo. O perfil distingue-se também pelo elevado número de inquiridos (59,3%) a declarar não saber até quando se sentiam preparados para viver com estas restrições. Daí a razão de um dos qualificantes que caracterizam este perfil ser «apreensivo».

Apesar de não terem rendimentos que lhes permitissem viver confortavelmente, e alguns (21,7%) referissem já sentir efeitos eco-

nómicos no seu agregado familiar, a larga maioria (78,3%) ainda não tinha notado qualquer impacto financeiro devido às restrições impostas e a maioria (66,6%) declarou estar a ser fácil lidar com as restrições. Para 80,5%, a habitação onde vivem possuía condições «adequadas ou satisfatórias», tendo um quinto (19,5%) respondido que essas condições eram «razoáveis» ou «deficientes».

Embora a maioria (63,8%) estivesse a trabalhar, 47,6% dos quais em teletrabalho, uma parte importante (21,5%) declarou que já não trabalhava. Estão ligeiramente sobrerrepresentados os inquiridos em situação de doença ou incapacidade permanente (1,2%), os reformados (16,7%), os desempregados (3,9%) e ainda os que estão noutras situações (7,9%) e fazem trabalho doméstico não pago (0,9%). Em contrapartida, estão sub-representados os estudantes (5,7%).

Entre os que estavam em teletrabalho, este é o perfil em que menos inquiridos consideram ter as condições adequadas em termos de equipamento e espaço para exercer a sua profissão (61,6%), estando sobrerrepresentados os que consideram apenas ter «condições mínimas» (37,1%). A maioria considerava, porém, ter as condições adequadas relativamente à situação familiar (62,3%) e à gestão do tempo (62,5%).

Comparativamente aos restantes, é neste perfil que se encontram mais inquiridos com níveis de escolaridade baixos. Embora uma larga maioria possua o ensino superior (79,8%), 16% tinham o ensino secundário e 4,2% apenas estudaram até ao 3.º ciclo.

Os inquiridos mais jovens (até 35 anos e, sobretudo, entre 16 e 25 anos) estão aqui sub-representados, destacando-se sobretudo inquiridos entre os 36 e os 69 anos (72,2%).

Há ainda uma ligeira sobrerrepresentação de indivíduos que consideram fazer parte de grupos de risco (31,2%).

No que diz respeito à condição familiar, estão ligeiramente sobrerrepresentados os indivíduos que vivem sozinhos (14,2%), sendo os tipos de agregado familiar mais frequentes o casal com e sem filhos (36% e 25,3%, respetivamente). A maioria destes inquiridos (66,5%) não tinha no seu agregado familiar alguém com idade inferior a 18 anos. Em 45,7% dos casos havia, pelo menos, um animal de companhia em casa.

Este é um dos perfis em que os indivíduos menos mostram ter confiança nos atores políticos, de uma forma geral. Embora a

maioria diga sentir-se «algo confiante» em relação às respostas do governo, do presidente da República, da Direção-Geral de Saúde e dos municípios à pandemia, é aqui, tal como entre os vulneráveis-muito constrangidos, que esses níveis de confiança são mais baixos. Do mesmo modo, é nos dois perfis que os inquiridos menos dizem sentir confiança na atuação dos profissionais do Sistema Nacional de Saúde, embora a maioria diga sentir-se muito confiante. Também no que diz respeito à confiança nas fontes de informação, é nestes dois perfis que menos inquiridos afirmam ter confiança na televisão e na imprensa escrita. É ainda entre os apreensivos-constrangidos que menos pessoas mostram confiar na forma como os portugueses estão a encarar o vírus: enquanto nos três outros perfis a resposta mais frequente é que «estão a reagir de forma apropriada», aqui entendem que os outros «não estão a levar os riscos suficientemente a sério» (47,9%), enquanto 46,3% responderam que «estão a reagir de forma apropriada».

A maior parte (53,6%) concordava com a opção pelo estado de emergência, mas acreditava que ainda eram necessárias mais restrições. Esta posição está ligeiramente sobrerrepresentada no perfil, enquanto os que consideravam que as restrições eram as adequadas (39,1%) estão ligeiramente sub-representados. Apenas um pequeno número (7,4%) não acreditava ter sido necessário decretar o estado de emergência.

É aqui também que se encontra a menor proporção de inquiridos a dizerem que conhecem alguém infetado com COVID-19 (15,4%). Estão ainda ligeiramente sobrerrepresentados os que dizem não saber se conhecem alguém infetado ou não (2,6%). Quanto ao grau de proximidade entre eles e as pessoas infetadas que conhecem, são sobretudo amigos (31,1%), conhecidos do concelho onde vivem (25,9%), conhecidos que vivem noutros concelhos do país (15,5%) e colegas de trabalho (18,3%).

Excluindo as deslocações relacionadas com trabalho, quase todos os inquiridos deste perfil deixaram de sair à rua com a mesma frequência que antes da pandemia para «fazer compras essenciais» (74,9%), «fazer exercício» (18,7%) e «passar animais de companhia» (11,1%). Cerca de 13,9% responderam que não saíam de casa em absoluto.

As práticas em crise pandémica

No que respeita às medidas de confinamento e à avaliação do que é «mais fácil» e «mais difícil» na sua concretização, as respostas destacam que é «fácil» aos inquiridos deste perfil lidar com as restrições impostas.

O facto de ser maioritariamente composto por uma população adulta heterogénea, em termos etários e de condição perante o trabalho, mas usufruindo de rendimentos modestos, condiciona o tipo de justificações invocadas para esta questão.

Para alguns dos inquiridos mais velhos, em situação de aposentação, a declarada facilidade em lidar com a situação prende-se com o facto de a mudança causada pela pandemia não ter sido demasiado disruptiva dos hábitos quotidianos e de um estilo de vida já calmo e recatado:

Sou uma pessoa que já estava muito em casa, de maneira que não tem sido difícil este confinamento [F, 70, na reforma].

Continuo a fazer quase tudo o que fazia, sou reformado e apicultor, trabalho no meu quintal e trato das abelhas [M, 69, na reforma].

O facto de estarem reformados significa que auferem um rendimento fixo, mesmo que limitado, o que lhes garante um mínimo de segurança financeira que impede a perceção de danos económicos diretamente causados pela pandemia. Aliás, a já longa experiência de vida de alguns destes protagonistas incorpora a vivência de períodos de dificuldades financeiras e o enfrentamento de outras medidas de emergência no passado, porventura inscritos em momentos mais críticos do ciclo de vida familiar, o que permite relativizar o dramatismo do atual momento:

Pessoalmente, entendo e assumo esta situação sem a diabolizar, considerando outros períodos distintos e com razões totalmente diferentes, mas profundamente inquietantes e muito dramáticas para muitas famílias e também para mim, como foi durante a *troika* [M, 66, na reforma].

No caso dos inquiridos com atividade laboral, o facto de se encontrarem no mercado de trabalho e a auferirem um rendimento

é, por si só, motivo suficiente para aceitarem como «relativamente fáceis» as restrições decretadas:

Tem sido fácil porque continuo a vir trabalhar todos os dias [F, 49, a fazer trabalho pago].

Do ponto de vista laboral, tenho a sensação de que (o teletrabalho) é ainda mais produtivo do que no posto de trabalho. Talvez pela necessidade de estar sempre à procura de coisas para fazer [M, 48, a fazer trabalho pago].

Aliás, a obrigatoriedade de permanecer no domicílio oferece a oportunidade de desenvolver, para além do horário de trabalho (ou da sua provisória suspensão), tarefas há muito adiadas, graças à economia de tempo em deslocações que o recolhimento sanitário veio proporcionar:

Mais fácil ocupar o tempo com coisas úteis: arrumações, cuidar do jardim e pequenas reparações em casa [M, 59, a fazer trabalho pago].

Ao contrário do que parece suceder com elementos deste perfil pertencentes a níveis etários mais jovens, a conversão ao teletrabalho, que alguns são obrigados a adotar, representa uma tarefa que levanta certas dificuldades para indivíduos mais velhos. É importante assinalar que este perfil reúne os inquiridos que proporcionalmente detêm os níveis de qualificações mais baixos (ensino secundário ou menos), o que poderá explicar os obstáculos colocados a uma rápida transição para o formato de teletrabalho. Sabe-se como, na população adulta, a qualidade das competências digitais se encontra fortemente associada ao nível de escolaridade possuído:

Mais difícil: manter o foco nos trabalhos a desenvolver, adaptação ao teletrabalho e horários a respeitar, para ambos os lados [...] [M, 52, a fazer trabalho pago].

Não obstante, alguns dos inquiridos com atividade profissional antes da pandemia manifestam apreensão quanto ao seu futuro laboral, já afetado pelos efeitos desta crise sanitária, o que lhes poderia trazer sérias dificuldades, caso as restrições se prolongassem por um período longo:

Como fotógrafo a explorar há uns anos a temática do ar livre e viagens, tenho sentido todas as restrições derivadas da impossibilidade de me deslocar, essencial ao trabalho que venho a desenvolver, portanto impossibilitado de continuar a trabalhar nos moldes em que sempre o fiz [M, 43, a fazer trabalho pago].

Mais difícil é ficar limitado a muitas atividades, assim como a atividade profissional que levou um abatimento gigante [M, 39, a fazer trabalho pago].

Adicionalmente, para quem trabalha e tem filhos a cargo, o peso do recolhimento domiciliário vive-se com particular intensidade, uma vez que se tem de conciliar no mesmo espaço doméstico múltiplas tarefas, antes dispersas por vários locais e desempenhadas com a ajuda de vários protagonistas. Ainda que neste perfil os agregados familiares compostos por casais com filhos sejam pouco numerosos, prevalecendo os agregados unipessoais, importa dar nota da vulnerabilidade a que estão sujeitas as pessoas do perfil, cujos recursos modestos limitam drasticamente os apoios com que podem contar em momentos de maior aflição. O desabafo pungente desta inquirida é disso um exemplo:

Porque tenho de trabalhar ainda mais do que se estivesse no local de trabalho, porque tenho duas filhas, a quem também tenho de dar atenção e fazer algumas atividades e estudar com elas. Tenho o meu marido, que é militar e não está em casa. Além de tudo, tenho almoços, jantares, banhos e o resto das rotinas de casa a meu encargo. Assim, vejo-me a entrar num abismo psicológico porque quero chegar a todo lado e não consigo. Todos pensam em todos, mas os empregos não pensam nestas situações. Onde fico eu no meio de tudo isto? Onde ficam as minhas filhas? O marido exposto a tudo o que está a passar também preocupa. Também sou humana [F, 43, a fazer trabalho pago].

Tais dificuldades não são partilhadas pelos inquiridos que já saíram do mercado de trabalho, mas a posse de recursos económicos igualmente limitados produz efeitos homólogos, em termos de acesso a apoios que garantam a ajuda necessária a quem vive só:

O facto de ser idosa isolada e não ter qualquer apoio para deslocações ao supermercado ou farmácia [F, 72, na reforma].

Dificuldades essas acrescidas pela consciência de, devido à idade, saber-se pertencer a um grupo de risco, o que gera evitamento de saídas à rua com medo de ser infetado e, nessa medida, o acentuar do sentimento de isolamento:

Isolei-me quase a 100% para evitar ser contagiado. A falta da família e do contacto pessoal com os amigos vem provocando, progressivamente, uma sensação de mal-estar que ultrapassa a mera tristeza [M, 73, na reforma].

Estar fisicamente afastado da família e do convívio diário com amigos, agravado pela ausência de recursos ou competências tecnológicas que compensem virtualmente a ausência física dos mesmos, constitui situação que muitos lamentam neste período de recolhimento obrigatório:

Ausência dos filhos e netas o mais difícil [M, 75, na reforma].

O mais difícil é a falta de convívio porque vivo sozinha e estava habituada a receber filhos e netos nas refeições [F, 82, outra: a fazer voluntariado em IPSS].

No outro polo geracional, pais idosos e debilitados constituem igualmente motivo de preocupação:

A nível pessoal, tem sido difícil por ter pais com mais de 75 anos e um estar em casa debilitado (doente com problemas respiratórios e ligado a oxigénio) e o outro estar hospitalizado (não devido à COVID-19). O facto de não haver visitas e sendo as informações dadas apenas por contacto telefónico, esperando 3-4 horas para que alguém nos consiga atender. Embora saiba que os profissionais de saúde fazem o seu melhor [F, 55, a fazer trabalho pago].

Vulneráveis-muito constrangidos – ou manter-se à tona na adversidade

O perfil à lupa

Este perfil é o mais numeroso de todos ($N = 3233$), representando quase um terço (29,3%) da amostra total. O que claramente o distingue dos demais é o grau de vulnerabilidade económica e material dos inquiridos, bem mais acentuado do que o observado entre os apreensivos-constrangidos. Com efeito, é aqui que se encontra a maior proporção (25,2%) dos que declaram que, antes da pandemia, era já «algo difícil» ou mesmo «muito difícil» viver com o rendimento disponível e, na sequência da emergência sanitária, a maioria (59,2%) afirma ter sentido a situação financeira do seu agregado familiar deteriorar-se. Também no que respeita ao conforto material usufruído, este deixa algo a desejar. São os que pior avaliam a sua habitação, com quase um terço (29,4%) a classificar as condições da sua casa como meramente «razoáveis» ou mesmo «deficientes».

Ao contrário dos demais, um pouco mais de metade (52,1%) confessa estar a ser relativamente difícil ou mesmo muito difícil lidar com as restrições impostas, o que constitui outro traço distintivo. Talvez devido ao conjunto de vulnerabilidades enunciadas, a grande maioria (71,3%) dizia sentir-se preparada para viver sob as restrições decretadas apenas até ao verão de 2020 e uma porção significativa (26%) confessava não saber até quando poderia viver assim. Quanto às expectativas face à duração do confinamento, 86,9% acreditavam que ela terminaria num prazo curto, no máximo até ao verão de 2020, e apenas uma proporção residual indicava não saber (5,9%) ou admitia que as restrições pudessem estender-se até um ano ou mais (7,6%).

Antes da pandemia, 68,4% dos inquiridos deste perfil encontravam-se a trabalhar, valor que cai para 52,3% com a crise sanitária. No momento do inquérito eram os que menos se encontravam em teletrabalho (45,6%) e os que mais continuavam a deslocar-se para o local de trabalho (6,5%). Uma proporção pequena (3,7%), mas sobrerrepresentada face ao total da amostra, vivia já a situação de desemprego antes do surto pandémico, o que ameaçava alargar-se a mais inquiridos do perfil: no momento do inquérito, 1,1% declara ter

sido despedido, 2,6% a gozar férias forçadas e 23,8% referem «outra situação», que engloba variadas figuras de precariedade, como suspensão de estágio profissional, aproximação do término do contrato de trabalho sem perspectiva de renovação, paragem total da atividade, situação de *lay-off*, *freelancer* sem trabalho, trabalhador-estudante, a aguardar a reforma, nomeadamente. De entre os que estão em teletrabalho, uma proporção inferior ao total da amostra admite ter as condições adequadas (63,3%) em termos de equipamento e espaço mais de um terço (34,8%)» refere ter apenas as condições mínimas. Mais difíceis parecem ser as condições oferecidas pela situação familiar para desempenhar o teletrabalho, com quase metade dos inquiridos a referir que apenas possui as condições mínimas (38%) ou não tem mesmo as condições mínimas (4,6%) para o fazer. De forma idêntica, o perfil reúne a menor proporção de indivíduos (57,9%) que declaram ter as condições adequadas, no que concerne à gestão do tempo, para o teletrabalho.

O perfil agrega uma maioria de jovens adultos, com os inquiridos com idades compreendidas entre os 16 e os 24 anos (12,3%) mas, sobretudo, entre os 25 e os 34 (14,3%) e os 35 e os 44 (25%), sobrerrepresentados face ao total dos que responderam ao inquérito. Destacados dos restantes perfis, trata-se, na sua maioria (52,2%), de agregados familiares compostos por casais com filhos (41,2%) ou famílias monoparentais (11%) na fase mais intensa da sua vida profissional e familiar (*a rush hour of life*) e que somam ainda aos membros da família, mais do que qualquer outro perfil, animais de companhia (46,4%). Entre os inquiridos, o nível de habilitações é elevado (72% possuem ensino superior, embora em proporção inferior à amostra) e médio, uma vez que um quarto (25,4%) declara ter atingido o ensino secundário, sendo o perfil com proporção mais elevada de indivíduos que declaram possuir este nível de habilitações.

Se bem que a maioria (71,8%) afirme não pertencer a grupo de risco, uma proporção maior do que a registada na amostra indica não saber se pertence ou não (3,4%). A maioria (63,2%), embora em proporção inferior à totalidade da amostra, refere ter apoio suficiente que lhe permite sair de casa apenas em circunstâncias excecionais, mas os que indicam não dispor de apoio (9,7%) estão sobrerrepresentados face ao total da amostra. Sair de casa constituirá, pois, um verdadeiro desafio. Comparativamente com os demais, são os que

menos saem para fazer exercício (13,8%) ou não saem em absoluto (8,7%) e dos que menos saem para passear animais de companhia (8,8%); em contrapartida, são dos que mais saem para passear com os filhos (4,6%). No geral, as saídas destinam-se a adquirir bens essenciais (54,9%). Porventura as restrições impostas terão levado alguns não utilizadores de plataformas de comércio *online* a ponderar utilizar (18,4%) o serviço para aquisição de bens essenciais, embora uma proporção idêntica (18,2%) indique nunca o ter utilizado e não esperar vir a fazê-lo.

Tal como os apreensivos-constrangidos, este perfil é dos que mais desconfiança deposita nos vários atores públicos com responsabilidades políticas ou técnicas na resposta à pandemia. Não obstante, a distribuição das tendências de resposta segue o padrão evidenciado nos demais perfis, com os profissionais de saúde situados no topo da confiança (91% destes inquiridos declaram estar «algo» ou «muito confiantes»). De idêntica forma, os inquiridos do perfil são dos que menos confiam nas várias fontes de informação sobre a COVID-19, sejam elas a televisão, a imprensa escrita, a família ou amigos, ou mesmo as redes sociais. É também o segundo grupo, a seguir aos apreensivos-constrangidos, a avaliar menos positivamente a maneira como os portugueses, em geral, estavam a encarar o coronavírus, sendo que uma proporção muito significativa (45,4%) critica os seus concidadãos, afirmando não estarem a levar os riscos suficientemente a sério, embora metade (50,4%) considere que estavam a reagir de forma apropriada.

As práticas em crise pandémica

Os inquiridos do perfil são os que mais declararam ter dificuldades em lidar com as restrições estabelecidas na sequência da crise pandémica – mais de metade admite estar a ser «relativamente difícil» ou mesmo «muito difícil».

Tratando-se de um perfil relativamente homogêneo, quer do ponto de vista das suas características demográficas (maioritariamente composto por jovens adultos), quer do ponto de vista económico e social (precariedade profissional, vulnerabilidade a situações de desemprego, constrangimentos colocados às transições para a idade adulta e à autonomização efetiva), muito próximo daquilo a

que alguns autores apelidam de «geração milénio», o significado atribuído às «dificuldades» provocadas pelo impacto da pandemia destaca-se do de outros perfis.

Nomeadamente face aos apreensivos-constrangidos mais velhos, passar a exercer a atividade profissional a partir de casa com o recurso às novas tecnologias não constitui em si um problema – visto muitos já a praticarem antes da pandemia ou, pelo menos, revelarem ter competências que a permitem realizar:

Para mim é fácil porque já trabalhava diretamente de casa; portanto «estar em casa» não foi nada difícil [M, 42, a fazer trabalho pago].

A intensificação dos ritmos ou o prolongamento dos horários de trabalho é que poderão eventualmente ocorrer agora que se assume que os trabalhadores se encontram mais disponíveis para se dedicarem às tarefas, dispensados que estão das deslocações quotidianas consumidoras de tempo:

O teletrabalho, acabamos por passar 14 h em casa a trabalhar... [F, 31, a fazer trabalho pago].

A questão mais problemática tem a ver com as condições em que o desenvolvem nas atuais circunstâncias pandémicas. Tratando-se de um perfil composto maioritariamente por jovens adultos em casal com filhos ou por agregados domésticos constituídos por várias pessoas, famílias monoparentais, recompostas ou complexas, a obrigatoriedade de recolhimento traz à tona a exiguidade dos espaços de habitação para conter e reter todos os membros da família 24 horas por dia e para os quais é necessário encontrar locais devidamente apetrechados para novas tarefas laborais ou de estudo. A este constrangimento junta-se o desdobramento multifuncional que passa a ser exigido aos elementos do casal, muito particularmente às mulheres, o que coloca sérios problemas de conciliação simultânea entre atividade profissional em casa e vida familiar (cuidado dos filhos e tarefas domésticas), no que se afigura um fardo demasiado pesado:

Gestão do teletrabalho com gestão de casa e um filho de 3 anos tem sido um desafio [F, 35, a fazer trabalho pago]!

Vidas Confinadas

Capacidade de trabalho, demasiadas tarefas em simultâneo (mãe, professora, esposa, etc.) [F, 39, a fazer trabalho pago].

Não admira, pois, que o cansaço depressa se instale, tal como podemos notar nos testemunhos seguintes:

Muito difícil (mas já esperava): conciliar o trabalho e as tarefas domésticas com duas crianças pequenas dá-nos uma sensação imensa de cansaço mental e de pouca produtividade. Talvez esta seja a parte mais difícil de gerir (no meu caso) [F, 34, a estudar].

Cansaço físico e mental, excesso de trabalho (próprio + acompanhar filhos) [F, 41, a fazer trabalho pago].

No entanto, a súbita suspensão de muitas das atividades económicas que a pandemia provocou terá tido impacto efetivo ou iminente na vida profissional de parte dos inquiridos do perfil, acentuando a condição vulnerável em que se encontram no mercado de trabalho. Alguns expressam sentimentos de apreensão face ao futuro, económico e financeiro. Afirmam que ou eles ou o cônjuge, confrontados com a «redução drástica» do rendimento, estão apreensivos face ao que o futuro lhes reserva, tanto mais que se encontram numa fase particularmente cheia da vida familiar por terem filhos a cargo:

Trabalho em hotelaria, um setor muito afetado de momento, pelo que não sei se o meu emprego está seguro [F, 24, a fazer trabalho pago].

O meu trabalho, através de meios digitais, pode todo, com mais ou menos adaptações, ser feito remotamente. O mais difícil foi ver que a minha esposa, formadora e facilitadora a recibos verdes para várias escolas, ficou de um momento para o outro sem trabalho [M, 44, a fazer trabalho pago].

O facto de estar em casa de quarentena realmente libertou bastante tempo para conviver com a família, mas, como é muito diferente de férias, não estamos a receber nenhum rendimento neste mês e estamos preocupados em pagar a renda [F, 20, a estudar].

A minha dificuldade é reforçada porque tenho uma empresa com funcionários que atualmente se encontra parada [M, 28, a fazer trabalho pago].

Na verdade, no perfil estão reunidos os ingredientes para que as restrições decorrentes da pandemia tenham impacto na saúde mental e bem-estar psicológico dos inquiridos que o compõem. Refere-se, mais do que noutros perfis, uma série de sintomas: *stress*, receios de infeção pelo vírus, dificuldade de concentração, cansaço físico e mental, solidão potenciada pelo confinamento, apreensão face à manutenção do emprego ou do próprio negócio:

Deterioração da pouca saúde mental que tinha [F, 31, a estudar].

Saúde mental [F, 40, a fazer trabalho pago].

Stress inerente a saídas indispensáveis [F, 43, a fazer trabalho pago].

Constante medo de ter que ir às compras e pensar «será que estou segura?» [F, 21, a estudar].

Encontrar um equilíbrio estável e saudável em circunstâncias adversas não é fácil e requer uma autodisciplina nem sempre alcançável:

Saúde mental: é difícil manter-nos disciplinados. Pessoalmente, comecei a fumar mais tabaco, erva e a beber mais álcool. Após 13 e 14 dias em casa comecei a sentir que estava a atingir alguns limites. Decidi alterar a minha rotina e já não fumo nem bebo e estou a fazer *yoga* todos os dias. Vamos ver quanto tempo consigo manter-me assim [F, 35, a fazer trabalho pago].

Os inquiridos deste perfil, tal como os demais, lamentam também a falta de contactos diretos (família, amigos), mas a resiliência face a esta ausência é alimentada pelo recurso às novas tecnologias.

Principais preocupações em relação ao futuro

Uma das outras perguntas abertas do questionário visava obter descrições dos inquiridos acerca das principais preocupações que

tenham no momento em relação ao futuro. Para a análise destas descrições é necessário ter presente não só o contexto em que foram produzidas, uma vez que estão em parte relacionadas com os discursos sobre a pandemia que circulavam na sociedade, como também as circunstâncias ou condições sociais dos diversos perfis de inquiridos. Assim, começa-se por analisar o conjunto das respostas com vista a identificar os principais enquadramentos ou padrões de interpretação usados pelos inquiridos para expressar as suas preocupações e analisa-se, num segundo momento, de que modo estas preocupações se associam a diferentes condições de vida.

No que diz respeito ao contexto, deve recordar-se que no período em que decorreu o inquérito (final de março de 2020) houve uma fortíssima dramatização pública da pandemia, com a primeira declaração de um estado de emergência, que impôs o confinamento compulsivo da maioria da população em casa e notícias diárias, vindas de países tão próximos como a Espanha e a Itália, de hospitais a atingirem os limites da sua capacidade de atendimento de pacientes com COVID-19, de morgues sobrelotadas. Na fase inicial da epidemia sabia-se muito pouco sobre o novo coronavírus, mas eram visíveis os seus enormes impactos em muitas esferas da vida, além da saúde, nomeadamente no trabalho e nos rendimentos, devido às restrições à atividade. O prenúncio de uma crise económica de duração e gravidade imprevisíveis e as incertezas quanto à evolução da pandemia abriam novos campos de possibilidades para o futuro, gerando ansiedade pública e medo.

Este cenário de fundo reflete-se nas preocupações descritas pelos inquiridos, os quais, em alguns casos, transmitem grande angústia não só em relação ao futuro, como também ao momento presente (à época). Entre a larga maioria das respostas obtidas predomina um enquadramento que consiste na expressão de vulnerabilidade não só em relação à pandemia, como também aos seus impactos na sociedade, sobretudo económicos. As respostas seguintes ilustram este padrão de interpretação, em que se nota a perceção de que se está sujeito a algo externo, fora de controlo e que pode atingi-los pessoalmente, os seus entes queridos e o conjunto da sociedade (ou até a humanidade) com gravidade:

Preocupa-me que deixe de haver futuro [F, 57, a fazer trabalho pago].

O colapso da economia e, possivelmente, do estado social. A capacidade futura de organização das sociedades ditas ocidentais para enfrentar novas pandemias (as bactérias resistentes já estão aí...) [F, 42, a fazer trabalho pago].

Adoecer, com COVID ou outras, eu ou outros membros da família e amigos. Ficar deprimida pelo isolamento. Não ver fim à vista a isto [F, 85, na reforma].

Alguns autores defendem que a percepção de vulnerabilidade não é algo completamente negativo, pois, até certo ponto, permite abertura a processos de aprendizagem e adaptação e, quando acompanhada de estratégias para lhe fazer face, pode tornar uma sociedade mais flexível e resiliente (Bijker, Hommels e Mesman 2014). Não obstante, ameaças ou eventos adversos não produzem diretamente medo ou percepção de vulnerabilidade, uma vez que são mediados por processos e normas socioculturais específicos de cada sociedade, os quais fornecem orientações aos indivíduos sobre como responder a essas experiências. Assim, o modo como uma sociedade dá sentido aos acontecimentos adversos contribui para o seu impacto social (Furedi 2007). Acontece que as sociedades contemporâneas, sendo fortemente dependentes de tecnologias complexas, estão sujeitas a riscos crescentemente difíceis de calcular e prever, os quais, para além disso, podem ter efeitos de longo alcance devido ao elevado grau de globalização, pelo que na atualidade o risco tende a ser enquadrado de forma negativa e defensiva (Beck 1992). Assim, os indivíduos são frequentemente considerados vulneráveis, suscetíveis a danos e potenciais vítimas de acontecimentos adversos e de riscos variados, o que reduz o seu sentido de capacidade de ação (Furedi 2004).

Um enquadramento interpretativo alternativo ao da vulnerabilidade é o da resiliência, que se centra antes na capacidade de resposta, na aprendizagem e na adaptação a ameaças ou danos. Nesta perspetiva, há que aprender a lidar com a incerteza e com a mudança, já que os eventos adversos têm o potencial de criar oportunidades de desenvolvimento, inovação e reorganização (Folke 2006).

Nas respostas obtidas, o enquadramento interpretativo da resiliência também está presente, mas encontra-se com muito menor frequência, correspondendo assim a um padrão minoritário. As respostas seguintes ilustram-no, revelando pró-atividade nos indivíduos:

Primeira preocupação é cumprir com orientações dadas, por forma a evitar ser infetado. Segunda preocupação é manter o nível de satisfação dos clientes e assegurar o cumprimento da legislação legal e fiscal dos clientes [M, 66, reformado, mas a fazer trabalho pago].

Arranjar um emprego para compensar a minha perda [de trabalho, como professora de natação, dado que a piscina foi encerrada]; ser capaz de gerir o acesso ao ensino superior da minha filha mais velha [F, 45, a fazer trabalho pago]

Mas, por vezes também, algum idealismo, ao considerar a crise global provocada pela pandemia como uma oportunidade para transformar a realidade existente, corrigindo desequilíbrios e injustiças:

Mudar o paradigma neoliberal, sectores estratégicos públicos, distribuição de riqueza justa, trabalho digno, economia para as pessoas [M, 60, a fazer trabalho pago].

Na amostra está ainda presente outro enquadramento interpretativo. Embora seja uma alternativa ao enquadramento da vulnerabilidade, distingue-se do da resiliência, na medida em que aqui a capacidade de ação individual assenta na crença de que uma força externa ao indivíduo lhe dará proteção. Trata-se de um enquadramento interpretativo baseado na religiosidade, pelo que estes indivíduos, em vez de mostrarem autoconfiança na sua capacidade de ação, buscam apoio numa crença religiosa para enfrentar a adversidade. Embora tal padrão de interpretação surja apenas de forma residual na amostra, tal poderá dever-se ao facto de esta estar enviesada, no sentido de incluir sobretudo segmentos urbanos e mais escolarizados da população. Poderá, por isso, supor-se que seja partilhado por um número significativo de portugueses de outros meios geográficos, menos escolarizados e com práticas de religiosidade. Como ilustração deste padrão interpretativo, eis a seguinte resposta dada por uma inquirida:

As coisas podem piorar, mas tenho apoio em Deus; logo não estou muito preocupada! [F, 62, a fazer trabalho pago]

Em suma, nas descrições dos inquiridos sobre as suas preocupações prevaleceu um enquadramento interpretativo de vulnerabi-

lidade em que aqueles tendem a sentir-se mais como vítimas do que como sujeitos com capacidade de desenvolver estratégias para lidar com as mudanças desencadeadas pela pandemia. Sugere-se que este enquadramento interpretativo dominante esteja associado à ideia de que as sociedades contemporâneas estão expostas a riscos e ameaças irreversíveis (cf. Beck 1992), ativada neste contexto social de forte dramatização pública da pandemia e de amplificação do sentimento de medo através do espaço público. Mas como foi este contexto experienciado pelos inquiridos dos diferentes perfis? A análise realizada mostra que, apesar de, em geral, partilharem um sentimento de vulnerabilidade, as diferentes condições de vida e cada perfil introduziram nuances interessantes nas respostas.

Confortáveis-descontraídos

Tal como dito acima, nenhum dos inquiridos deste perfil declarou não estar a ser fácil lidar com o confinamento e quase nenhum tinha tido os seus rendimentos afetados pela pandemia. Além disso, mais inquiridos esperavam que as restrições teriam uma duração curta – todos acreditavam que se estenderiam, no máximo, até ao verão de 2020. Compreende-se, assim, que este seja o perfil em que menos pessoas responderam à pergunta sobre as suas preocupações em relação ao futuro – como expressou um deles, possivelmente, alguns entenderam que não tinham nada de relevante a declarar:

Não tenho preocupações dignas de nota [M, 77, na reforma].

As preocupações referidas apresentam, na maior parte dos casos, um caráter abstrato. A perceção de vulnerabilidade é indireta e difusa, pois os inquiridos seriam afetados na medida em que a sociedade, no seu conjunto, fosse afetada. São preocupações que tendem a decorrer essencialmente da perceção de disrupção da normalidade causada pela pandemia e cujos efeitos são, por vezes, projetados no futuro, sobretudo na medida em que se antevê que esta crise pandémica venha a traduzir-se numa crise económica mais vasta; centram-se assim em torno das consequências económicas e baseiam-se na antevisão de que os seus efeitos atingirão toda a sociedade. Algumas respostas evidenciam também o receio de que a crise possa desen-

cadear outros efeitos indesejáveis, seja a nível das relações interpessoais, seja a nível internacional:

A curto prazo, o impacto em termos de saúde pública quando nos aproximarmos, cada vez mais, do limite de capacidade do SNS. A médio prazo, o impacto económico [M, 24, a fazer trabalho pago].

Incerteza económica. Receio que as alterações climáticas deixem de ser uma preocupação. Receio do fim da UE [M, 33, a fazer trabalho pago].

Ficarmos menos solidários e sem paciência e a civilidade perde-se com os medos que atormentam as pessoas [F, 57, a fazer trabalho pago].

Como seria de esperar, há também inquiridos que expressam preocupação em relação a situações que os afetam pessoalmente, como é o caso de estudantes (ou dos seus pais) que temem ver os estudos prejudicados, desempregados à procura de emprego, trabalhadores no ativo que receiam perder o seu trabalho ou ver reduzidos os seus rendimentos ou ainda indivíduos com medo de serem infetados ou verem os seus familiares adoecer devido ao novo coronavírus:

As minhas preocupações são não conseguir acabar o curso, não conseguir passar nos exames ou até mesmo não os conseguir fazer e não entrar para a universidade [F, 18, a estudar].

Poder vir a ser contagiado ou alguém do meu agregado familiar [M, 71, aposentado].

Trabalho/rendimentos não suficientes, uma vez que o meu trabalho é arquitetura e o mercado irá ficar afetado [F, 35, a fazer trabalho pago].

Confortáveis-constrangidos

No perfil em que os inquiridos mostraram estar em situações financeira e materialmente mais confortáveis, as respostas transmitem mais frequentemente sentimentos de vulnerabilidade abstrata, isto é, não tanto centrada em preocupações concretas, específicas da

vida do inquirido ou dos que lhe são mais próximos mas, sobretudo, projetadas na sociedade de um modo geral, ou em grupos mais desfavorecidos ou até na humanidade. São preocupações que decorrem de visões abrangentes do mundo, provavelmente alimentadas pela confiança que depositam na imprensa escrita, e estendem-se quer a dimensões psicológicas e relacionais da vida, quer às esferas económicas e políticas do mundo. Neste tipo de preocupações, que parecem decorrer do modo como as eventuais ameaças são imaginadas, interpretadas e articuladas nos contextos sociais e culturais em que se movem os inquiridos, vislumbra-se sobretudo a ideia de fragilidade das sociedades ocidentais contemporâneas:

Preocupa-me a situação social e económica terrível que o país vai, certamente, atravessar. Pelo que tenho lido, será pior do que a crise de 2008. Preocupa-me que o SNS fique em piores condições do que estava no final dos anos de austeridade. Preocupa-me que as desigualdades sociais se acentuem mais do que já acontecia. Preocupa-me que os movimentos de extrema-direita subam nas intenções de voto e cavalguem uma possível futura onda de descontentamentos vários da população. Crise económica e social com fascistas loucos a governarem-nos é um cenário aterrador (a nível nacional mas, pelo que se vê, europeu, e mundial até) [F, 48, a fazer trabalho pago].

Preocupa-me sobretudo: mudanças nas relações interpessoais ou inter-relação social (saudação, toque, proximidade, conversa entre estranhos, desconfiança); mudanças no modelo de trabalho (deslumbramento e abuso do teletrabalho); condicionalismos na mobilidade internacional (vistos de saúde para entrar em países, fronteiras fortes, aumento de preços, falta de ofertas, xenofobia, etc.); domínio económico e político da China e da Rússia sobre a Europa e eventual declínio da União Europeia e dos valores europeus (direitos humanos); educação das crianças perante o risco, a diferença, a saúde, as relações interpessoais [M, 46, a fazer trabalho pago].

A crise económica e social, que se afigura muito grave e de contornos diferentes das anteriores. O facto de não conseguirmos prever o fim desta situação e a forçada paragem da atividade económica torna o futuro próximo imprevisível e muito assustador [F, 57, a fazer trabalho pago].

Frequentemente, a preocupação com os entes queridos é igualmente expressa de modo abstrato – relativamente à sua saúde ou ao seu futuro, em termos gerais – devido às ameaças percebidas na atualidade mas, também, ao elevado nível de incerteza quanto ao que poderá vir a acontecer:

A evolução da economia e do emprego. O futuro dos filhos [F, 69, na reforma].

O amanhã dos meus filhos e netos, os mais pobres e frágeis, a sobrevivência da democracia, as consequências das *fake news* e... o desconhecido e imprevisível... [F, 80, na reforma].

Duas das preocupações mais comuns, as relativas às esferas da saúde e da economia, são muitas vezes expressas pelos inquiridos do perfil de modo muito sintético, sem esclarecer se se referem à esfera pessoal ou, genericamente, ao conjunto da sociedade, mas aparentemente englobando ambas:

Impacto forte na economia, redução dos postos de trabalho, saúde [M, 21, a estudar].

Economia e emprego [M, 42, a fazer trabalho pago].

Apesar do elevado grau de abstração presente nas respostas anteriores, alguns deles expressaram antes preocupações muito concretas: o risco de familiares e pessoas próximas adoecerem, as implicações negativas do confinamento nas atividades económicas. Surgiram ainda preocupações relativas ao modo como o confinamento (especialmente quando na condição de teletrabalho) afetou as suas vidas de múltiplas formas em simultâneo:

Saúde dos mais próximos, em particular os mais idosos. Emprego e rendimento familiar. Impacto económico a nível nacional e internacional [M, 40, a fazer trabalho pago].

O cansaço. Todos queremos a nossa vida de volta. A minha filha está em casa com pais pouco disponíveis, estamos esgotados ao tentar assegurar tudo, temos as nossas profissões, que já eram exigentes, mas

passámos também a ser empregadas domésticas e educadores de infância [F, 36, a fazer trabalho pago].

Este é um dos perfis em que mais inquiridos têm a expectativa de que as restrições relativas à pandemia vão durar mais tempo, o que se reflete nas suas preocupações em relação ao futuro:

A duração da crise de saúde pública, a crise económica e as respostas de política da UE [M, 42, a fazer trabalho pago].

Que, ao não haver uma ação global concertada, a situação vá sendo tratada desfasadamente por cada país, criando um cenário de «vai e vem» do contágio. Ou seja, um país fecha e atinge um nível mínimo de contágio quando outro atinge um pico elevado, criando um efeito de ricochete. Nesta situação, irá demorar anos a ultrapassar [M, 44, a fazer trabalho pago].

Aprensivos-constrangidos

As preocupações expressas pelos inquiridos deste perfil, embora sejam, tal como nos dois anteriores, predominantemente abstratas, assumem por vezes um nível mais elevado de alarme. Enquanto no perfil dos confortáveis-descontraídos alguns inquiridos declararam não ter grandes preocupações, aqui, pelo contrário, alguns mostraram-se profundamente preocupados:

Preocupa-me tudo [F, 70, na reforma].

Tudo. Alterações climáticas, possível crise económica, líderes incapazes, etc. [M, 37, a fazer trabalho pago].

O que me preocupa é poder ser infetada e a minha família; a imprevisibilidade da duração da pandemia pela falta de medicação e vacinação; o futuro económico em Portugal devido à paragem da economia a nível mundial; o futuro próximo e futuro das crianças [F, 70, a cuidar dos netos].

Economia e estabilidade financeira do país, com o agravamento do endividamento das empresas e das famílias, despedimentos, dificuldade

de acesso aos apoios concedidos pelo Estado, incapacidade do Estado para dar resposta; falta de sanidade mental, porque as pessoas não estão mais habituadas ao contacto constante umas com as outras; descontinuidade na educação dos mais novos ou continuidade deficiente; falta de mobilidade e sedentarismo, que pode afetar o físico; crianças fechadas e devidas consequências [F, 23, estudante e estagiária não remunerada].

Um dos traços que caracterizam este perfil consiste no elevado nível de incerteza com que se encarava quer a duração das restrições impostas devido à pandemia, quer a sua capacidade de suportar estas restrições, sobretudo tendo em conta que ninguém acreditava que elas pudessem durar apenas até ao verão de 2020. Para alguns, a incapacidade de antever o que poderia vir a acontecer era fonte de preocupação ou mesmo de angústia, em especial na medida em que partiam do princípio de que a pandemia viria a transformar a realidade de forma talvez permanente ou, pelo menos, durante bastante tempo:

A incerteza [F, 44, a fazer trabalho pago].

Como será a nossa sociedade, as nossas relações, a nossa economia [F, 36, a fazer trabalho pago].

O tempo que irá demorar até se voltar a ter uma vida normal. Será prejudicial para todos se demorar muito tempo [M, 48, a fazer trabalho pago].

Tratando-se de um perfil em que nenhum dos inquiridos declarou ter rendimentos suficientes para viver confortavelmente, compreende-se que houvesse mais inquietação em relação aos impactos económicos da pandemia. Mas a possibilidade de o próprio ou de pessoas próximas serem infetados e ficarem doentes surge também, com frequência, entre as preocupações manifestadas:

O mais preocupante neste momento é, sem dúvida, a nossa economia. Pessoas que vão ficar sem emprego e muitos negócios falidos [F, 68, na reforma].

A saúde dos meus familiares e amigos, emprego e rendimentos, que podem vir a ser curtos para enfrentar as consequências desta crise [M, 48, a fazer trabalho pago].

Preocupa-me, sendo idosa, de adoecer e não ter quem me dê apoio médico ou outro qualquer. Preocupo-me com o meu cão, quem cuidará dele. Preocupo-me com o facto de a minha única filha estar a viver no Porto e eu no distrito de Lisboa. Preocupa-me a saúde da minha irmã com 84 anos de idade [F, 72, na reforma].

Vulneráveis-constrangidos

Sendo neste perfil que um maior número de inquiridos declarou estar a ser-lhe difícil lidar com as restrições impostas pelo combate à pandemia e também que era difícil viver com o seu nível de rendimentos, rendimentos esses que, aliás, para muitos já tinham sido afetados, seria de esperar que as preocupações expressas em relação ao futuro fossem menos abstratas e mais baseadas nas suas circunstâncias de vida. Efetivamente, um maior número de respostas refere aspetos concretos da realidade familiar e profissional como estando no centro das preocupações. Há menor receio face a hipotéticos cenários futuros sobre a política internacional, por exemplo, do que com a sua realidade quotidiana:

Não estou a pensar no futuro. Minha preocupação é no hoje [F, 49, a estudar e com trabalho].

Neste momento é sairmos intactos, não penso no futuro [F, 57, a fazer trabalho pago].

De entre os aspetos que mais os afligem, destaca-se a possibilidade de perda de rendimentos:

Dificuldade em arranjar emprego, créditos a acumularem-se [M, 30, desempregado, à procura de emprego].

Receio que o poder económico desça e não consiga manter os projetos defendidos e compromissos financeiros ou tenha que fechar portas [F, 48, a fazer trabalho pago].

O facto de que a namorada estava a iniciar um trabalho (em fase de treinamento) e o mesmo foi interrompido, o que nos leva a ter de «apertar os gastos» para não gastar tanto porque sou apenas eu a fornecer os rendimentos à casa [M, 42, a fazer trabalho pago].

No perfil encontram-se também respostas que expressam um significativo grau de ansiedade relativamente à possibilidade de ser infetado ou de que alguém de entre as suas pessoas mais queridas o seja, uma vez que o risco de morte e formas de incapacidade decorrentes da doença são entendidos como sérias possibilidades:

Sobreviver [F, 58, a fazer trabalho pago].

O facto de ter que me expor ao perigo, e o meu marido também, e não poder resguardar-me em casa [F, 48, a fazer trabalho pago].

Ficar doente e dependente de outros. Falência financeira, encerramento da atividade [M, 72, a fazer trabalho pago].

Os efeitos das restrições à mobilidade da população – sobretudo se prolongados no tempo devido à dificuldade em combater a pandemia – sobre a saúde mental são também referidos por vários inquiridos:

Depressão [M, 34, a fazer trabalho pago].

Preocupam-me, por ordem: os idosos, os funcionários de saúde, a duração das restrições, os grupos mais vulneráveis e a sua saúde física e mental e a sustentabilidade financeira, a economia portuguesa [F, 35, a fazer trabalho pago].

Mas os inquiridos do perfil não se mostram apenas preocupados com o seu quotidiano. Tal como nos outros, expressam por vezes também preocupações relativamente às consequências mais vastas que o novo coronavírus pode ter no mundo, assentes em interpretações muito críticas sobre o atual funcionamento da sociedade:

Que as pessoas por quem tenho carinho saiam todas bem desta crise em termos de saúde, inclusive eu... A longo prazo preocupa-me a falta

de memória coletiva. Com isto provamos que o país precisa de mais recursos internos, menos futebol e menos igreja. Preocupa-me que voltemos ao mesmo «não querer saber». Também me preocupa o cenário político e os jogos de poder a nível mundial que sairão daqui... [F, 31, a estudar].

Notas conclusivas

Olhar em profundidade para os quatro perfis, as práticas de confinamento que tipicamente os caracterizam, bem como as suas expectativas perante o futuro, permitiu trazer ao de cima uma realidade muito desigual – apesar de, a montante, o enviesamento da amostra de que se partiu limitasse já a amplitude do recrutamento de inquiridos.

A desigualdade associa-se, desde logo, às condições materiais que enquadram os bastidores das vidas individuais. Rendimentos seguros e mais elevados, empregos estáveis, habitações e ambientes domésticos confortáveis, infraestrutura tecnológica e acesso à internet de qualidade traduzem-se numa maior facilidade de adaptação ao confinamento decretado. Ao mesmo tempo, os níveis mais elevados de escolaridade possibilitam mais distanciamento crítico face à «espuma dos dias», permitindo montar estratégias de resiliência mais vigorosas. É interessante notar que a segurança ontológica proporcionada por recursos materiais privilegiados se sobrepõe, por vezes, a condições circunstanciais que, sem essa almofada, se revelariam dramáticas. Encontrámos, entre os confortáveis-descontraídos, indivíduos desempregados ou empresários que tiveram de fechar o seu negócio e que não parecem encarar a situação como irremediável.

Ao contrário, no que, aliás, acontece com a maioria dos entrevistados, os mais vulneráveis – do ponto de vista financeiro ou da sua posição, exclusão ou precariedade no mercado de emprego, residindo em habitações de qualidade «insatisfatória» e menos apetrechadas em equipamentos tecnológicos – revelam já, nesta fase inicial do primeiro estado de emergência, dificuldades, muitas dificuldades em lidar com a imposição do confinamento obrigatório. Encontram-se em situação crítica, vivendo ameaças diretas e brutais à sua sobrevivência e bem-estar. A crise, grave e fora do seu controlo, coloca-os no papel de vítimas diante de adversidades catastróficas.

Curiosamente, as preocupações perante o futuro são de natureza diferente nuns e noutros. Os primeiros enunciam-nas através de um argumentário mais geral e menos focado no dia a dia (por exemplo, os impactos da COVID-19 na sociedade, nas relações sociais, no sistema político, no planeta). Os segundos dirigem-nas para o seu quotidiano específico e concreto (por exemplo, saúde física e mental, falência financeira, perda de trabalho, impossibilidade de prosseguir estudos).

A etapa do ciclo de vida familiar em que os inquiridos se inscrevem constitui também um fator organizador de diversidade. Notámos como, entre os vulneráveis-muito constrangidos, sobressai a franja dos jovens adultos ativos, com filhos a cargo, os quais enfrentam, em habitações por vezes exíguas e inadequadas, solicitações exigentes do trabalho profissional (muitos, aliás, de sectores como o turismo ou a cultura, já desempregados), do cuidado dos filhos (em particular o apoio à escola em casa) ou da geração a montante (pais, avós) e das tarefas domésticas. Por outro lado, entre os confortáveis mas constrangidos surge uma franja de mais velhos, sós, reformados, preocupados com a sua saúde e necessitando de ajuda de outros para a realização de atividades básicas, como compras. Tendo trabalhado em sectores tradicionais da economia, sentem-se menos familiarizados com as novas tecnologias digitais, o que se traduz num obstáculo significativo em termos de acesso virtual (e social) ao exterior da casa.

Maria Manuel Vieira
Ana Sofia Ribeiro
Ana Nunes de Almeida

Capítulo 3

Vidas suspensas? Os jovens em confinamento pandémico

Introdução

No início de março de 2020, as insistentes notícias veiculadas na comunicação social sobre os efeitos da pandemia em países europeus duramente atingidos, como a Itália, induziram em muitos portugueses o medo do contágio em espaços públicos. Algumas famílias apressaram-se a retirar os filhos da escola, as que puderam recorrer ao teletrabalho e o resguardo em casa começou subitamente a tomar forma. Perante os primeiros casos de COVID-19 registados em Portugal, seguindo os conselhos das autoridades sanitárias nacionais e europeias, o primeiro-ministro fez, a 13 de março de 2020, uma declaração ao país, uma semana antes da instauração do estado de emergência, anunciando medidas que deveriam ser aplicadas de imediato, entre as quais o fecho de todos os estabelecimentos de ensino, locais de diversão noturna e restrições de acesso aos espaços que apresentam aglomeração de população, como centros comerciais, restaurantes, equipamentos culturais e ginásios. Na prática, para muitos portugueses o resguardo profilático domiciliário iniciou-se nessa data, apesar de só no dia 20 de março as suas regras serem sujeitas a vigilância mais apertada, legitimada com a declaração do estado de emergência (Decreto n.º 2-A/2020).

Ainda que com níveis diferenciados, este implicou um conjunto de restrições à mobilidade e à livre circulação de pessoas. Se aos doentes infetados com coronavírus se aplicou a «imposição de confinamento obrigatório», aos indivíduos maiores de 70 anos e portadores de doença crónica solicitou-se o «dever especial de proteção». Aos restantes cidadãos, o governo apelou ao «dever geral de recolhimento domiciliário», definindo um conjunto de situações que justificavam a saída do local de residência.

É importante sublinhar que no momento do lançamento do inquérito ICS-Iscte *COVID-19 – O Impacto Social da Pandemia* (25-29 de março de 2020) – alguns dos respondentes se encontravam em recolhimento domiciliário há pouco tempo. O carácter ainda inicial e totalmente inédito da experiência encorajou a adesão significativa ao inquérito, estimulada pelo desejo de contar na primeira pessoa a sua epopeia de adaptação ao desconhecido.

Os jovens, em particular, surpreendidos por este conjunto de restrições profiláticas em pleno período de transição para a vida adulta, são um grupo populacional com especificidades, no qual importa conhecer os impactos da pandemia. Um presente habitualmente vivido de forma intensa, alimentado por uma crescente liberdade de movimentos pautada por ritos de passagem¹ (Gennepp 1909), em grupo, à (e na) condição juvenil (a saída à noite, a viagem de finalistas, a praxe académica, a celebração de «queima das fitas», o «junta-te à tribo» dos festivais de verão, a saída de casa dos pais/local de residência e autonomização residencial...), é subitamente interrompido e os seus protagonistas veem-se enclausurados entre as quatro paredes da residência familiar, sob o olhar permanente dos adultos tutelares. Por outro lado, esta situação não deixa de levantar apreensão entre a população juvenil face ao futuro, jogado decisivamente neste seu período da vida.

Descortinar o alcance destes impactos junto dos jovens inquiridos é o objetivo deste capítulo. Para tanto, foram selecionadas questões do inquérito mais diretamente relacionadas com dimensões críticas das restrições nas biografias juvenis. O presente foi analisado através das respostas às perguntas que solicitavam uma descrição do

¹ Na definição de Van Gennepp, ritos de passagem referem-se a «todas as sequências cerimoniais que acompanham a passagem de uma situação a uma outra e de um mundo (cósmico ou social) a um outro» (1909,13).

dia a dia (Q25), do modo como comunicavam com os outros (Q29), mas também» sobre as saídas de casa em tempos de pandemia (Q16), a forma como estavam a lidar com as restrições, selecionando o que lhes custava mais e menos nessa nova situação (Q5). Por sua vez, o futuro era entrevisto a partir das preocupações principais que levantava, e que era dito na primeira pessoa, tendo em conta o contexto pandémico verificado à escala global (Q37).

À exceção da pergunta sobre as saídas, semiaberta, as demais selecionadas tinham um formato aberto, o que confere um maior grau de liberdade e de subjetividade na resposta e proporciona um maior aprofundamento analítico.

O capítulo inicia-se por uma breve caracterização sociodemográfica deste grupo de jovens inquiridos. Prossegue com uma incursão a diferentes facetas do presente confinado e termina com as perceções dos impactos que este momento de suspensão do mundo pode trazer no futuro. Uma breve conclusão sublinha os traços mais marcantes desta experiência, entrevista a partir do olhar dos jovens.

Caracterização da amostra

Neste capítulo trabalhamos com uma franja particular dentro do total da amostra de inquiridos: os 1125 jovens com idades entre os 16 e os 24 anos. Que características os destacam face ao total da amostra?

Em primeiro lugar, uma notável sobrerrepresentação de raparigas e uma sub-representação de rapazes (70,1% *vs.* 56,1% e 29,2% *vs.* 42,7%, respetivamente). O desequilíbrio entre os dois sexos é aqui muito vincado – e não surpreenderá, por isso, que a esmagadora maioria dos testemunhos apresentados neste capítulo seja escrita no feminino. Nota-se ainda um peso esmagador dos solteiros (97% *vs.* 28,3% na amostra) e dos que vivem com a família de origem no contexto da pandemia. Quanto à escolaridade, destacam-se os que estão a frequentar o ensino superior (16,1% *vs.* 8,1%) ou o ensino secundário (41,2% *vs.* 13,4%); uma parcela de 40% já detém um grau de ensino superior (*vs.* 75,5% na amostra). Apenas uma estreita franja se encontra a fazer trabalho pago (15,8% *vs.* 66,1%), o que significa que estes jovens confinados em casa são quase todos estudantes – o ensino à distância está aqui sobrerrepresentado (72% *vs.* 8,7%). Os

jovens em teletrabalho (9,9% dos jovens inquiridos) afirmam dispor de condições adequadas, nomeadamente «familiares», para o desempenhar (77,5% *vs.* 68,9%).

Relativamente à pandemia e ao estado de emergência, em particular, os jovens revelam-se mais severos e fundamentalistas do que os restantes inquiridos. Estão sobrerrepresentados entre aqueles que entendem que o estado de emergência «era necessário, e ainda são necessárias mais restrições» (55,9% *vs.* 46,2%). E mesmo entre aqueles que consideram que os portugueses não estão a levar os riscos do coronavírus «demasiado a sério» (57,7% *vs.* 42,0%). Acrescente-se que, dos vários grupos etários considerados, logo atrás dos adultos entre os 35 e os 44 anos (previsivelmente, em teletrabalho e com filhos em idade escolar em casa), os jovens são aqueles que mais sobressaem entre os que consideram que «tem sido relativamente ou muito difícil lidar com as restrições» (35% *vs.* 31,7%).

Quanto às saídas de casa, para além das essenciais, não se destacam dos restantes inquiridos no que toca ao sair à rua para fazer exercício, mas estão sobrerrepresentados entre os que mais têm animais de companhia (53,5% *vs.* 43,1%) e mais saem para os passear (15,8% *vs.* 11,5%). Em contrapartida, destacam-se entre os que nunca saem de casa por razões essenciais (53,5% *vs.* 43,1%), o que significa que a sua participação na aquisição de bens alimentares ou outros para a manutenção da família é baixa.

Em termos familiares, estes jovens sobressaem entre os inquiridos que residem em agregados domésticos monoparentais ou recompostos (16,2% *vs.* 9,8%, 3,3% *vs.* 1,2%, respetivamente), com os pais e irmãos (52,3% *vs.* 38,5%), com várias pessoas (3,3% *vs.* 1,2%) ou em agregados complexos (11,3% *vs.* 8,9%). Um dado importante refere-se ao facto de os jovens estarem sobrerrepresentados entre aqueles que dizem que mudaram de agregado doméstico com a pandemia: 18,7 % (*vs.* 9,7% no total da amostra) não vivem no confinamento com as mesmas pessoas com quem viviam antes da imposição do estado de emergência. Para alguns, provavelmente, essa mudança significou deixar agregados de várias pessoas (por exemplo, viver com amigos e colegas) e voltar para casa dos pais (cf. capítulo 5), com o que isso implica de perda de autonomia (residencial e de espaço de vida).

Entre os inquiridos, esta franja jovem destaca-se, finalmente, no que respeita a níveis de confiança baixos face à gestão da pande-

mia por todos os órgãos de poder – primeiro-ministro, ministra da Saúde, Direção-Geral da Saúde, presidente da República, Assembleia da República, órgãos de poder locais, forças de segurança ou pessoal do Serviço Nacional de Saúde. Estão efetivamente sobrerrepresentados entre aqueles que referem sentir-se «pouco confiantes», «nada confiantes» ou «não sabem dizer», o que, aliás, é uma ilustração de uma tendência mais geral de afastamento da população juvenil face às instituições (Lobo e Sanches 2017).

Dia a dia em confinamento: práticas e perceções

O foco discursivo

Num corte inédito e súbito com a rotina, o confinamento impôs um regresso a casa a tempo inteiro. De um dia para o outro, famílias e indivíduos – habitualmente dispersos nas suas atividades por espaços de trabalho ou de estudo distintos – viram-se retidos entre as paredes de uma mesma casa. O espaço físico privado passa a ser o lugar de vida de todos, em simultâneo, enquanto o espaço público é apenas esporadicamente utilizado (para atividades consideradas «essenciais»). Este movimento repentino de clausura doméstica, neste inquérito apenas captado no seu início, coloca as famílias, os indivíduos e, em particular, os jovens perante desafios notáveis. Como viver na casa de todos ao mesmo tempo, ao longo de 24 horas, e nela desenvolver atividades individuais diferentes – estudar, teletrabalhar, executar tarefas domésticas, conviver, descansar?

No inquérito perguntou-se: «Quer falar-nos um pouco mais sobre o dia a dia em casa/em família/na sua rua ou bairro, descrevendo um dia típico? Se achar que não tem dias típicos, pode, por exemplo, descrever o dia de ontem...» Responderam 674 inquiridos jovens, 495 do sexo feminino e 179 do sexo masculino. A possibilidade que era dada aos inquiridos de descreverem o seu dia a dia trouxe resultados muito interessantes para responder àquela questão. Convém lembrar que estamos a lidar com uma franja particularmente favorecida da população portuguesa, pelo que o olhar em profundidade, que agora apresentamos, reflete certas experiências privilegiadas de confinamento, retratadas em narrativas qualitativas. Nota-se também que há um destaque claro de raparigas nestas respostas, o que traduz a sua

sobrerrepresentação muito significativa no grupo dos 16-24 anos. Tendo em conta tais limitações, partimos dos testemunhos escritos e abordámos a análise concentrando-nos no *foco* a partir do qual a narrativa é construída, ou seja, no seu centro de gravidade. Quatro tipos de narrativas organizam o testemunho dos respondentes: narrativas familialistas – o «nós» família –, narrativas conjugais – o «nós» casal –, narrativas individualistas – o «eu» indivíduo – e ainda narrativas centradas em não humanos (animais ou objetos).

A esmagadora maioria dos jovens inquiridos constrói a sua narrativa sobre o dia a dia a partir do grupo familiar em que se integra. A imagem que ressalta é a de um coletivo co-residente, um todo, feito de diversas partes que agora partilham um espaço em *full time* e nele desenvolvem as suas diversas atividades. É o nós, pais-filhos, que se destaca. Uns vivem em coordenação com os outros, «fazem as coisas em família», pois, atipicamente, «toda a gente está agora em casa em simultâneo». O peso da realidade familiar no confinamento não surpreende, já que (comparativamente com outros países europeus) os jovens em Portugal adquirem uma autonomia residencial mais tardiamente (Eurofound 2019; Ferreira e Nunes 2010). Mas é de notar o relevo que é dado à descrição da organização do trabalho, seus e dos outros que os rodeiam, pais e irmãos. Os exemplos seguintes ilustram a importância dessa dinâmica de trabalho, bem como das refeições, dos serões em conjunto, como momento de encontro e desfrute da família:

Os meus pais saem para trabalhar por volta das 8 horas, eu e o meu irmão acordamos por volta das 10 horas. Até à hora de almoço vemos um filme, depois preparo o almoço. Almoçamos e começamos a fazer os trabalhos enviados pela escola (o meu irmão está integrado numa turma de ensino especial, pelo que precisa de mais ajuda), que demoram cerca de três-quatro horas. Quando acabamos, lanchamos e eu vou fazer as coisas que tenho da faculdade (relatório de estágio e tese). A minha mãe chega por volta das 18 horas e prepara o jantar, o meu pai chega às 20 horas. Jantamos juntos e vemos um pouco de televisão. Eu acabo por me deitar mais tarde e tento sempre falar com as minhas amigas mais à noite, apesar de falarmos ao longo do dia. Por dia ligo também por videochamada à minha avó, pelo menos, duas vezes para perceber como ela está e o que precisa, visto que também está em isolamento, mas sozinha [F, 23, a estudar].

A minha mãe tem de ir trabalhar, eu e o meu irmão estamos, sem sair de casa, a estudar. O meu pai está em teletrabalho e vai uma vez por semana fazer as compras de supermercado à noite e também sai ocasionalmente para os correios apenas [F, 24, a estudar].

Em casa passamos o dia inteiro a trabalhar: eu permaneço no meu quarto, até porque tenho aulas à distância e preciso de estar num sítio sossegado; a minha mãe e a minha irmã trabalham na cozinha através do computador e o meu pai fica na sala a descansar, pois não traz trabalho para casa. Acordo por volta das 8 horas e 30 minutos/9 horas, de manhã faço coisas relacionadas com a faculdade, depois tenho aulas e depois das aulas fico a ver séries ou filmes [F, 21, a estudar].

Acordamos em horários diferentes; no entanto, fazemos sempre questão de fazer refeições em conjunto (almoço, lanche e jantar). Às 17 horas vamos passear as cadelas, lanchamos e às 21 horas jantamos. Às 22 horas ligamos aos avós para perceber como se encontram. À meia-noite fazemos serão em conjunto e, por fim, vamos deitar-nos [F, 21, a estudar].

O meu pai sai cedo de casa para trabalhar nas obras, enquanto eu e a minha mãe ficamos em casa o dia todo. Eu em regime de teletrabalho e teleaulas, e a minha mãe, que trabalha num supermercado, teve dispensa por fazer parte de um grupo de risco [M, 21, a estudar].

Cada elemento da família trabalha numa divisão diferente (para efeitos de concentração), cumprindo o horário de trabalho que é suposto. De resto, está tudo como dantes [F, 19, a estudar].

A figura da mãe surge frequentemente como a responsável principal pelas tarefas domésticas...

Os meus pais acordam por volta das 8 horas e 30 minutos para alimentar o cão e o gato. A minha mãe faz limpezas e o almoço, o meu pai entretém-se a pintar as paredes interiores da casa. Acordo por volta das 10 para assistir às aulas *online*, almoçamos todos juntos. Faço teletrabalho do estágio e à noite volto a ter aulas. A minha mãe não tem possibilidade de ficar de quarentena, pelo que trabalha de segunda a sexta-feira [F, 24, a estudar].

Os meus pais são os primeiros a levantarem-se. Depois do pequeno-almoço, a minha mãe sai de casa para ir à casa da minha avó alimentar os animais. Enquanto isso, o meu pai vai trabalhar (regime de teletrabalho) e eu preparo-me e vou estudar. Quando a minha mãe chega, já estamos os três a trabalhar (eu e o meu irmão em regime de ensino à distância), e prepara-se ela, com os devidos cuidados depois de ter saído à rua, para trabalhar também em regime de teletrabalho. Faz as refeições necessárias. Trabalhamos todos até anoitecer, hora em que nos dedicamos ao descanso e ouvimos o que se passa no mundo [F, 20, a estudar].

No entanto, há jovens que descrevem um grande esforço de negociação e organização do trabalho doméstico, partilhado, para suportar de uma «forma justa» «os dias extraordinários» que se estão a viver:

Decidimos, na nossa família, definir um quadro de tarefas diárias de forma a distribuir de forma justa, sendo que cada um tem direito a um dia de folga. Um dia habitual seria o meu pai sair de casa cedo para ir ajudar na construção da nossa futura casa, a minha mãe acordar mais tarde e eu começar cedo a ter video aulas; por volta da hora de almoço o meu irmão começa as aulas dele. De resto, a parte da tarde varia de dia para dia [F, 18, a estudar].

Eu tenho aulas toda a manhã, o meu irmão estuda e os meus pais trabalham em teletrabalho, cada um na sua divisão. Almoçamos todos juntos e à tarde eu estudo, faço trabalhos da faculdade ou vejo séries, os meus pais trabalham e o meu irmão joga, lê, vê TV, etc., e depois jantamos todos juntos e vemos um filme ou série juntos ou jogamos um jogo. Dividimos as tarefas de fazer refeições e arrumar a cozinha e guardamos duas tardes por semana para fazermos uma limpeza geral [F, 18, a estudar].

Devido à situação que vivemos, tivemos todos de vir trabalhar para casa; para isso tivemos de montar postos de trabalho extra e criar novas «divisões» da casa como escritórios improvisados. No entanto, tudo se passa com uma relativa calma, que, apesar de tudo, me parece surpreendente para uma família de seis com um animal de companhia. Cada um de nós assumiu o compromisso de trabalhar fazendo o menor ruído possível e tentando, ao máximo, não perturbar de maneira alguma o dia de trabalho do próximo. Mesmo almoçando todos na mesma casa,

tentamos estar o mais possível desfasados na altura de cozinhar para facilitar também essa parte. Para o bem de todos e para não perder os bons velhos hábitos, continuamos a jantar todos juntos, como já fazíamos, tendo assim um momento inteiramente dedicado à família. O mais importante é que, mesmo com o que acontece neste momento e que nos obriga, invariavelmente, a ter outra atitude perante o nosso dia a dia, continuemos a estar saudáveis, quer fisicamente, quer psicologicamente, e para isso tentamos aproximar estes dias extraordinários da normalidade [M, 18, a estudar].

Muito frequentemente, os jovens e os pais partilham jogos e caminhadas em família, ouvem as notícias do dia, veem filmes e séries em conjunto:

Levantar, almoçar com a família, jogar setas com a família, trabalhar na dissertação, jantar, videojogos, dormir [M, 21, a estudar].

Eu costumo acordar, comer, tomar banho e ir estudar. Pelo meio faço pausas para descansar e comer. Depois do jantar costumo jogar às cartas com os meus pais. Depois estudo mais um pouco e em seguida termino o dia a ver dois episódios de uma série [M, 18, a estudar].

Os meus dias têm sido passados a trabalhar no ensino à distância! No fim de semana, as rotinas são fazer alguns jogos com os familiares cá de casa, visto que não podemos sair [F, 18, a estudar].

Os dias têm sido normais, cada um do seu lado a fazer as suas coisas, encontramos-nos todos para jantar e é o normal, às vezes fazemos atividades juntos, como jogar jogos ou ver filmes. Sou o único estudante em casa; portanto, tenho estado mais ocupada que o resto da família com o ensino a distância [F, 18, a estudar].

Novamente o meu pai prepara o jantar, e esse é igual ao almoço, um momento de descontração e discussão sobre o mundo atual. Por vezes dedicamo-nos a jogos de tabuleiro ou de cartas depois de jantar, outras vezes cada um vai para os seus aposentos [F, 20, a estudar].

Acordo às 6 horas e 50 minutos, bebo café com a minha mãe e damos uma caminhada de cerca de 4 km (ida e volta) e passeamos o cão. Volto,

Vidas Confinadas

faço treino de resistência com pesos, visto-me como se fosse um dia normal e assisto às aulas à distância. Segue-se o almoço, que preparo, e depois várias horas de estudo até ao jantar. Depois do jantar leio ou vejo um filme [F, 23, a estudar].

Acordo, tenho algumas reuniões videochamada, almoçamos, lavo a loiça, jogamos jogos entre os três, vemos televisão, limpa-se a casa a fundo, janta-se e veem-se novelas [F, 23, a estudar].

É totalmente incomum estarmos todos juntos em casa em simultâneo; por isso os dias têm sido bem atípicos. Passamos o dia ou a fazer limpeza geral a uma divisão da casa ou a ver um filme e o meu pai inventa sempre um projeto novo todos os dias para se ocupar. Ao final do dia tento fazer mais ou menos 30 minutos de atividade física dentro de casa ou na varanda [F, 22, a trabalhar].

E também há casos em que os jovens relatam «experiências novas» em que a família se lança, tirando partido do confinamento:

Reabilitar uma casa de campo

Estamos a cumprir isolamento na nossa quinta no Alentejo, aproveitando o momento para reabilitar a casa, que sofreu danos por falta de manutenção, e para iniciar uma horta. Deslocamo-nos à vila para aquisição de bens essenciais (normalmente só um ou dois elementos da família fazem esta tarefa). Saímos da propriedade para alguns passeios pelo campo, onde não nos cruzamos com ninguém [F, 24, a estudar].

Experimentar receitas culinárias novas

Experimentar novas receitas, arrumar e limpar a casa, estudar, ver filmes e séries [F, 22, a estudar].

Acordamos cedo, dedicamos bastante tempo a cozinhar e experimentamos receitas novas e mais elaboradas do que o habitual. Cada um faz as suas tarefas (teletrabalho e estudo) e vemos filmes à noite. Como atividades lúdicas, a minha irmã e eu começamos a fazer *crochet*, pintamos e fazemos *FaceTime* com amigos e família [F, 22, a estudar].

Desfrutar dos animais de companhia e relaxar os horários

Funcionamos quase como horário de fim de semana, ou seja, andamos um pouco descuidados com os horários das refeições, dormidas e de levantar, o que acaba por ser um pouco inevitável, porque aproveitamos para estar em família, fazer jogos, ver filmes, etc. Temos também os nossos animais de estimação e, portanto, é uma maneira de lhes fazer companhia durante mais tempo, eles agradecem. Da minha janela, vê-se um constante sossego. É raro ver pessoas nas ruas, o que é um bom sinal [F, 22, a estudar].

Houve ainda famílias que criaram rotinas severas de higienização extrema dos comportamentos, de modo a zelarem pela sua proteção sanitária na pandemia:

Eu, a minha irmã, o meu irmão e a minha mãe permanecemos nos respetivos quartos durante o dia, saindo para ir cada um à sua casa de banho e indo comer individualmente e higienizando sempre as mãos e o espaço onde estamos fora do quarto. O meu pai trabalha fora e volta todas as noites, entrando pelo piso inferior da casa, onde faz a sua higiene, come e dorme, para evitar o contacto connosco, que ficamos em casa. Caso seja necessário sair, quem o faz é a minha mãe, que tem todos os possíveis cuidados de higiene e proteção quando está fora e quando volta a entrar em casa. Correio e compras, basicamente tudo o que venha de fora, fica por algum tempo na garagem a «respirar» ou, se for necessário que seja logo utilizado, é higienizado antes de ser usado [F, 18, a estudar].

Praticamente não há saídas, não saio de casa há mais de quinze dias, nem um pé punha fora da porta de casa. Vivo num apartamento e, portanto, não tenho quintal onde apanhar ar. Hoje consegui dar uma volta no bairro, na parte onde há mato, onde não há praticamente ninguém para apanhar um bocadinho de ar. A única pessoa que sai com mais frequência é o meu pai, que só sai para ir às compras. E quando vai compra mais coisas para não ter que sair de casa tantas vezes. Sai de máscara e luvas, quando chega a casa mete a roupa e os sapatos num saco, guardados, até passarem cinco dias, lava as mãos e mete álcool, desinfeta as chaves, o telemóvel e mesmo as compras, deita as embalagens fora e guarda em sacos e desinfeta o resto [F, 20, a estudar].

Cuidar de outros dependentes na doença ou através da realização das tarefas domésticas para todos (porque se está em férias forçadas, *lay-off*, desemprego, ainda não se tem aulas *online* ou porque se assume essa função cuidadora) constitui também ocupação para alguns jovens inquiridos, especialmente as mulheres. A sobrecarga de trabalho nestes casos pode ser brutal:

Pai e avó diabéticos, com problemas respiratórios e hipertensos. Tratar da medicação de manhã para ambos, incluindo assistência na administração de insulina. Realização de todas as tarefas da casa (acrescidas, estando todos em casa 24/7). Conflitos iniciados pelo pai. Aulas à distância em regime pós-laboral e tempo de lazer depois de jantar [F, 20, a estudar].

Acordar, trabalhar, fazer o almoço, lavar a loiça, ajudar a minha avó (tem mobilidade reduzida), ler, conversar com amigos, ir dormir [F, 24, em teletrabalho].

Fazer as refeições para o meu irmão e a minha mãe levarem para o trabalho, ambos profissionais de saúde. Faço 30 minutos de exercício físico e o resto do dia é passado a redigir a minha tese de mestrado e a desempenhar as tarefas domésticas necessárias [F, 22, a estudar].

Acordo, tomo banho, como o pequeno-almoço, faço umas coisas por casa (arrumar, ler notícias, conversar...). A seguir, preparo o almoço para todos. Na parte da tarde ou reorganizo uma zona da casa, faço trabalhos ou vejo uma série. A seguir, preparo o jantar. Depois de jantar vejo um filme ou uma série, ou então faço videochamada com algum amigo/a. No final do dia vou dormir [F, 22, desempregada].

Acordei à volta das 11, fiz o almoço para os meus irmãos e meu pai, que foi trabalhar às 14:00. Às 15:30 fiz uns exercícios em casa com recurso a halteres e a elásticos e finalizei com uma corrida. No fim tomei banho e fui fazer compras para os vizinhos mais idosos. A minha mãe chegou às 18 do trabalho. Jantámos cedo e de noite adiantei trabalhos. Nota só para quando fui correr: não vi gente nova, apenas pessoas com mais de 60 ou então pais que aproveitam, que não trabalharam, para andar de bicicleta ou caminhar com os filhos pequenos [M, 23, a estudar].

De manhã, quando acordo, vou dar a medicação à minha mãe, dar-lhe banho com ajuda da minha irmã, normalmente vem o apoio domiciliário, mas, como eu e a minha irmã estamos sem trabalhar, fazemos nós, depois tomamos o pequeno-almoço, faço algumas atividades de estimulação, a minha irmã faz-lhe fisioterapia. Quem traz o almoço é a empresa de serviços domiciliários; como a comida é muita, dá para os meus pais, eu faço algo para mim, depois vou deitar a minha mãe para dormir a sesta, quando o acabo de fazer como o almoço e arrumo a cozinha. Entretanto, a minha mãe acorda e dou-lhe o lanche, depois disso vou colocá-la no sofá para ver um pouco de televisão, fico um pouco ao pé dela e depois vou preparar o jantar, dou-lhe o jantar e vou colocá-la na cama. São assim os meus dias. Só saio de casa quando preciso de comprar alguma coisa [F, 24, a estudar].

O meu pai sai de casa às 6 horas, vai à padaria, compra pão e bebe café, volta a casa, deixa o pão e vai trabalhar para o campo como tratorista. A minha mãe sai de casa por volta das 7:30, entra às 8 horas como encarregada de setor num lar de idosos. Eu fico a dormir, por volta das 10 horas levanto-me, vejo se há roupa para lavar, arrumo o quarto, a cozinha, preparo o jantar, e os meus pais voltam juntos por volta das 18:30. Às 20 horas jantamos e por volta das 22 horas deitamo-nos [F, 22, a estudar].

Apesar de o confinamento ser então uma experiência recente, encontram-se já relatos de jovens que afloram nas suas respostas a questão da «saturação» e da emergência de conflitos provocada pela partilha contínua do espaço com os restantes membros da família:

Eu e os meus pais dividimos o supermercado, cada um vai à vez. O meu padrasto passa o dia a trabalhar no computador e aos berros no telemóvel (difícil comunicação não presencial) [F, 22, a estudar].

Em casa: horários semelhantes entre, pelo menos, três dos cinco membros familiares (em regime de teletrabalho ou a estudar para avaliações/ter aulas), alguns conflitos pela utilização constante de um espaço que habitualmente não tem tantos habitantes, com tanta frequência, ao mesmo tempo [F, 22, a estudar].

Muitas das vezes acabo por não me levantar cedo, a não ser que tenha aulas por videoconferência nesse dia. Segue-se o almoço, seguido de

Vidas Confinadas

uma tarde de estudo, com alguns intervalos, em que vejo séries, filmes, ou me atualizo da situação em que estamos. Janto e fico acordada até tarde ou a falar com amigos ou a ver séries e filmes. Tudo isto com um cenário de saturação de passar tanto tempo com as mesmas pessoas, o que cria um ambiente propício a mais discussões [F, 18, a estudar].

O típico passa por nos encontrarmos às refeições e à noite, sendo que, de resto, cada um dá continuidade às suas atividades. Por vezes ocorrem pequenos desentendimentos, dada a irritabilidade, que é cada vez maior [F, 22, a estudar].

Na narrativa de outros jovens, poucos e mais velhos, o enredo quotidiano é construído em torno de um *duo*, o *casal*, indicador de que passam o confinamento com os seus parceiros – alguns, aliás, em casa dos próprios pais:

A minha namorada também está na faculdade. Ela tem mantido uma melhor rotina do que eu, visto que a faculdade dela tem mais aulas por videochamada do que a minha. Um dia típico é uma de nós acordar (a que tiver videoaula mais cedo), vir para a sala para assistir às aulas, uma faz o almoço e vai arrumando as coisas/lava a louça, ela faz coisas da faculdade e eu fico a tratar de mais coisas da casa (estamos em minha casa) e a resolver assuntos como delegada de ano na minha faculdade. Depois estamos um pouco juntas a ver alguma série, a conversar, fazemos o jantar e jantamos, jogamos algo no computador/vemos séries ou estamos simplesmente a fazer alguma coisa e vamos dormir [F, 20, a estudar].

Por volta das 8:30 acordo, medito, tomo banho e tomo o pequeno-almoço. Das 9:30 às 12:30 tenho aula, faço o almoço, almoço com o meu parceiro. Depois do almoço fazemos uma pequena pausa de 30 minutos e depois ficamos a fazer trabalhos de grupo e a estudar à tarde até às 17 horas, lanchamos, e voltamos ao trabalho mais ou menos até às 19 horas. Fazemos um pouco de exercício físico em casa e por volta das 20:30 preparamos o jantar, jantamos, vemos as notícias, depois um filme e depois vamos dormir [F, 22, a estudar].

Acordo todos os dias por volta das 12 horas, arrumo o quarto, como o pequeno-almoço, faço *yoga* e vou tomar banho. Passado umas duas

horas, como o almoço e vou dar um passeio com o meu namorado. Os pais dele continuam a trabalhar e nós ficamos com a irmã mais nova dele até voltarem (hora do almoço). Voltamos para casa, desinfetamos as mãos e a cara e vamos ver um filme, ler um livro, tocamos guitarra e cantamos, fazemos videochamada com vários amigos, jogar *playstation*, fazer um lanche ou algo do género até por volta da hora de jantar. Jantamos e vemos as novidades nas notícias. Por volta das 22 horas vamos dar um passeio na rua onde a casa está localizada, sem sair daí, e ficamos a beber cerveja, fumar cigarros, ouvir música e falar por volta de uma hora. Vamos para casa, onde já estão todos a dormir, vemos um filme até adormecermos ou temos relações sexuais. Vamos dormir e no dia seguinte acordamos à mesma hora para fazer o mesmo. Quem faz as compras são os pais dele, sendo que em casa dividimos as contas e distribuímos tarefas para que todos possam contribuir para um ambiente minimamente familiar e saudável [F, 19, a trabalhar].

Há, porém, um terceiro tipo de narrativas do dia a dia que toma como foco o *jovem-indivíduo*, que concentra todo o protagonismo da descrição em si e nas suas atividades em casa. Desaparecem do cenário todas as restantes personagens familiares com quem co-reside. De narrativas familialistas ou conjugais passamos aqui para narrativas individualistas. O quarto, e não a casa, parece, aliás, ser o espaço vital de referência – quando muito, sai-se dele para tomar as refeições (com ou sem os outros). Uma vez, a intenção de isolamento e centramento em si resulta de uma afirmação explícita do jovem no seu testemunho escrito; na maioria dos casos, porém, é uma constatação que o leitor pode fazer ao notar que nenhuma referência é feita às outras pessoas da família que partilham o mesmo espaço. Eis alguns exemplos:

Uma vontade de se isolar

Um dia típico meu é pouco contacto com as pessoas que residem cá em casa, passo 99% do tempo no quarto e só saio para as refeições, penso que não há grande coisa a acrescentar [M, 22, a estudar].

Acordar, tomar um duche, passear o cão – aulas *online*. Mais tarde almoço, vejo filmes, estudo, distraio-me (arrumando coisas, fazendo exercício físico, etc.). Antes de jantar passeio o cão novamente e volto

para casa para jantar e entreter-me antes de ir dormir. Tudo isto dentro do meu quarto, saio simplesmente para cozinhar/tomar banho e, de resto, mantenho-me sempre no meu espaço, sem contacto sequer com a minha família [F, 19, a estudar].

Procuro levantar-me por volta das 9:10, tomar o meu pequeno-almoço e fazer um pouco de pesquisa (procuro ficar no meu quarto, diminuir, ao máximo, o contacto com o resto da família). As refeições principais realizo com o resto da família, ou seja, almoço e jantar [M, 22, a estudar].

Uma narrativa vazia da co-presença dos outros co-residentes²

Eu acordo mais ou menos às 11 horas da manhã e tento fazer algumas coisas que os meus professores vão fazendo. Almoço por volta das 15 horas, já que durmo mais tempo e acordo mais tarde, e tento sair no quintal para me distrair com o meu cão ou vou ler algum livro dos vários que tenho.... Volto a fazer as coisas da escola e janto, terminando o dia com a leitura dos meus variados livros [M, 19, a estudar].

Passa essencialmente por ir arrumando a casa, limpezas, cozinhar, conviver (pouco), estudar, estar só [F, 20, a estudar].

Pequeno-almoço, aula de *ballet*, *workout*, duche, trabalho em *design*, almoço, trabalho em *design*, ver séries, desenhar e pintar, jantar, ler, ver série [F, 23, a trabalhar].

Acordar, treinar, estudar um bocado, almoçar, ou descansar ou estudar (antes desta situação ia para faculdade), jantar, ouvir música, fazer outras coisas e depois dormir [M, 22, a estudar].

No meu dia típico, de manhã trato das limpezas ou para estudar, depois do almoço leio ou faço *sudokus*, volto a estudar ou limpezas, depois do lanche faço 30 minutos de atividade física, depois de jantar fico por volta de três horas a ver séries e antes de dormir perco cerca de 20 minutos a fazer atividade física [M, 19, a estudar].

² Estes cinco jovens, cujos testemunhos aqui reproduzimos, vivem em agregados domésticos biparentais ou monoparentais, com ou sem irmãos.

No que é uma ilustração de uma realidade estatisticamente relevante – a presença muito significativa de animais de companhia em famílias com filhos (Charles e Davies 2011) – e dos próprios jovens captados no inquérito (54% passam o confinamento na presença de, pelo menos, um animal de companhia), casos há em que o quotidiano parece ser fortemente marcado pelos ritmos de vida desses *não humanos*. Ou seja, a vida em casa é pautada pelos movimentos e pelas necessidades dos animais de companhia, sobretudo os cães – os quais, de resto, muitas vezes representam o pretexto bem-vindo para sair à rua e quebrar o fechamento em casa. A relação de proximidade entre humanos e animais não humanos na família é aqui ilustrada:

Estou em casa o dia inteiro. Saio três vezes por dia para ir passear os cães [M, 19, a estudar].

Acordar, tomar pequeno-almoço, passear cão, verificar ordem de trabalhos para o dia, ler, almoçar, videoaulas, exercício físico, jantar, passear o cão, ler, tomar um duche, dormir (durante o dia lavar as mãos cerca de 20 vezes) [M, 22, a estudar].

O meu pai é carteiro e continua a trabalhar normalmente, a minha mãe trabalha presencialmente semana sim, semana não (esta semana ficou em casa). Num dia normal ela acorda às 8 horas para ir com o cão à rua, fica a ver TV até à hora de almoço e eu, se tiver aulas, faço companhia, se não, acordo por volta da hora de almoço, almoço e passo o resto do dia com ela. À hora de almoço o cão precisa de ir à rua de novo e alguém tem de ir. O meu pai chega a meio da tarde e é a hora a que normalmente o meu irmão acorda. Ao fim da tarde o cão vai à rua novamente. Jantamos e por volta das 23 horas ele vai à rua pela última vez, sendo que neste momento eu sou a única que não faço nenhum «turno» [F, 21, a estudar].

Passo o dia em casa e só saio para passear os cães [F, 21, a estudar].

Normalmente saio três vezes por dia para passear os meus cães, sendo o passeio da tarde um pouco mais longo. Desloco-me para uma mata por trás da minha casa, onde raramente estão pessoas para tal. De resto, não saio de casa, exceto para levar o lixo e ir às compras, que são situações pontuais de uma ou duas vezes por semana [F, 24, a estudar].

Vidas Confinadas

O primeiro a levantar-se passeia o cão. Durante a manhã todos têm o seu trabalho; almoçamos, passeamos novamente o cão. Durante a tarde voltamos a estar ocupados com os nossos trabalhos. Há sempre tempo para tarefas de casa, como passar a ferro, aspirar, limpar o pó, vidros, mudar camas, etc., jantamos e voltamos a passear o cão [F, 19, a estudar].

Brincar com os «animais de estimação» é também frequentemente referido:

Estudar, fazer pilates em família, brincar com as gatas, jardinagem [M, 20, a estudar].

O dia típico é primeiro tomar o pequeno-almoço enquanto brinco com o meu animal de estimação, de seguida fazer exercício físico, tomar banho e vestir e depois assistir às aulas *online* [M, 18, a estudar].

Por último, há jovens inquiridos cuja narrativa se centra num *objeto*: o ecrã do computador ou da televisão. É em torno desse equipamento que o seu dia a dia se desenrola:

Estar agarrada ao computador e à televisão [F, 22, a trabalhar].

Fico praticamente o dia todo à frente do computador, descansado ao ver televisão por vezes. No computador faço uma vida plena, onde estudo e aprendo, onde relaxo a ver vídeos de entretenimento e onde convivo socialmente com amigos e colegas [M, 20, a estudar].

Computador o dia inteiro, almoçar com o meu pai, jantar com a família [M, 22, a estudar].

Passo o dia no quarto no computador [M, 24, a estudar].

Distanciamento físico, aproximação virtual: os jovens e a comunicação em rede

Numa época em que a recomendação para a vida quotidiana é o recolhimento e o distanciamento físico para evitar o risco de contágio, o evitar da comunicação direta transferiu a maioria das interações

sociais para a comunicação mediada por tecnologias digitais à distância. A existência de aplicações como o *WhatsApp*, o *Discord*, o *Zoom*, o *Skype*, o *Teams* ou o *Jitsi* permitiu a manutenção de várias atividades dentro do espaço da casa (trabalhar, estudar, partilhar refeições e momentos com amigos...). Estas aplicações foram de tal forma utilizadas que foi necessário reformulá-las e definir novas funções de utilização (como fundos de ecrã para não expor a intimidade do lar), levantando problemas de privacidade e segurança. A confluência de atividades que têm fronteiras espaciais e temporais definidas num único espaço transformou as formas de comunicação e socialização, porventura até as intensificando (Fuchs 2020).

No inquérito perguntou-se:

Q: Como está a fazer para contactar com os entes queridos, que estão à distância neste momento? Pode descrever-nos um pouco o seu quotidiano neste domínio (por exemplo, falar pela internet com familiares e amigos, telefonar todos os dias a familiares, organizar reuniões familiares à distância, etc.)?

A esta questão aberta no inquérito responderam 984 inquiridos jovens, 704 do sexo feminino, 272 do sexo masculino e 8 que preferiram não indicar o género.

Apesar de o confinamento corresponder a um dever cívico de distanciamento físico, não significou um afastamento social, dado que a comunicação com os pares se manteve. Quase todos os inquiridos referiram utilizar a internet para comunicar entre si, o que não constitui qualquer surpresa, para mais tratando-se de um inquérito *online*. A internet está omnipresente nos quotidianos dos jovens em períodos de «normalidade» (Rowland 2017), que a utilizam primordialmente para comunicar com família e amigos, através de redes sociais e outras plataformas, através de mensagens escritas, de chamadas áudio e ainda por videoconferência. Ora essas práticas foram replicadas, intensificadas, durante o confinamento:

WhatsApp, telemóvel, mensagens, *Facebook*, *Instagram*, o habitual [F, 21, a estudar].

Utilizo diversas plataformas, como o *Instagram*, *App* como *House-party*, *WhatsApp*, e falo imenso por mensagens e chamada também [F, 23, a estudar].

De facto, algumas aplicações, como o *Houseparty*, apesar de existirem desde 2017, adquiriram a partir de 2020 enorme popularidade, pois permitem o encontro simultâneo de vários participantes que partilham atividades, como jogar jogos ou fazer desenhos.³ A pandemia e o confinamento levaram em alguns casos à intensificação desta comunicação com alguns familiares e amigos mais distantes através, por exemplo, da criação de grupos de conversação *online* alargados:

Quase todos os dias faço videochamada com o meu pai, ligo à minha avó de dois em dois dias +/- e a minha família já fez uma videochamada em conjunto (20 pessoas) durante esta semana e, em princípio, criaremos o hábito de o fazer por volta de uma vez por semana [M, 21, a estudar].

Para comunicarmos usufruímos todos das maravilhas da tecnologia, videochamadas de grupo, conversas intermináveis por *WhatsApp*, tudo está lá para que não nos sintamos tão sozinhos e isolados do mundo. Mesmo não falando sempre com as mesmas pessoas todos os dias, há umas pessoas a quem não deixamos de ligar em família todas as noites para conversar (avós e tios, por exemplo) [M, 21, a estudar].

Com a pandemia e o confinamento, estas aplicações passaram ainda a ser utilizadas para outras finalidades, como o ensino *online* e o teletrabalho:

Tenho aulas três vezes por semana, e aí utilizamos o *Zoom*. Para chamadas com grupos de trabalho usamos o *Zoom* também. Com os meus familiares, falamos por chamada e videochamada no *smartphone* [F, 22, a estudar].

Bastantes videoconferências devido à faculdade tanto a nível de aulas como de trabalhos em grupo. Chamadas de vídeo com familiares e amigos nos tempos mais relaxados. Tirando isso, aproveitar para ver televisão e jogar [F, 23, a estudar].

³ <https://www.publico.pt/2020/04/02/p3/noticia/houseparty-ponto-encontro-virtual-fugir-covid19-1909739>.

Vários inquiridos revelam adequar a plataforma utilizada ao seu interlocutor e à finalidade pretendida, pois as características e possibilidades de cada uma acabam por moldar a comunicação (por exemplo, algumas plataformas têm limites de utilizadores simultâneos, outras permitem realizar videoconferências). As plataformas *online* são procuradas não só para finalidades de conversação mas, também, para a prática de atividades coletivas de lazer, tais como ver séries e filmes na televisão, jogar jogos ou fazer exercício físico. O jogo, em particular, através de plataformas como o *Discord*, o *Houseparty* ou até mesmo a *Playstation*, é visto como lazer e como forma de manter o contacto com familiares e amigos. Grande parte dos jovens mantém ainda a utilização de outros meios, como o telefone fixo ou o telemóvel, para comunicar com pessoas específicas, geralmente mais idosas (por exemplo, os avós), e que terão alguma dificuldade na utilização das plataformas *online* por falta de literacia ou de acesso:

Para falar com os amigos, *WhatsApp*; por vídeo, *Houseparty*; com a namorada, *FaceTime*; com a família, *Messenger* [F, 21, a estudar].

Falar pelo telemóvel com a avó, que está em casa sozinha. Falar por videochamada com o namorado. Falar pelo *WhatsApp* num grupo que junta toda a família. Falar com amigos por videochamada em grupo. Organizar sessões de exercício físico com amigas por videochamada em grupo [F, 23 a trabalhar].

Principalmente fazer chamadas de *Skype* com amigos que são as pessoas que não vejo. Vemos séries em conjunto ou jogos *online*. Já antes da pandemia fazer chamadas de muitas horas com amigos no verão então voltam a fazer-se essas chamadas agora, pois normalmente a este tempo do ano estava muito ocupada [F, 21, a estudar].

Falo com a minha irmã e com amigos pelo *WhatsApp* todos os dias; costumo fazer exercício com uma amiga por *Skype* e meditação também com um amigo por *Skype* [F, 22, a estudar].

Costumo falar com a minha avó todas as semanas pelo telefone, mas era um cuidado que já tinha, apesar de agora acabarmos por fazer mais videochamadas para nos podermos ver. Com outros familiares (primos e tios) estamos em contacto pelo *WhatsApp*, enviamos vídeos e mensa-

gens, acabando por estar em contacto durante mais tempo e com mais frequência do que antes. Quanto aos amigos, continuamos a comunicar-nos pelas mesmas vias que já utilizávamos antes, sendo que agora acabamos por substituir os encontros presenciais por conferências de grupo e aplicações de jogos, onde podemos conviver ao mesmo tempo que nos entretemos [F, 20, a estudar e estagiar].

No entanto, e não obstante a obrigação de manter o distanciamento físico, alguns dos jovens mantiveram o contacto com os seus entes queridos através de visitas presenciais, realizadas com «as devidas precauções» e mantendo conversas à janela. Geralmente, estas visitas visaram assegurar a prestação de assistência, como transporte de bens essenciais e suporte moral:

Restringi as visitas presenciais somente à minha mãe e irmão, que vivem na mesma casa. O meu avô falo com ele por telefone para saber se está tudo bem; como é uma pessoa do grupo de risco e sou eu que levo as compras para a minha mãe lhe levar, etc., evito o contacto, porque, como também tenho de efetuar deslocações ao trabalho, tenho receio de contrair algo e ele, como é mais frágil, apanhar. Com os amigos e colegas de trabalho é tudo feito com recurso às plataformas digitais [F, 24, a estudar e a trabalhar].

Comunico com a minha avó, que está no lar, através de uma videochamada. Já no caso do meu avô, dirijo-me a casa dele para lhe entregar os bens essenciais, de modo a evitar que ele saia à rua. Sendo uma pessoa de bastante risco, mantemos o contacto através da janela [F, 22, a estudar].

De uma forma geral, a comunicação *online* afigura-se, assim, não apenas como um meio mas, por vezes, como um espaço específico, para o qual é possível transpor várias atividades presenciais, embora mediadas e restringidas a nível afetivo e sensorial.

Pôr o pé fora de casa: saídas e justificações

O dever de «recolhimento domiciliário» em vigor no momento do inquérito previa, no entanto, um conjunto de situações que justificavam a saída de casa: do desempenho de atividades profissionais

ou de voluntariado à aquisição de bens e serviços essenciais, da assistência a pessoas vulneráveis e acompanhamento de menores à obtenção de cuidados de saúde. Juntavam-se ainda as deslocações de curta duração para efeitos de fruição de momentos ao ar livre, atividade física e passeio dos animais de companhia.

Não obstante as possibilidades contempladas, e confrontado com a pergunta «sem considerar deslocações relacionadas com trabalho, quais as opções que melhor descrevem a sua situação em relação às suas saídas de casa sem ser por trabalho (pode escolher mais do que uma opção)», um número significativo de jovens (306 no total de 1125), em proporção mais expressiva comparativamente com a restante amostra, constituída por maiores de 24 anos (27,2% e 12,4%, respetivamente), declara «não sair em absoluto», adotando uma postura radical de confinamento que excede o então consagrado pelos poderes públicos.

Ora, se a mobilidade é um dos recursos principais da vida no século XXI, como defende Cresswell (2009), a imobilidade forçada constitui um pesado ónus, difícil de suportar nesta fase da vida particularmente ativa, quer em mobilidade multilocal virtual (Tully e Alfaraz 2017), quer em movimento propriamente físico (Freitas 2017; Monteiro 2013). Por isso, não é de estranhar que a maioria dos jovens respondentes indique já ter saído do domicílio neste período crítico.

De entre o grupo de jovens inquiridos, há mesmo quatro que, provocatoriamente, revelam «sair com a mesma frequência com que saíam antes da pandemia». Analisando com mais detalhe os seus perfis, constata-se que apenas um deles (rapaz, 20 anos) ilustra uma das exceções às regras restritivas impostas à circulação de pessoas – encontra-se «a trabalhar, com o mesmo horário de antes da pandemia» –, o que permite o alargamento do perímetro de circulação e a frequência das deslocações. Os restantes três encontram-se a desenvolver atividades a partir de casa (dois estudantes «em regime de ensino à distância» e uma jovem «a trabalhar em regime de teletrabalho»).

Por sua vez, os nove que referem «saio à rua com muito poucas restrições» apresentam uma proporção maior nesta subamostra (0,8%) comparativamente com a dos maiores de 24 anos (0,1%). Também neste caso se constata uma tendência similar: os jovens que declaram sair à rua com muito poucas restrições encontram-se neste período a

desenvolver atividade ao domicílio que não requer deslocações (sete estudam em regime de ensino à distância e um está em regime de teletrabalho), pelo que a sua resposta sugere, à imagem do grupo anterior, disposições propícias à desvalorização, desafio ou mesmo resistência à imposição unilateral de deveres, ainda que em nome do bem público, e à valorização de direitos que ampliem o raio de ação individual, como o direito à liberdade (de circulação, neste caso).

Apesar de o desafio às regras, a exploração dos seus limites e, em certos casos, a adoção de comportamentos de risco estarem frequentemente associados à condição juvenil (Rabot 2011) e ao predomínio do grupo de pares, enquanto instância de validação do indivíduo, em particular na adolescência (Breviglieri 2007), é forçoso reconhecer, no entanto, que a maioria dos jovens respondentes adere massivamente aos desígnios de segurança e proteção da saúde pública definidos pelos órgãos de poder, declarando apenas sair em algumas circunstâncias, sob certas condições, e para realizar atividades consideradas aceitáveis.

A extensão das tarefas domésticas para lá do espaço da casa requer muitas vezes a deslocação ao exterior. Uma delas prende-se com a compra de alimentos e outros produtos de higiene e limpeza, que a pandemia e o confinamento tornaram ainda mais indispensáveis. Assim, à semelhança do que sucede com a restante população inquirida, a aquisição de bens essenciais constitui o motivo mais amplamente invocado pelos jovens para a saída de casa e que concentra a maior proporção de respostas (55,8% referem-no, ainda assim em menor percentagem do que os 76,1% registados na restante população). Alguns inquiridos sentem mesmo a necessidade de acrescentar à opção consagrada no questionário a explicitação por extenso dos cuidados e prudência que envolve essa deslocação:

Compras essas que são de quinze em quinze dias, na melhor das hipóteses. Mas estou a evitar sair com essa frequência [F, 24, a trabalhar].

Só saio para ir às vezes às compras com a família, mas no geral estou sempre em casa [F, 19, a estudar].

Para além da saída para compras básicas, alguns jovens referem, adicionalmente, uma tarefa que a permanência duradoura das famí-

lias em casa tornou ainda mais frequente: a saída à rua para «despejar o lixo», «deitar o lixo no caixote», «colocar o lixo da minha residência nos ecopontos», «levar o lixo à reciclagem». Acrescentada voluntariamente por escrito no questionário, esta função parece suficientemente significativa para o próprio para merecer destaque, talvez pelo facto de o seu desempenho representar a possibilidade de fintar, por breves momentos, a monotonia do recolhimento.

O segundo motivo mais invocado para sair de casa prende-se com o desejo de alcançar bem-estar físico e mental através do contacto com o ar livre: a opção «saio para fazer exercício» recolhe quase um quarto de respostas (23,2%), uma proporção ligeiramente superior à registada entre a restante população inquirida (21,6%). Vem, por vezes, reforçada com detalhes explícitos sobre como os próprios realizam este tipo de saídas, cujas extremas cautelas revelam a forma responsável como estão a lidar com a ameaça pandémica. Alguns acentuam o carácter restritivo, ou regulado, da frequência de saídas para o exterior: «de três em três dias, isolada, para ir apanhar um pouco de ar», «uma vez nas últimas três semanas para fazer exercício», «duas vezes para correr e uma para andar», «duas vezes ao dia, mantendo-me sempre perto de casa, para fumar (pois não é permitido no meu apartamento) e apanhar ar fresco. Demoro cerca de 20-40 minutos em cada passeio».

Outros referem-se ao carácter circunscrito do espaço em que circulam, garante do distanciamento social recomendado pelas autoridades de saúde: «saio para dar uma volta ao condomínio, pelo menos, uma vez por semana, de modo a tentar manter a sanidade mental», «para o jardim do apartamento», «para correr num pinhal atrás de casa, sozinho», «para a rua para conseguir entrar no meu carro e depois deslocar-me até ao campo para aí, sim, fazer exercício», «para jogar ténis no condomínio privado e com as devidas precauções e distanciamentos». Em trajetos curtos e em locais protegidos, o objetivo, afinal, é conseguir «apanhar algum ar e sol».

Um terceiro conjunto de razões para a saída do domicílio associa-se à realização de tarefas associadas ao cuidar. Se a idade relativamente precoce deste subgrupo de inquiridos coloca a opção «saio à rua para passear os filhos» num valor meramente residual (0,4%, bem abaixo dos 6,0% verificados na restante amostra), já a opção «saio à rua para passear animais de companhia» – para «passear o meu cão», detalha um dos jovens – alcança 15,8% das preferências, con-

trastando com a menor frequência obtida junto dos inquiridos mais velhos (10,6%). Dentro deste perfil de atividade, destaca-se ainda a referência ao apoio a familiares/terceiros, em particular aos mais idosos ou aos que requerem cuidados acrescidos. São 18 os jovens que fazem questão de especificar essa situação, não contemplada nas opções previstas no questionário: indicam sair à rua para aquisição e entrega de bens essenciais, «entregar compras aos meus avós», «a familiares de risco»; para acompanhamento nos cuidados de saúde, «idas ao médico com um membro da família»; para prestar auxílio «a familiares idosos» ou «a terceiros»; ou, simplesmente, para visitar «familiares de risco». Cuidar dos outros em tempo de pandemia, através da prática de voluntariado em associações humanitárias, é apenas referida por três dos inquiridos.

A urgência em manter laços de sociabilidade e afetos impele alguns jovens inquiridos (10, nesta amostra) a ultrapassarem as barreiras do recolhimento domiciliário para estarem com familiares, com namorado(a) ou «com amigos de confiança». Por outro lado, o facto de estar inserido numa família de pais divorciados, em regime de guarda partilhada dos filhos, justifica rotações entre casas: «sou filho de pais separados e uma vez por semana vou passar o dia à casa do meu pai, mas tento tomar as devidas precauções em relação à desinfestação de mãos, etc.». Mas a autonomia residencial conquistada por alguns antes da pandemia pode também legitimar visitas breves aos restantes familiares: «de carro, para me dirigir da minha residência à residência da minha família», «para me deslocar de carro para casa da minha irmã», «para almoçar com familiares». Não obstante, apesar de este ser um grupo cuja condição social é marcada por uma intensa convivialidade e pelo estabelecimento de laços afetivos cruciais, são poucos os que, afinal, declaram explicitamente sair «à rua para ver o namorado», ou «para ver a minha namorada», o que sugere uma substituição provisória dos encontros presenciais pelos virtuais, com recurso às novas tecnologias de comunicação – o que não significa o mesmo, como mais adiante se constatará.

Um último conjunto de respostas indicadas por um número muito residual de inquiridos refere-se à necessidade de sair de casa para tratar de assuntos inadiáveis, como realizar levantamentos ou pagamentos bancários («saio à rua para ir ao multibanco»), pagamentos regulares («saio para ir pagar a renda da casa») ou, simplesmente, «tratar de assuntos».

Lidar com o recolhimento domiciliário imposto: «o que custa mais» e «o que custa menos»

O tempo ainda curto de confinamento em casa, à data do inquérito, pode ajudar a explicar as respostas globalmente positivas à pergunta «em geral, em que medida tem sido fácil ou difícil para si lidar com as atuais restrições?». No grupo etário dos 16 aos 24 anos, cerca de dois terços (64,7%) indicam que «tem sido relativamente fácil» (641) ou mesmo «muito fácil» (87) lidar com as restrições. A perceção otimista da situação é porventura explicada pelo carácter recente das medidas, pela avaliação severa que fazem da ameaça de contágio ou ainda pela despreocupação típica face à saúde de muitos jovens nesta fase da vida, poupados às mais duras responsabilidades adultas. E contrasta com a visão daqueles, cerca de um terço (35,3%), que revelam ter dificuldades – apesar de tudo, sobrerrepresentados em relação ao total da população inquirida no estudo, como se viu. Destes, a maioria (340) afirma que «tem sido relativamente difícil» e somente 57 confessam estar a ser «muito difícil».

Com o objetivo de explorar os motivos que levam a selecionar uma das quatro opções apresentadas, o questionário acrescentava a seguinte pergunta: «Pode falar-nos um pouco mais sobre estas (as atuais) restrições? O que tem sido mais fácil do que esperava e o que tem sido mais difícil? Por exemplo: questões de convívio, relações com a família, alimentação, condição física, saúde mental, capacidade de trabalho.» De acordo com uma tendência já conhecida neste tipo de técnica de investigação, a pergunta aberta não obteve a mesma adesão por parte dos inquiridos que a pergunta fechada que a precedeu. Neste caso, o total de respostas ascende a 791 (e não à totalidade dos 1125 jovens, como na anterior), com clara supremacia (72%) das mulheres.

Uma primeira aproximação analítica permite ressaltar o carácter compósito das respostas, assentes numa combinação de fatores – positivos uns, negativos outros –, mas, genericamente, contrastantes com a vida desconfinada anterior à pandemia. Sabe-se como a forma da pergunta condiciona os limites da resposta. Se a resposta à pergunta anterior colocou os inquiridos perante a necessidade de se situarem numa única das opções apresentadas, o enunciado da pergunta aberta (mais fácil/mais difícil) apela a essa composição, por vezes ambivalente, entre várias experiências. Por outro lado, ao dar exemplos inspiradores, a pergunta também pode ter apontado para

certos temas de resposta: «questões de convívio», «relações com a família», «alimentação», «condição física», «saúde mental», «capacidade de trabalho». Não é de estranhar, pois, que grande parte dos respondentes os tenha contemplado.

Desde logo, para todos os inquiridos, rotinas e atividades profissionais alteram-se drasticamente. Sobrepõem-se agora no mesmo espaço e de forma ininterrupta ao longo do dia múltiplas atividades até então realizadas em variados locais, dentro e fora de casa. Os mais expeditos reconvertem velhas em novas rotinas num horário preciso e sequencial de tarefas:

10 horas – acordar, higiene pessoal e pequeno-almoço; 11 horas – televisão/telemóvel a ver notícias; 13 horas – almoço; 14 horas – trabalho; 18:30 – exercício físico; 20 horas – jantar; 21 horas – tempo em família; 00 horas – trabalho; 2 horas – deitar [M, 23, a estudar].

Acordar às 7:45 ou um pouco mais tarde, tomar o pequeno-almoço e por volta das 9 horas estar a trabalhar. Faço um pequeno *break* de 10 minutos de manhã para ligar aos entes afastados em suas casas, ou tratar de compras *online*; volto a trabalhar e depois ao 12:15 faço a pausa de almoço. Volto a trabalhar às 14 horas. Às 16:15 *break* para lanche de 15 minutos. Depois termino o meu trabalho por volta das 18 horas, às vezes 18:30, se tiver mais coisas para fazer. Posto isto, faço entre 20 e 30 minutos de exercício em casa. Finalizado o exercício, tomo banho e de seguida vou fazer o jantar, e nisto já são 19:30 ou 20 horas. Terminado o jantar, por volta das 21:30, vejo TV até por volta das 24 horas. Depois, dormir [F, 22, em estágio curricular].

Mas nem todos o conseguem. Para alguns, os dias são passados em atividades de entretenimento ou lazer:

Levanto-me por volta do meio-dia. Vejo um pouco da atualidade até ao almoço. Depois de almoço, navego pela internet até às 16 horas, altura em que faço exercício físico. Tomo banho todos os dias depois da atividade física. Navego pela internet ou jogo até à hora do jantar, e até me deitar, por volta das 2 horas da manhã [M, 23, a estudar].

Acordo perto da hora de almoço, almoço e vou para o terraço ler até mais ou menos as 16:30. Depois faço exercício físico e pelas 18 horas

vou jogar com amigos (*online*). Depois de jantar passo tempo com a família e das 23 horas até às 2 horas volto a jogar com amigos [M, 21, a estudar].

Um testemunho extremo é o de um jovem de 18 anos, aluno do secundário, que escreve «casa dia inteiro sem fazer nada».

A reformulação dos tempos e a sua gestão constituem, pois, um dos desafios mais complexos, com repercussões em vários domínios, desde logo na capacidade de trabalho.

Graças à pandemia, muitos passam a ter aulas à distância, outros realizam teletrabalho com o recurso às novas tecnologias. A nível técnico, essa mudança não parece ter trazido grandes dificuldades – note-se que se trata de população jovem, já pertencente à geração dos «nativos digitais», na aceção de Prensky (2001), identificados em vários inquéritos nacionais como utilizadores assíduos da internet (Vieira 2017; Rowland 2017), em contraste com as gerações mais velhas. Acresce o facto de se tratar aqui de uma população socialmente privilegiada, em que problemas como a existência de equipamento disponível e acessos à internet não se colocam. Por estes motivos, há quem garanta ter sido fácil essa transição, aliando as vantagens da manutenção de uma certa normalidade e continuidade de rotinas, com o ganho de tempo produtivo antes desperdiçado diariamente em deslocações:

O ensino por distância na (universidade) tem corrido superbem, mais do que se esperava, há um esforço enorme e incansável do corpo docente para que o ano letivo continue da melhor forma possível [M, 24, a estudar].

Tendo em conta que as aulas tiveram continuidade, assim como os trabalhos pendentes, acaba por ser mais fácil manter a rotina [F, 21, a estudar].

Home office foi uma agradável surpresa para otimização do meu tempo, permitindo-me usufruir das horas gastas no transporte noutras atividades [F, 23, a trabalhar].

Mais produtividade no trabalho. Já não tenho de percorrer 100 km diários para chegar à universidade [F, 21, a estudar].

Tal não significa a ausência de dificuldades. No caso da educação, apesar de a estrutura do ensino à distância existir na maioria das instituições de ensino superior português (através das plataformas *Colibri* e *Moodle*), esta funcionava como suporte instrumental às aulas presenciais. A transposição do ensino presencial para o ensino à distância exige métodos pedagógicos diferenciados e uma adaptação por parte de alunos e professores a um novo contexto de ensino. Que esta transição se tenha dado de forma acelerada e em contexto de catástrofe transformou a experiência inicial do ensino à distância num ensino remoto de emergência, o que não agradou a vários dos inquiridos. A qualidade das aulas *online*, por implicarem maior carga de trabalho e não serem tão proveitosas, é objeto de crítica, nomeadamente no caso de cursos que pela sua natureza não se adaptam ao ensino *online*, tais como os de artes ou os que exigem prática laboratorial ou clínica:

A verdade é que o método de ensino à distância em Portugal não funciona. O não funcionamento deve-se à pouca familiarização por parte dos professores com os novos programas e novos meios de comunicação, como também diz respeito às diferentes oportunidades de acesso que cada aluno tem a esses novos métodos de ensino à distância [F, 18, a estudar].

Não é de estranhar, pois, que vários inquiridos indicassem desejar o regresso das aulas presenciais, que permitem a socialização entre pares, a qual promove a saúde mental e a expressão da afetividade. Mais do que a simples transmissão de conhecimentos, a educação presencial gera rotinas e bem-estar essenciais ao desenvolvimento pessoal e comunitário.

Passar a executar atividades à distância coloca ainda outras questões. Apesar de a tendência à crescente permeabilização dos tempos de trabalho e de lazer com a utilização das novas tecnologias móveis ter vindo a afirmar-se nos últimos anos (Rowland 2017), o recolhimento domiciliário obrigatório veio acentuar dramaticamente essa fusão de tempos, tornando difícil estabelecer fronteiras entre diferentes momentos e solicitações. Nuns casos, a quantidade de trabalho intensifica-se quando não se consegue «desligar» ou quando o professor pressupõe que os alunos agora confinados em casa têm mais disponibilidade para estudar:

No meu caso, a capacidade de «desligar» do trabalho tem sido a maior dificuldade. Como não há uma distinção óbvia entre o meu «espaço de lazer» e o meu «espaço de trabalho», torna-se complicado evitar responder a *e-mails* ou terminar tarefas quando já não estaria teoricamente em horário laboral. O computador está sempre ligado e os afazeres sempre a surgir e presentes no mesmo espaço onde vivo e convivo [F, 20, a estudar e a estagiar].

Sinto que, quanto ao trabalho, os professores pensam que ganhamos muito mais tempo e estão a exagerar nos trabalhos, quando, na realidade, não temos assim tanto tempo extra [F, 19, a estudar].

Noutros casos, o tempo parece fluir sem regras e as distrações imiscuem-se no meio das tarefas, afetando a capacidade de trabalho e gerando desmotivação:

Sinto que a capacidade de trabalho diminui porque tenho demasiado tempo para fazer tudo e parece que só me foco numa coisa, ficou difícil separar o dia em tarefas diferentes [F, 21, a estudar].

Tem sido difícil trabalhar com motivação, pois a transição casa-faculdade estimulava o meu cérebro a trabalhar e, portanto, separar o trabalho do lazer. Uma vez que atualmente trabalho no quarto e não tenho outro local em casa para trabalhar, torna-se difícil não me distrair [F, 20, a estudar].

Importa sublinhar que os jovens, por se encontrarem numa fase intensa de transições cruciais para o seu futuro – da escola para o mercado de trabalho, da casa dos pais para a autonomização residencial, de ensaios afetivos e sexuais para uma relação a dois –, são surpreendidos pelo confinamento obrigatório em diferentes momentos da sua biografia, o que se traduz em impactos diversos.

Uma vez que a maioria esmagadora se declara solteira (97%) e reside no momento da entrevista em agregados domésticos compostos por casais com filhos, famílias monoparentais ou famílias complexas (cerca de 80%), presume-se que grande parte deles continue a residir com a família, em contexto de pandemia e outros, na época pré-COVID com autonomia residencial, tenham regressado a casa

dos pais. A referência às relações com a família é, pois, tema incontornável na avaliação dos efeitos do confinamento.

A redescoberta ou mesmo o reforço dos laços afetivos propiciados pela coabitação ininterrupta dos membros do agregado familiar são identificados por alguns como uma mais-valia do confinamento forçado, revelando-se «fácil» sobreviver neste período conturbado num entorno reconfortante, num lugar de afetos, casulo protetor contra a ameaça exterior:

O que tem sido mais fácil, ou o mais prazeroso, é, sem dúvida, o maior tempo passado com as pessoas do meu agregado familiar [M, 23, a estudar].

É fácil ficar em casa com a família, o ambiente é muito bom. Há sempre coisas para fazer [F, 24, a estudar].

O reverso é o afastamento penoso da família, dadas as severas restrições à circulação de pessoas, particularmente em momentos decisivos (Giddens 1994) das biografias individuais:

Estar sozinha em casa sem a minha família [F, 20, a estudar].

Estar longe da família, uma vez que não sou de Lisboa, mas por motivos de trabalho encontro-me aqui [...] Não me desloquei para o interior do país, uma vez que achei que seria melhor proteger a família e não ser egoísta [M, 23, a trabalhar].

Está a ser difícil o facto de não poder terminar o enxoval do meu bebé [...] e saber que não posso ter a minha mãe perto, já que ela mora noutro país e estamos com as fronteiras fechadas [F, 23, a trabalhar].

Em contrapartida, a situação de recolhimento domiciliário obrigatório adensa noutros casos dificuldades de relacionamento pré-existent, retendo no mesmo espaço potenciais litigantes num ambiente asfixiante propício a conflitos:

Em termos familiares é o normal de adolescentes... (estou farto de viver com os meus pais e agora fechado em casa com eles aqui estou a dar em maluco!) [M, 23, a estudar].

Ficar em isolamento com a família é extremamente difícil para quem vive em ambientes familiares tóxicos e usava locais de ensino ou trabalho como escape [F, 23, a estudar].

No meio ficam testemunhos de sentimentos ambivalentes, que decorrem, por um lado, da necessidade de retorno ao lar da infância devido à suspensão da atividade desenvolvida (sobretudo no caso de estudantes deslocados), mas, por outro, do retrocesso que isso significa no processo de autonomização já iniciado (Cicchelli 2001), na sequência da emancipação residencial para estudar ou trabalhar fora ocorrida antes da pandemia. Antes libertos do controlo familiar, o retorno repõe agora antigos critérios de vigilância e autoridade que o jovem dificilmente aceita. Na realidade, o confinamento é também uma viagem interior, uma descoberta de si no confronto com os outros que compõem o núcleo familiar e que se redescobre nas suas diferenças individuais. O filho que partiu já não é o mesmo que regressa ao lar:

Dado que sou estudante [...] o facto de não viver o ano inteiro com os meus pais e estar 24/24 com os mesmos torna-se difícil [F, 20, a estudar].

No início foi um pouco difícil voltar a viver com o meu agregado familiar 24 horas/24 horas [F, 19, a estudar].

Se a família representa um pilar estruturante na vida dos jovens, o aumento da escolaridade veio, por sua vez, conferir uma importância crescente ao grupo de amigos. Fazer parte de um grupo oferece o conforto e a segurança de se estar ligado aos outros (Lima 2018) e estar entre amigos é fonte de satisfação e prazer. Na atualidade, a convivialidade quotidiana e mais ou menos intensa, prolongada para além dos contextos presenciais graças ao recurso dos meios digitais móveis, constitui mesmo para os jovens uma dimensão crucial da sua existência.

A ela associa-se uma maior liberdade de movimentos nos tempos livres – para sair à noite, aos fins-de-semana, para viajar –, domínio da vida privada do jovem, onde se jogam encontros e desencontros, se iniciam relações e afetos, se experimenta e exercita a sexualidade (Pais 2012). Estar com amigos significa sair (de casa), experimentar

o espaço público, descobrir o mundo. Por isso, para os jovens, sociabilidade e mobilidade são elementos indissociáveis (Santos 1999). A pandemia veio justamente pôr os convívios em causa, suspender relacionamentos amicais ou amorosos e obrigar à imobilidade forçada.

Para os jovens mais afetos à «ubiquidade da experiência mediada» (Vieira 2017), as novas tecnologias têm sido, apesar de tudo, a solução para compensar o défice de relacionamento presencial. Mesmo os mais adeptos da experiência do face-a-face reconhecem nos meios digitais uma oportunidade para a convivialidade possível nas atuais circunstâncias. Alguns constataam até uma certa intensificação da convivialidade virtual, estimulada pela excecionalidade da experiência vivida:

Na atualidade, o contacto social é facilitado através dos meios digitais, e nesse sentido não existem restrições que não as do contacto direto e físico [M, 21, a estudar].

O que tem sido mais difícil é o facto de [...] não conviver com os meus amigos/as presencialmente. Mas, por outro lado, está a fazer com que fale todos os dias com amigos/as que não falava antes [F, 23, a estudar].

No entanto, e contrariando os discursos mais eufóricos dos que apresentam a geração atual como intrinsecamente digital, mais entusiástica do virtual do que do próprio presencial, as restrições impostas pela pandemia vêm, se não deitar por terra, pelo menos evidenciar o carácter apressado dessa presunção. De facto, se os meios tecnológicos integram hoje as culturas juvenis, estão longe de dispensarem o lugar central atribuído aos encontros face-a-face:

Para mim o que tem sido mais difícil é a falta de comunicação e de convívio com outras pessoas. Claro que as redes sociais e os meios tecnológicos conseguem um pouco quebrar essas barreiras, no entanto para mim não é o suficiente [F, 22, a estudar].

A minha vida é bastante ativa, pelo que normalmente a minha casa serve apenas para descanso. Nesta altura é muito difícil para mim ter de passar 24/7 fechada. Para além de que o convívio *webcam* não é, nem

de perto, nem de longe, um substituto para a minha vida social [F, 24, a estudar].

A esmagadora maioria dos inquiridos ressentem-se da falta da materialidade dos corpos, dos espaços onde se convive e das experiências sensoriais deles obtidas. Não se poder sair para ver os outros, estar em grupo ou a sós com o/a namorado/a representa um verdadeiro sofrimento que quase todos confessam sentir nestes dias:

Em termos de socialização e convívio, tem sido um pouco difícil, porque sou uma pessoa que gosta de estar em contacto pessoal com os meus amigos e combinar almoços, jantares ou outros momentos [F, 23, a estudar].

A falta do convívio com os meus colegas, amigos e namorado, ou neste caso com a falta dele [F, 18, a estudar].

Quero estar com a minha namoradaaaa [M, 21, a estudar]!

O que tem sido mais complicado tem sido o facto de estar afastado da minha namorada e dos meus amigos [M, 19, a estudar].

Não ter contacto físico com os meus amigos e familiares – que saudades que eu tenho de abraçar alguém [M, 21, a trabalhar]!

Tem sido complicado não poder sair de casa quando passava sete dias por semana em contacto com amigos [M, 18, a estudar].

Atividades de grupo, como futebol ou beber umas *jolas*, têm sido complicadas [M, 22, a estudar].

O sedentarismo forçado, o impedimento absoluto de saídas e encontros e o isolamento social gerado pelas restrições afetam, previsivelmente, o bem-estar emocional e a saúde mental dos inquiridos. A verdade é que muitos destes jovens alegam problemas emocionais e psíquicos devido ao confinamento. Note-se que se trata aqui do estado de saúde subjetivo declarado pelo próprio, não necessariamente o seu estado objetivo, embora também alguns refiram sofrer de doenças diagnosticadas. Esta insistência no mal-estar emocional

que aqui se denota não constitui surpresa, visto que os estudos apontam para duas tendências fortes entre a população jovem portuguesa: por um lado, as mulheres avaliam sempre pior do que os homens o seu estado de saúde, o que uma amostra com sobrerrepresentação de respondentes do sexo feminino, como esta, apenas confirma; por outro lado, o mal-estar psíquico e emocional (ansiedade, *stress*, défice de concentração, tristeza, insónia, sintomatologia depressiva) é bastante frequente entre os estudantes (Silva 2015), que, recorde-se, constituem a maioria dos inquiridos. O confinamento não vem senão potenciar estas tendências (Ribeiro *et al.* 2020).⁴

As características excepcionais de um presente suspenso alocado ao espaço da casa, a imobilidade forçada ou a *overdose* mediática dedicada à pandemia são causa de ansiedade e *stress* para um número considerável de jovens inquiridos:

Mentalmente, estou a ficar exausto, e isso afetou a minha capacidade de estudar e aprender [M, 23, a estudar].

Torna-se difícil estar concentrado, pois estamos sempre no mesmo ambiente, assim como a saúde mental: passo por vários estados de humor ao longo do dia [F, 22, a estudar].

A nível psicológico, sinto mais ansiedade e agitação do que o normal e, inclusive, alguma solidão [F, 21, a trabalhar e a estudar].

O mais difícil tem sido, sem dúvida, assistir às notícias, isto é, acho que numa situação de quarentena (que já é sensível) assistir a todo o tempo ao mesmo tipo de notícias, acho que só deteriora a saúde mental [F, 21, a estudar].

⁴ Efetivamente, vários estudos elaborados durante o estado de emergência indicam que os jovens foram bastante afetados a nível mental com a crise pandémica (Gato, Leal e Seabra 2020; *Erasmus Student Network*, 2020; Hospital Júlio de Matos, 2020; ISP – Universidade do Porto, 2020), apresentando os mais velhos maior capacidade de relativizar e resistir. Estas diferenças poderão prender-se com a capacidade de recordar outros períodos igualmente desafiantes que permitiram a aquisição de um capital de resiliência à crise, que os mais jovens não tiveram ainda tempo para desenvolver. Por outro lado, a valorização da saúde mental nas camadas mais jovens poderá ser indicadora de uma maior consciência da importância desta esfera, por comparação com uma geração anterior que culturalmente foi ensinada a «aguentar».

Ao final do dia/noite é mais complicado, dadas as constantes notícias sobre a COVID-19, o que gera algum pânico e já me causou ataques de ansiedade [F, 20, a estudar].

Outra dificuldade é lidar com as notícias falsas, que todos os dias invadem as nossas casas e que me assustam [F, 22, a estudar].

Gerir no presente situações de desemprego ou traçar planos de futuro em contexto de total incerteza afiguram-se tarefas ainda mais problemáticas, com impactos ao nível do bem-estar emocional e psicológico que alguns não deixam de confessar:

Mais difícil: gerir a minha saúde mental [F, 21, desempregada].

Porém, penso muito e o futuro assusta-me e fico tensa, triste... várias emoções sem saber muito bem o porquê? Sou capaz de passar o dia a chorar [F, 22, a estudar].

Um grupo mais restrito de jovens menciona especificamente a condição precária do seu estado de saúde mental, objeto de diagnóstico e intervenção especializada já antes da eclosão da pandemia, mas que esta terá, sem dúvida, agravado, comprometendo a sua eventual recuperação:

Lidar com a ansiedade, restringido à minha casa, também tem sido complicado; por privilégio ou sorte minha, pude manter o acompanhamento psicológico que tinha antes do isolamento social via *Skype*, receio pelos que têm os mesmos ou problemas semelhantes ao meu, sem o devido acompanhamento psicológico [M, 20, a estudar].

A nível de saúde mental, tem sido também mais complicado porque o facto de ter menos distrações externas afeta a minha ansiedade, sobretudo à noite. Contudo, continuo a ter sessões semanais de psicoterapia por *Skype* (não é tão eficaz como pessoalmente, mas continuam a ter resultados muito positivos) [F, 23, a estudar].

A saúde mental piorou; sendo que já sofria de depressão, não consigo estabelecer uma rotina adequada às minhas necessidades, tanto pessoais como profissionais [M, 24, a trabalhar].

Para além disso, como pessoa com histórico de depressão e ansiedade, os dias são demasiado longos, sem objetivos e monótonos, o que piora o meu estado de ansiedade, qualidade do sono, etc. [M, 24, a trabalhar].

Ora, verifica-se que muitos dos jovens inquiridos estabelecem uma associação próxima entre a sua condição física e mental, em linha com o conhecido paradigma da «mente sã em corpo são». Nela se inscreve a prática de exercício físico, mas também a própria alimentação, ingredientes fundamentais para a manutenção da juventude corporal e de um aspeto saudável. Num tempo de valorização da imagem e da aparência, o corpo assume-se, porventura, como a metáfora mais verosímil de juventude, um capital precioso, mas por vezes caprichoso, que necessita de permanente investimento e vigilância para se manter «em forma» (Ferreira 2015; Pegado 2016; Silva 2015).

Ao encontro de uma norma socialmente promovida e valorizada nas sociedades contemporâneas, «atualmente, praticar desporto ou, pelo menos, efetuar com regularidade uma atividade física passou a ser encarado não apenas como um direito, mas também, em grande medida, como um dever social» (Ferreira 2015, 64), assumido como prova de interiorização da responsabilidade individual de observância de comportamentos saudáveis. Não é por acaso que o estado de emergência consagra como uma das exceções que justificam a saída do local de residência precisamente o sair de casa para praticar exercício físico ao ar livre. Em casa, ou fora dela, muitos dos inquiridos referem estar a ser «fácil» manter uma atividade física – talvez por se afigurar a oportunidade de exercer algum controlo sobre si, quando tudo o resto se revela incerto e indeterminado...

Tem sido fácil motivar-me para fazer exercício físico [F, 22, a estudar].

No geral, tem sido fácil [...] e, na realidade, tenho mais tempo para a prática de exercício físico [F, 21, a estudar].

Acordo às 6 horas da manhã, vou fazer uma corrida matinal num parque que não costuma ter ninguém a essa hora. Vou com o meu pai antes de ele ir trabalhar [F, 23, a estudar].

Há tempo para praticar exercício e ter mais atenção à alimentação porque há mais tempo para realizar refeições completas [F, 18, a estudar].

Apesar de o recurso às aulas virtuais – *apps*, vídeos no *Youtube* ou outros formatos *online* neste período – ser um apoio decisivo à manutenção da prática do exercício físico em confinamento, alguns jovens lamentam ser insuficiente para manter a excelência corporal almejada:

O que para mim tem sido mais complicado é a condição física; embora faça exercício físico em casa, continuo a sentir-me extremamente sedentária [F, 19, a estudar].

A parte da condição física tem sido difícil porque estava habituado a ir ao ginásio e a mexer-me, só consegui fazer alguma coisa há muito pouco tempo e estou a tentar manter, apesar de não ser o mesmo [M, 23, a estudar].

O que tem sido mais difícil, sem qualquer dúvida, é manter a condição física e a saúde mental, para mim indissociáveis da prática regular de exercício físico em ginásio [F, 24, a trabalhar].

A valorização social da prática de exercício físico e a responsabilização individual pela adoção de um estilo de vida saudável provocam, a quem não as observa, um ónus, não raro, acompanhado de sentimentos de culpa. Fazer ou não fazer exercício físico, eis a questão:

[...] Condição física não será o melhor, no entanto por culpa minha. Tenho à minha disposição o que preciso para me exercitar – o meu corpo. Se não faço, é por fraca força de vontade [F, 22, a estudar].

Se estas constituem as maiores e menores dificuldades com que se confrontam estes jovens nos primeiros dias de recolhimento domiciliário, num momento de reajustamento brusco de rotinas e de atividades, instados a projetarem-se num horizonte temporal mais dilatado, quais as suas preocupações face ao futuro?

Impactos futuros, preocupações presentes

Refletir preocupações futuras é imaginar o futuro à luz do risco e das suas perceções. Estas são moldadas por experiências passadas, mas também por contextos presentes e estruturais, como narrativas mediáticas e acesso à informação e condições socioeconómicas, e, finalmente, por fatores pessoais, tais como aspirações e oportunidades. O risco é uma dimensão constante na vida quotidiana, gerível através de escolhas ou planeamento, mas a sua perceção intensifica-se face à catástrofe, podendo alterar rumos pelo bloqueio de escolhas ou paralisar face à incerteza das opções. Perguntou-se: «Quer falar-nos um pouco sobre quais são, neste momento, as suas preocupações principais em relação ao futuro? O que o/a preocupa mais?» A esta questão responderam 745 inquiridos, 528 do sexo feminino, 210 do sexo masculino, e outros 7 que preferiram não indicar o género.

Sob o espectro de uma crise global e multissetorial

Numa ótica de percurso de vida, é entre os 16 e os 24 anos que se dão grandes mudanças e transições que, por vezes, definem o resto da vida: a transição do ensino secundário para o ensino superior ou para o mercado de trabalho; a saída de um curso superior para um primeiro emprego; a possível saída da cidade natal para outra cidade ou até mesmo para fora do país; a transição da unidade familiar parental para o início de uma vida a solo ou em casal. Nas preocupações dos jovens em confinamento pandémico são exatamente estes projetos que se veem frustrados, suspensos sem prazo de retoma e sob a ameaça de um futuro que se desenha sombrio:

A entrega da minha tese pode ser seriamente posta em causa em tempo; o meu casamento, provavelmente, terá que ser adiado, a minha lua-de-mel já não irá ter lugar; com a crise económica que, provavelmente, se avizinha, será muito difícil arranjar casa para arrendar/ter condições para pedir crédito de habitação [F, 24, a estudar e a trabalhar].

A falta de perspetivas futuras é a minha principal preocupação. Não poder fazer projetos por não saber quando é que a situação acaba é o

mais difícil. Creio que muita gente perderá o seu emprego e que será difícil regressar à normalidade [F, 24 anos, a trabalhar].

Efetivamente, a ameaça de uma nova crise económica atravessa as respostas da grande maioria dos inquiridos nesta faixa etária, que projetam contra esse pano de fundo os seus medos e ansiedades. O espectro do desemprego, a perda de rendimentos e a recessão económica, que perspetivam como inevitável e global, asfixiam projetos futuros. Vários recordam ainda a crise de 2008, que demonstra, assim, ter marcado uma geração que cresceu com a austeridade e que teme a ela regressar:

Futuramente, o que me preocupa é a recessão que vamos ter que enfrentar, pois vai ser uma bem pior que a de 2008, diria até que será mais equivalente à de 1929, o que me assusta muito e preocupa, pois ninguém (povo comum) está preocupado com isso agora e não percebe que esta pandemia e todas as restrições que dela advém vão causar um grande impacto na economia mundial, e Portugal não é o país mais forte economicamente a nível mundial para conseguir ultrapassar isto da forma mais fácil. Mas vamos ter que ultrapassar, dê por onde der. Agora que a taxa de desemprego vai aumentar muito, a percentagem de pessoas a viver em pobreza vai aumentar, entre muitos outros fatores, isso vai [F, 23, a estudar].

A nível coletivo preocupam-me as tantas pessoas que já sobreviviam e pagavam as rendas superinflacionadas com dificuldade que agora estiveram tanto tempo sem receber, receber menos ou foram vítimas de *lay-off* simplificado ou outro tipo de despedimentos e a diminuição no rendimento, padrão de consumo e mentalidade que se avizinha nos próximos tempos. Preocupa-me também que os líderes do mundo não saibam aprender com erros passados e voltem a trazer a austeridade, em vez da tão necessária estimulação económica. Infelizmente, esta crise biológica só vem aumentar as desigualdades sociais que já existem [M, 20, a estudar].

A crise financeira que está a acontecer e que vai piorar. Portugal estava, finalmente, a recuperar do período da *troika* e vamos voltar a ter uma crise, provavelmente bastante mais grave, visto que vai afetar vários países (tanto europeus como de outros continentes) [F, 23, a trabalhar].

Apesar de a questão da crise económica ter sido sobejamente discutida nos *media* ainda no início do confinamento, e até mais concretizada com o avançar do estado de emergência, a preocupação dos jovens com a economia não é um mero ecoar dessa atenção. Ela deriva do impacto real que o confinamento e a paralisação da economia têm na sua vida, atual ou projetada, e na dos seus entes mais próximos, principalmente na esfera laboral. Neste âmbito, a perda de emprego, a impossibilidade de trabalhar e a dificuldade em entrar no mercado de trabalho são muito referidas, mas também a preocupação com as condições económicas do agregado familiar, que, na maioria dos casos, ainda os sustenta:

Como trabalhadora, receio perder o meu emprego ou ter outra descida do salário, se a situação se prolongar, e não ter estabilidade financeira para pagar as contas. Tinha planos para o futuro, como tirar a carta até ao verão; contudo, agora já não vai concretizar-se [F, 19, a trabalhar].

Preocupação com o rendimento; a minha mãe é cozinheira de escola e quando chega a junho é despedida; por isso, se isto se prolongar, não vamos ter salário pra nos sustentar [F, 21, a estudar].

A crise que se avizinha, como sou quase recém-licenciada, passei de querer arranjar um bom emprego para querer arranjar apenas um emprego qualquer [F, 21, a estudar].

Estando desempregada e tendo em conta que as empresas não estão a recrutar de momento, a minha maior preocupação é saber que, quando o dinheiro que tenho de parte tiver acabado, não tenho como subsistir [F, 24, desempregada].

Com efeito, um inquérito elaborado pela Organização Internacional do Trabalho aos jovens entre 18 e 29 anos de idade de 23 países confirma também estas tendências, indicando que 17% dos jovens que trabalhavam antes da pandemia perderam o trabalho, quebra que foi mais acentuada nos trabalhadores mais jovens e que trabalhavam no sector dos serviços. Entre os que mantiveram o emprego, 42% revelaram redução de rendimentos, em parte também devido à redução de horários (ILO 2020).

Liberdades e afetos, participações e ausências

Além dos grandes núcleos temáticos identificados anteriormente (a economia, a educação e a saúde, sobretudo a mental), outras preocupações são sinalizadas pelos jovens, embora com menor expressão. A quarentena e o seu prolongar constituem, dentro destas, as maiores, sobretudo pela falta de liberdades e do direito à mobilidade, com o consequente impacto sobre o estilo de vida. O não poder ter férias, não poder frequentar eventos recreativos de massas ou o não poder viajar para o estrangeiro (inclusive para emigração) figuram nesta lista:

Impossibilidade de deslocar-me para o estrangeiro para trabalhar na época de verão [F, 23, a estudar].

Não conseguir gerir a quantidade de trabalho e, simultaneamente, estar em casa sem poder sair, o que acaba por criar uma sensação «clausrofóbica» [F, 23, a estudar].

Passar o verão fechada em casa e não poder fazer *Erasmus* no 1.º semestre do próximo ano [F, 20, a estudar].

A vida não voltar ao normal, não conseguir arranjar outro trabalho e, eventualmente, não conseguir emigrar [F, 19, a trabalhar e a estudar].

As notas da escola, não poder estar perto de família e amigos. Eventos cancelados que têm grande impacto na economia, por exemplo, o *Nos Alive* [M, 16, a estudar].

A quarentena impossibilita ainda a reunião com familiares e interrompe as relações com parceiros e amigos, o que constitui fonte de grande angústia não só pelas consequências do isolamento afetivo na saúde do próprio, mas também porque existe a possibilidade de morte de alguém próximo:

Não conseguir ir para a universidade e perder alguém que não esteja à espera. Estes são os meus maiores medos [F, 19, a estudar].

Sendo que tenho uma relação à distância, a minha maior preocupação é não ter possibilidade de ver o meu namorado durante um longo

período de tempo maior que o habitual (um mês e meio, no máximo). A seguinte preocupação é não poder sair de casa e viver uma vida normal, com convívio, eventos, socialização e rotinas diferentes [F, 21, a estudar].

Conseguir manter o equilíbrio familiar, a qualidade dos relacionamentos e rede de contactos e, acima de tudo, o bem-estar dos entes queridos [F, 21, a estudar].

Não ver os meus amigos e namorada durante muito tempo. Estou afastado do meu pai. Quero sair à rua e andar, sem restrições, os meus quilómetros diários habituais [M, 19, a estudar].

Entre as franjas mais desfavorecidas é notória a preocupação com a sobrevivência diária e o assegurar das condições de vida: o pagamento da conta da luz, da renda ou a alimentação:

[...] preocupa-me a saúde dos meus familiares e a renda da casa em Lisboa, que continuo a pagar sem lá poder ir [M, 21, a estudar].

Preocupa o desemprego e a miséria que a crise económica irá desencadear e as mortes não apenas fruto da doença. Preocupa que falem meios de abastecimento. Preocupa que a vacina não esteja disponível para todos. Preocupa que racionem os produtos. Preocupa que se tenha de escolher quem tem direito a viver. Preocupa que se gere violência fruto do desespero e do medo. Preocupa que se procure um bode expiatório. Preocupa que nem todos sejam vacinados devido à recusa de certos pais em vacinar os filhos [M, 20, a estudar].

Existem ainda alguns inquiridos que demonstram preocupações de ordem política, com a segurança e ordem públicas e com uma possível crise de governação ligada à confiança e à participação, mais uma vez, não só a nível nacional, mas global, confirmando ainda mais que esta é uma geração globalizada (Cicchelli e Octobre 2019):

Crise que se aproxima e instrumentalização política da situação de pandemia por partidos populistas [M, 20, a estudar].

Preocupa-me que esta crise mine a confiança nalgumas instituições, nomeadamente nas associadas à União Europeia, e que dê origem a uma onda de movimentos populistas e nacionalistas [M, 20, a estudar].

A nível político, preocupo-me bastante com a situação de vários países, como é o caso do Irão, Brasil e Hungria, onde os regimes estão a manipular as restrições necessárias para servirem propósitos autocráticos. Preocupa-me a situação de muitas minorias que podem ser gravemente afetadas com a situação atual, como é o caso da comunidade palestiniana e dos refugiados. Preocupa-me também que a opinião pública e os meios de comunicação continuem a ignorar estas questões, focando-se apenas nos desenvolvimentos do vírus. Por fim, preocupam-me os possíveis danos que o prolongamento das restrições venha a ter na participação cívica e na sociedade civil, algo que já se pode verificar em Hong-Kong [X, 23, a estudar].

Estranho é as preocupações ambientais terem tão pouca expressão no inquérito junto dos mais jovens: apenas 3 das 745 respostas indicaram o ambiente como fonte de preocupação, sobretudo tendo esta crise tido origem num vírus e sendo esta uma geração que meses antes demonstrava grande capacidade de ativismo e mobilização públicos em torno dessa causa. Parece, assim, que a agenda climática e o perigo da extinção a médio prazo se terão eclipsado perante uma ameaça à vida imediata, ainda que, precisamente, as alterações ao estilo de vida, que tanto transtorno causaram, tenham cuidado da saúde do planeta.

Notas conclusivas

Procurámos neste capítulo traçar um retrato do quotidiano de jovens (16-24 anos) durante as primeiras semanas de confinamento em Portugal, aprofundando os resultados do inquérito ICS/Iscte *COVID-19 – Os Impactos Sociais da Pandemia*. O objetivo era partir dos seus testemunhos, deixados por escrito através da resposta a algumas perguntas abertas, e aprofundá-los com mais detalhe: como descreviam o seu dia a dia, comunicavam com os outros, estavam a lidar com as restrições (o que custava mais e menos) e que preocupações sentiam no momento sobre o seu futuro.

É importante voltar a sublinhar que o inquérito *online* captou franjas favorecidas da população portuguesa, se pensarmos em níveis de escolaridade, profissões, proficiência no uso de ferramentas digitais. O mesmo acontecerá com a população jovem, na sua esmagadora maioria aqui representada através de estudantes (do ensino superior, do ensino secundário), aliás fortemente familiarizada e utilizadora intensiva de equipamentos digitais e redes sociais, usados para os mais diferentes fins (informação, comunicação, educação e lazer, designadamente). Não surpreende, por isso, que neles a transição para o ensino e o trabalho à distância tenha sido fácil, o que não significa que muitos estudantes não revelem frustração e cansaço com a escola *online*. Ora, apesar destas aparentes vantagens de partida, os jovens inquiridos são, na amostra, dos que mais revelam sofrer com as restrições impostas pelo confinamento.

No presente, o corte brutal e repentino com as rotinas próprias das culturas juvenis (sociabilidade e cosmopolitismo, encontros e relações entre pares, saídas à noite e incursões festivas, circulação e mobilidade, experimentações afetivas, corporais ou mesmo de autonomia residencial) traduziu-se num regresso e fechamento obrigatório em casa, a tempo inteiro, sob o olhar vigilante e omnipresente dos pais. É como um regresso à infância sem escola: o universo doméstico e parental é o único onde se vive, marca e fecha a fronteira entre o dentro e o fora, limita atividades, horários, convívios. Ainda assim, o esforço de viverem a sua condição juvenil nota-se na continuidade da prática intensiva de exercício físico (dentro ou fora de casa), na utilização muito intensa de plataformas digitais e redes sociais para encontro com os amigos.

Ao pensarem no seu futuro, é como se sentissem que este lhes foi roubado. Não parece haver espaço para o sonho. A transição para a vida adulta, com os seus pequenos e grandes passos, foi dramaticamente interrompida. Projetos de estudo (ir para a universidade, fazer um mestrado ou doutoramento, «fazer um *Erasmus*»), projetos profissionais (entrar no mercado de trabalho, mudar de emprego, sair da precariedade) ou de autonomização familiar (por exemplo, ir morar sozinho, com amigos ou parceiros; casar e ter filhos), projetos pessoais (viajar pelo mundo, ter uma casa própria), estão todos em suspenso. A pandemia, depois da crise de 2008, parece pôr nos ombros desta geração um destino sombrio e fechado. Com uma agravante, relativamente ao passado: «A gente agora nem pode emigrar.»

Face às acusações recentes de convívios clandestinos entre jovens, vale a pena perguntar por que razão as suas vozes não foram mais ouvidas ou por que não é o desenvolvimento de políticas públicas de resposta à emergência mais participado. Porventura estará nesta comunicação bilateral a chave para uma melhor assimilação e compreensão das medidas de saúde pública.

Alda Botelho Azevedo
Pedro Moura Ferreira

Capítulo 4

Os seniores durante o confinamento: reações, adaptações e confiança

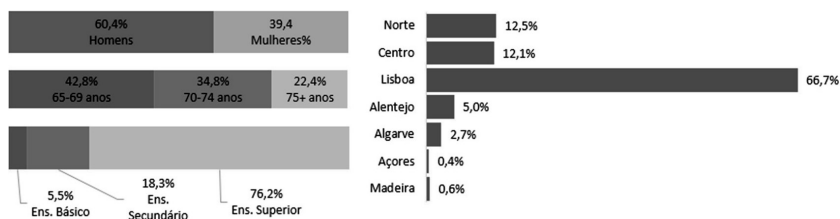
Introdução

À medida que a pandemia se espalhava por todo o mundo, a população de idade mais avançada constituiu uma das principais preocupações com que as organizações internacionais e os governos tiveram de lidar (Organização Mundial de Saúde, 2020). Devido ao seu estatuto epidemiologicamente vulnerável, as medidas e recomendações adotadas em Portugal e noutros países da União Europeia acentuaram e, em alguns casos, bastante, como nas medidas adotadas em relação às residências seniores (Azevedo 2020), o perímetro do confinamento a que a população, em geral, foi sujeita (República Portuguesa, 2020). É neste contexto de um isolamento mais pronunciado que os dados do inquérito *online* ICS/Iscte – *Os Impactos Sociais da Pandemia*, mesmo não sendo representativos da população portuguesa (ICS/Iscte, 2020), podem contribuir no sentido de se compreender melhor o impacto dessas medidas na vida das pessoas mais velhas e as consequências que poderão vir a ter no plano coletivo.

Os dados analisados neste capítulo referem-se às 1907 pessoas com 65 e mais anos, doravante apenas inquiridos seniores que, tendo conhecimento do inquérito *online*, se mostraram mais predispostos

ou interessados em responder. A amostra diz, assim, respeito apenas a um segmento mais instruído, urbano e um pouco mais masculino da população sénior (figura 1.4). Apesar da reduzida diversidade social que a amostra encerra, as respostas contribuem para uma melhor compreensão do impacto e das consequências do confinamento, que podem ter uma expressão mais ampla, embora não possam fundamentar extrapolações ou generalizações para o conjunto da população portuguesa.

Figura 1.4 – Caracterização sociodemográfica dos inquiridos com 65 e mais anos (básico, secundário, superior)



Fonte: Inquérito ICS/Iscte – *Os Impactos Sociais da Pandemia*, 2020, análises próprias.

Outro aspeto importante para o entendimento das respostas a este inquérito tem a ver com o facto de a recolha de dados ter decorrido uma semana após a declaração do estado de emergência, pelo que se reporta apenas a uma fase inicial da experiência de confinamento. É bem possível que os dados reflitam as primeiras reações a uma situação inusitada e não revelem ainda outros efeitos que só se manifestam com o tempo. Deste modo, os dados aqui analisados procuram dar conta de um conjunto de comportamentos e de atitudes sociais e políticas que se desencadearam a partir da pandemia da COVID-19 e das medidas adotadas para a combater.

As respostas ao inquérito podem ser organizadas em torno de três grandes questões que nortearam a análise: as reações e as expectativas em relação às medidas adotadas; as adaptações dos seniores durante o confinamento; a confiança e o apoio nas instituições e instâncias decisórias e fontes de informação. Sempre que relevantes, estas questões são analisadas a partir de alguns enquadramentos sociodemográficos e ideológicos, como o género ou o grupo etário, mas também a composição familiar e a posição ideológica dos inqui-

ridos. Isto porque, por um lado, atendendo a que uma grande parte dos seniores vive só ou em casal, as restrições à mobilidade durante o estado de emergência podem ter colocado constrangimentos adicionais, condicionando o modo de encarar as restrições impostas. Por outro lado, atendendo a que a esmagadora maioria dos inquiridos tem o ensino superior e está reformada, estes atributos têm também de ser considerados, quer relativamente a eventuais efeitos económicos da pandemia, quer em relação a eventuais efeitos disruptivos nas suas vidas quotidianas.

Por fim, importa realçar de novo que a análise que se segue constitui um estudo exploratório da experiência de confinamento dos participantes neste estudo, não devendo, por isso, as suas conclusões ser inferidas ou generalizadas para a população com 65 e mais anos residente em Portugal.

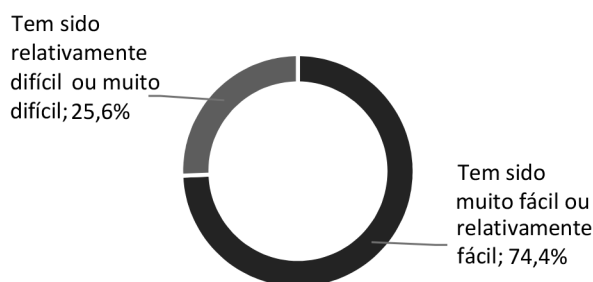
Reações e expectativas dos seniores face às medidas decorrentes da declaração do estado de emergência

Nesta secção analisam-se, em primeiro lugar, as reações dos seniores às medidas adotadas na sequência da declaração do estado de emergência através de uma resposta dicotómica: estar a ser muito fácil ou relativamente fácil lidar com as restrições ou, pelo contrário, estar a ser relativamente difícil ou muito difícil. Em seguida, considera-se o impacto da pandemia na situação financeira do agregado familiar enquanto possível fator condicionador dessas reações, contextualizando esse efeito, por um lado, com a situação financeira anterior e, por outro, com as expectativas económicas dos seniores no caso de as restrições se prolongarem no tempo. Finalmente, descrevem-se as expectativas dos seniores quanto ao tempo para o qual se sentem preparados para viver com as restrições, tendo em conta as atitudes perante as medidas adotadas.

Na segunda semana do confinamento domiciliário imposto no âmbito da doença COVID-19 pela declaração do estado de emergência em 18 de março de 2020, a grande maioria dos inquiridos com 65 e mais anos considerava estar a ser muito fácil ou relativamente fácil lidar com as medidas de restrições (74,4%) (figura 2.4). Ainda

assim, nesta fase inicial não são negligenciáveis os casos em que lidar com as restrições impostas pela pandemia estava a ser relativamente difícil ou muito difícil (25,6%).

Figura 2.4 – Reações às restrições impostas pelo estado de emergência



Quadro 1.4 – Reações às restrições impostas pelo estado de emergência por género e por grupo etário

	Fácil	Difícil	Inquiridos
Homens	75,7%	24,3%	1 144
Mulheres	72,6%	27,4%	748
65-69 anos	74,8%	25,2%	814
70-74 anos	76,1%	23,9%	657
75 e mais anos	70,9%	29,1%	426

Do ponto de vista sociográfico, as reações às medidas parecem variar de acordo com algumas variáveis (quadro 1.4). Por género, a percentagem de pessoas a lidar facilmente com as restrições impostas pelo estado de emergência é superior nos homens (75,7% e 72,6%, respetivamente). Por grupo etário, é nas idades intermédias, entre os 70 e os 74 anos, que se refere mais frequentemente estar a ser fácil lidar com o confinamento (76,1%), seguido pelo grupo etário dos 65 aos 69 anos (74,8%). Deste modo, é entre os mais velhos, ou seja, pessoas com 75 e mais anos, que a percentagem de pessoas a lidar com facilidade com o confinamento é menor (70,9%). Embora este padrão sugira que o confinamento afeta mais a população mais

envelhecida, há dois efeitos específicos que se manifestam em idades distintas. Nas idades menos avançadas, o confinamento pode levantar dificuldades adicionais aos seniores que ainda estão no mercado de trabalho, hipótese reforçada pelo facto de 26,9% dos inquiridos neste grupo etário que se encontram a fazer trabalho pago considerarem estar a ser difícil lidar com as restrições, enquanto essa percentagem entre os reformados é de 22,9%. Nas idades mais avançadas, as restrições podem ter um efeito mais negativo em virtude de uma maior dependência de auxílio ou necessidade de apoio externo. Com efeito, 74,5% dos inquiridos com 75 e mais anos precisam de apoio e, entre os que o recebem, 29,6% consideram ser difícil lidar com as restrições impostas pela pandemia. Entre as pessoas mais velhas que não precisam de apoio, a percentagem é mais reduzida, 23,2%.

Não obstante a relevância do género e do grupo etário no nível de dificuldade com que os seniores estão a viver as restrições do confinamento, a tipologia do agregado familiar durante este período parece desempenhar um papel ainda mais considerável (quadro 2.4). A percentagem de pessoas que avaliam como fácil a experiência do confinamento é mais elevada entre os seniores que vivem em famílias complexas (79,6%), em casal com filhos (77,8%) e em agregados monoparentais (75,3%) do que entre os seniores a viver em agregados unipessoais (73,3%) e em casal sem filhos (74,1%). Assim, a tipologia do agregado familiar parece influenciar as experiências de confinamento, penalizando os seniores que residem sós ou sem

Quadro 2.4 – Reações às restrições impostas pelo estado de emergência por tipologia do agregado doméstico durante o confinamento

Tipologia do agregado*	Fácil	Difícil	Inquiridos
Unipessoal	73,3%	26,7%	390
Casal sem filhos	74,1%	25,9%	1061
Monoparental	75,3%	24,7%	74
Casal com filhos	77,8%	22,2%	145
Complexo	79,6%	20,4%	143

* Os dados apresentados referem-se apenas às categorias para as quais foram recolhidas 50 ou mais respostas válidas. Esta nota aplica-se a todo o capítulo.

Fonte: Inquérito ICS/Iscte – *Os Impactos Sociais da Pandemia*, 2020, análises próprias.

filhos, situação onde ligeiramente mais de um em cada quatro seniores refere estar a ser difícil lidar com as medidas adotadas.

Apesar de algumas diferenças por género, por grupo etário e por tipologia do agregado doméstico, a tendência geral entre os seniores é considerarem tratar-se de uma experiência relativamente fácil ou muito fácil. Tendo em conta que os mais velhos são um dos principais grupos de risco, importa considerar potenciais fatores explicativos desta tendência. Em primeiro lugar, estes resultados podem ser justificados por um efeito do momento. Como já foi referido, o inquérito realizado captura as reações iniciais ao primeiro confinamento domiciliário. Este foi um período conturbado em que se sucederam medidas e recomendações governamentais e durante o qual instituições e serviços do Estado difundiram através dos meios de comunicação social grandes quantidades de informação. Em Portugal acompanhavam-se ainda com particular atenção os casos de outros países da Europa do Sul, nomeadamente em Itália e em Espanha, onde a pandemia estava a ter um impacto epidemiológico muito acentuado.

Em segundo lugar, sendo a reforma a situação perante o trabalho de 73,4% dos inquiridos seniores, há um certo efeito de *continuum* no quotidiano pré e pós-confinamento. Não tendo sido necessária uma transição para o regime de teletrabalho, com os constrangimentos na organização dos espaços e dos tempos familiares e de trabalho que essa transição implica entre uma grande parte dos inquiridos seniores, o confinamento domiciliário não impôs grandes alterações ao quotidiano, embora possa ter tido reflexos em atividades sociais e na mobilidade externa.

Em terceiro lugar, pode existir um efeito de geração na explicação desta atitude geral para lidar facilmente com as restrições impostas pelo estado de emergência. Os inquiridos seniores nasceram entre 1926 e 1955. Isto quer dizer que estas pessoas assistiram e/ou participaram em diversos acontecimentos que marcaram o século xx, como, por exemplo, a Segunda Grande Guerra, a ascensão e queda da ditadura salazarista e a adesão de Portugal à União Europeia. Estas pessoas, com 65 e mais anos, acompanharam também os extraordinários desenvolvimentos na medicina, mobilidade, comunicação e informação. Por fim, estas pessoas assistiram ainda a importantes progressos nas condições de vida e de saúde da população portuguesa. Esta memória do passado poderá ter contribuído para con-

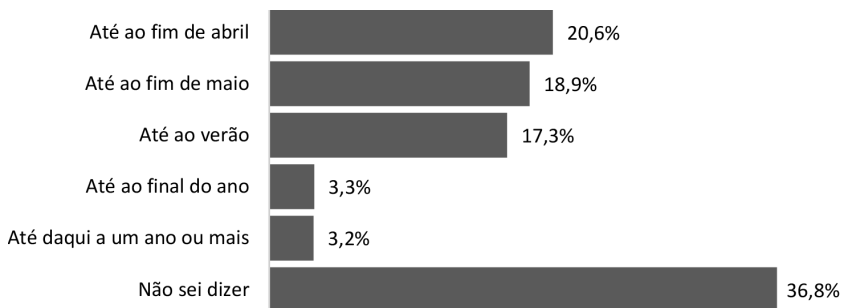
tornar e enfrentar mais positivamente os incómodos e limitações provocados pela situação de pandemia e das medidas restritivas.

Explicitados alguns dos fatores que poderão concorrer para as reações e atitudes dos seniores em relação às restrições impostas pelo estado de emergência, podemos passar a analisar as suas expectativas quanto ao tempo para o qual se sentem preparados para viver com essas restrições e quanto ao impacto dessas medidas na sua situação económica.

Relativamente à preparação para viver com as restrições por mais tempo, 20,6% dos seniores assinalam sentir-se preparados para viver em confinamento até ao fim de abril de 2020 e 18,9% até ao fim de maio de 2020 (figura 3.4). Quer isto dizer que 39,5% dos seniores se sentiam apenas preparados para um confinamento de curto prazo. Uma percentagem bastante menor disse sentir-se preparada para manter o confinamento até ao fim do verão (17,3%) e só cerca de 3% dos inquiridos se referem a um prazo mais longo: até ao final do ano ou até daqui a um ano ou mais (3,3% e 3,2%, respetivamente). De realçar que 36,8% dos seniores assinalam não saber até quando se sentem preparados para viver com as restrições do estado de emergência, sendo esta mesmo a opção mais frequente.

Esta incerteza quanto ao tempo para o qual as pessoas se sentem preparadas para lidar com a situação epidémica pode parecer contraditória com a facilidade com que a maioria dos inquiridos (74,4%) tem encarado as restrições e limitações das medidas adotadas. Anali-

Figura 3.4 – Expectativas sobre o tempo durante o qual se sente preparado para viver sob as restrições impostas pela declaração do estado de emergência

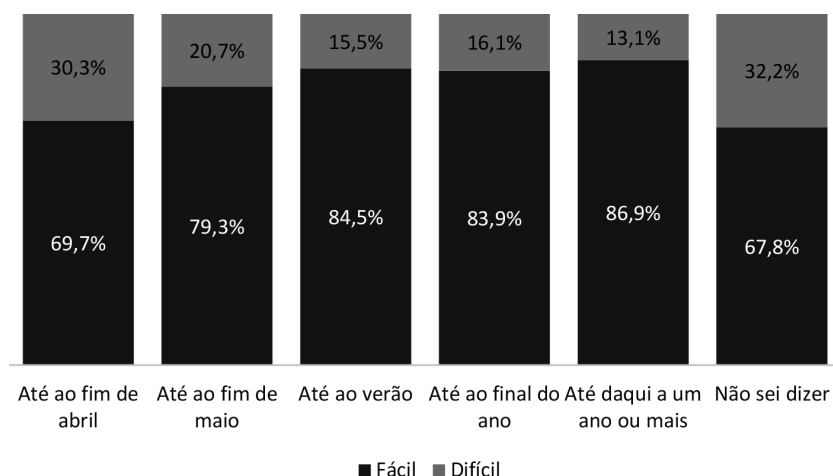


Fonte: Inquérito ICS/Iscte – *Os Impactos Sociais da Pandemia*, 2020, análises próprias.

sando as reações às restrições segundo as expectativas sobre a duração do confinamento, mostram que na resposta «não sabe», que é a mais assinalada (36,8%), 67,8% referem estar a ser fácil viver com as restrições e 32,2% assinalam estar a ser difícil (figura 4.4). Nas outras opções de resposta verifica-se que na segunda resposta mais assinalada, até ao fim de abril, existem 30,3% de inquiridos a expressarem dificuldades face às restrições, uma percentagem superior à que se observa nas respostas que contemplam tempos mais longos. Assim, na medida em que uma grande parte dos seniores que referem estar a ter dificuldade em lidar com as restrições não sabe dizer até quando se sente preparada para viver sob as restrições ou perspectiva uma preparação para um confinamento de curto prazo, os dados apontam para uma ligação entre as dificuldades em adaptar-se às medidas e a fraca resiliência em viver com elas por períodos mais longos.

Passando a abordar o segundo efeito, ou seja, as expectativas quanto ao impacto económico decorrente da pandemia caso as restrições se prolonguem por mais um mês, a grande maioria dos inquiridos seniores refere poder continuar a pagar as despesas normais do

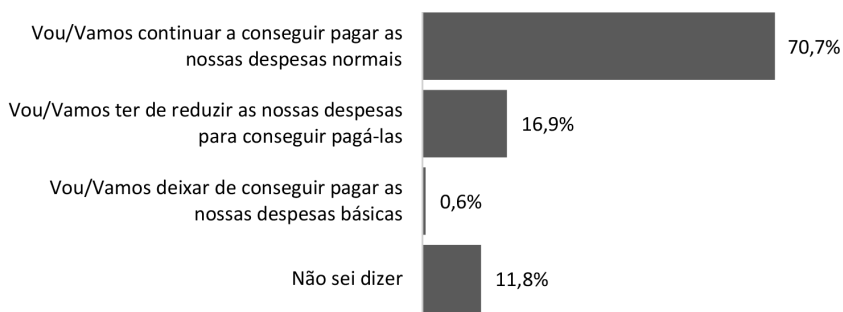
Figura 4.4 – Reações às restrições impostas pelo estado de emergência segundo as expectativas sobre o tempo durante o qual se sente preparado para viver sob as restrições impostas pela declaração do estado de emergência



Fonte: Inquérito ICS/Iscte – Os Impactos Sociais da Pandemia, 2020, análises próprias.

agregado doméstico (70,7%) (figura 5.4). Uma parte menor, ainda assim expressiva, assinala ter de reduzir as despesas para conseguir pagá-las (16,9%). A situação de vir a deixar de conseguir pagar as despesas é muito pouco frequente entre os inquiridos (0,6%). Por último, há uma percentagem considerável de pessoas que não sabem dizer o que pode acontecer (11,8%).

Figura 5.4 – Expectativas sobre o impacto financeiro decorrente da pandemia caso as restrições se prolonguem por mais um mês

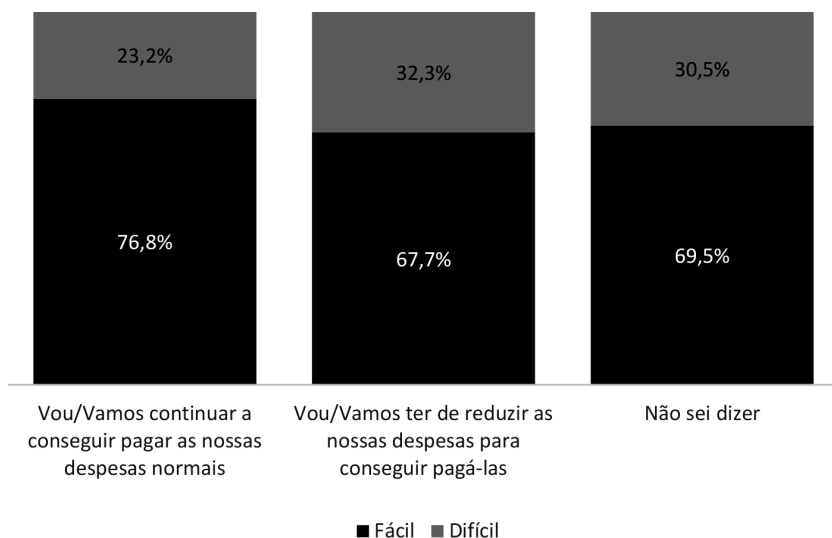


Fonte: Inquérito ICS/Iscte – *Os Impactos Sociais da Pandemia*, 2020, análises próprias.

Analisando a ligação entre as reações às medidas impostas pelo estado de emergência e as expectativas sobre o impacto económico caso as restrições se prolonguem por mais um mês, observa-se que a maioria dos 70,7% de respondentes que têm a expectativa de continuarem a pagar as despesas normais do agregado doméstico considera fácil viver sob as restrições (76,8%) (figura 6.4). É entre os que consideram ter de reduzir despesas e os que não sabem antecipar o impacto económico decorrente da pandemia que o peso das pessoas que consideram estar a ser difícil lidar com as medidas de restrição é superior (32,3% e 30,5%, respetivamente). Estes resultados estão assim alinhados com a reduzida resiliência em conseguir viver com as medidas restritivas por mais tempo, reforçando a ideia de que aqueles que estão a ter maiores dificuldades perante essas medidas tendem a ter expectativas mais negativas ou uma maior incerteza sobre o futuro.

Não obstante estas incertezas e expectativas, a situação económica do agregado doméstico da maior parte dos seniores não foi,

Figura 6.4 – Reações às restrições impostas pelo estado de emergência segundo as expectativas sobre o impacto financeiro decorrente da pandemia caso as restrições se prolonguem por mais um mês

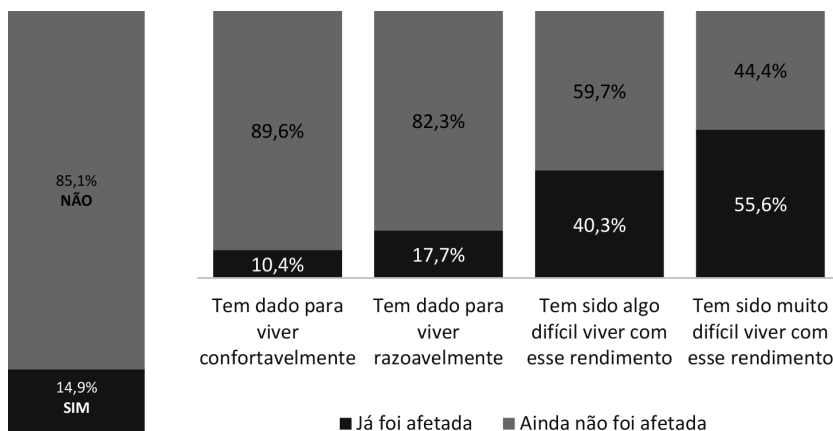


Fonte: Inquérito ICS/Iscte - *Os Impactos Sociais da Pandemia*, 2020, análises próprias.

pelo menos até então, afetada pela pandemia (85,1%) (figura 7.4). Contudo, apesar do curto período decorrido entre a declaração do estado de emergência e a realização do inquérito, a existência de impacto económico decorrente da pandemia no agregado doméstico é já assinalada por 14,9% dos inquiridos. Considerando a situação económica do agregado antes da pandemia, verifica-se que há mais pessoas cuja situação económica foi já afetada entre aqueles que viviam com dificuldades antes da pandemia. Portanto, os resultados indicam que a situação económica anterior à pandemia se reflete na resiliência aos impactos financeiros da pandemia, pelo que os inquiridos com maior vulnerabilidade económica antes da pandemia são também os primeiros a sentir os impactos da mesma.

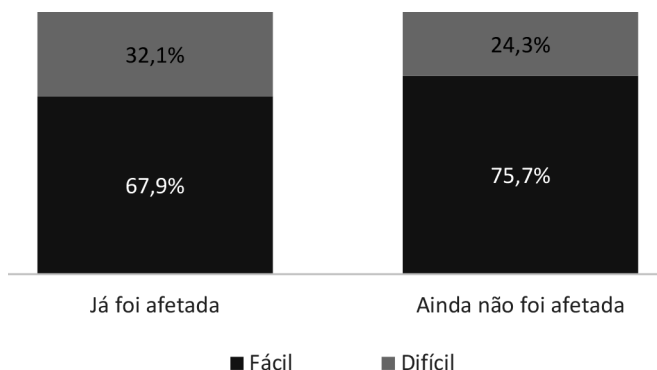
Na mesma linha, a ligação entre as reações às restrições impostas pelo estado de emergência e o impacto económico decorrente da pandemia faz notar que o peso dos seniores que consideram estar a ser difícil lidar com as restrições impostas é superior entre os que assinalam ter sido por ela afetados (figura 8.4). Apesar de as diferen-

Figura 7.4 – Existência de impacto financeiro decorrente da pandemia no agregado doméstico segundo a situação financeira antes da pandemia



Fonte: Inquérito ICS/Iscte – *Os Impactos Sociais da Pandemia*, 2020, análises próprias.

Figura 8.4 – Reações às restrições impostas pelo estado de emergência segundo o impacto da pandemia na situação financeira do agregado doméstico



Fonte: Inquérito ICS/Iscte – *Os Impactos Sociais da Pandemia*, 2020, análises próprias.

ças não serem muito expressivas, os resultados parecem sugerir que o impacto económico ajuda a explicar, em certa medida, as dificuldades perante as restrições impostas pelo estado de emergência.

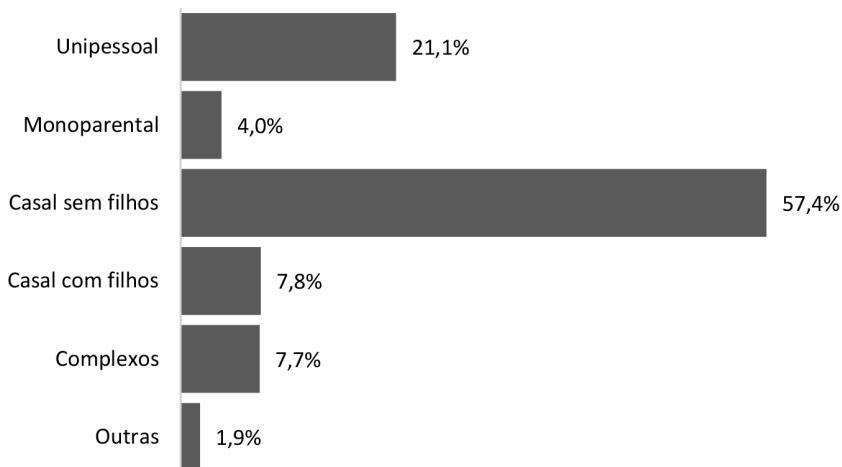
A análise das relações entre as reações e as expectativas dos seniores sobre as restrições impostas pelo estado de emergência salienta alguns elos de ligação que importa sistematizar. Por um lado, o nível de dificuldade em lidar com as restrições parece estar condicionado pelo impacto económico na situação do agregado familiar, na medida em que as reações favoráveis são mais frequentes entre os que não foram afetados financeiramente pela crise. Por sua vez, a montante, o impacto económico surge condicionado pela situação anterior, o que, a jusante, se poderá repercutir nas expectativas relativamente à resiliência com que se encara a possibilidade de prolongamento do estado de emergência. Por outro lado, o modo como os seniores encaram o nível de dificuldade em lidar com as restrições parece condicionar as expectativas quanto à preparação para viver com elas por mais tempo, sendo as expectativas de longo prazo mais frequentes entre os seniores com facilidade em lidar com as medidas de restrição. Em suma, as reações positivas às restrições são mais frequentes entre os que dizem não ter sido afetados, assinalam uma desafogada situação financeira anterior e não antecipam a necessidade de reduzir despesas no caso de o estado de emergência se prolongar.

Adaptações dos seniores durante o confinamento

Na medida em que determinam a segurança, o conforto e o bem-estar dos seniores, as experiências de confinamento domiciliário dependem em muito das condições de vida e habitacionais dos indivíduos. Na primeira fase do estado de emergência da pandemia por COVID-19, o discurso governativo focava um dever especial de proteção baseado no critério da idade cronológica, ter 70 e mais anos, embora o cumprimento das orientações governativas dependa da capacidade de provisão dos bens e dos serviços essenciais. Nesta secção analisam-se as condições e adaptações dos seniores durante o confinamento, nomeadamente quanto a possíveis mudanças familiares, aos apoios recebidos, ao papel que o comércio *online* desempenhou e à adequação das condições habitacionais.

Durante o confinamento, mais de metade dos inquiridos seniores assinala viver em agregados domésticos constituídos por um casal sem filhos (57,7%) (figura 9.4). São também frequentes as situa-

Figura 9.4 – Tipologia do agregado familiar durante o confinamento



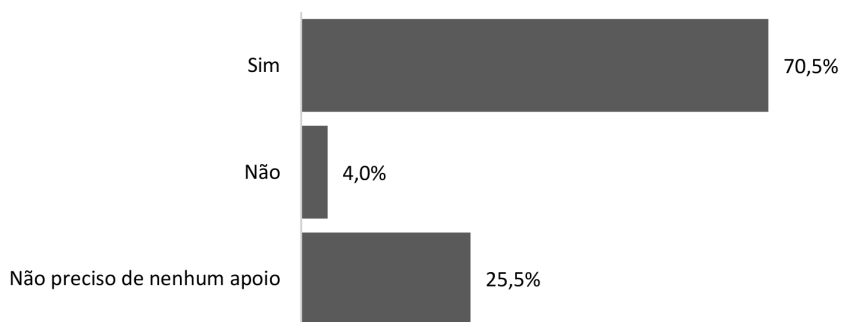
Fonte: Inquérito ICS/Iscte – *Os Impactos Sociais da Pandemia*, 2020, análises próprias.

ções das pessoas que vivem sós (21,1%). Assim, as formas de viver em família dos seniores que resultam da fase do ciclo de vida e do processo de envelhecimento pautam-se pela ausência de pessoas de outros grupos etários que, em situação de pandemia, poderiam estar disponíveis, se necessário, para prestar um apoio continuado. Menos frequentes entre os seniores são as tipologias de agregado doméstico de casal com filhos e de agregados complexos onde vivem (respetivamente, 7,8% e 7,7% dos seniores). Por último, em agregados monoparentais vivem 4% dos inquiridos seniores.

A grande maioria destes seniores, nove em cada dez, vive com as mesmas pessoas com quem vivia antes da pandemia. Entre os poucos que mudaram de residência destacam-se os que, durante o confinamento, residem em agregados complexos (34,5%), o que poderá relacionar-se com uma estratégia familiar de apoio ou de acolhimento. Aliás, há evidência de que durante o período de confinamento se intensificaram formas de apoio à população sénior. De facto, uma grande parte dos inquiridos diz ter recebido apoio de forma a poder reduzir as saídas de casa a circunstâncias excecionais (70,5%) (figura 10.4). Não obstante, refira-se também que 25,5% dos seniores assinalaram não necessitar de nenhum apoio. De salientar ainda que 4% dos inquiridos referem não receber apoio suficiente, apesar de

precisarem. As necessidades de apoio aumentam à medida que a idade avança, o que se traduz numa maior percentagem de pessoas entre os 75 e mais anos (75,4%) a referirem receber o apoio suficiente para reduzirem as saídas de casa.

Figura 10.4 – Reações às restrições impostas pelo estado de emergência segundo receber apoio suficiente que permita sair de casa apenas em circunstâncias excecionais



Fonte: Inquérito ICS/Iscte – *Os Impactos Sociais da Pandemia*, 2020, análises próprias.

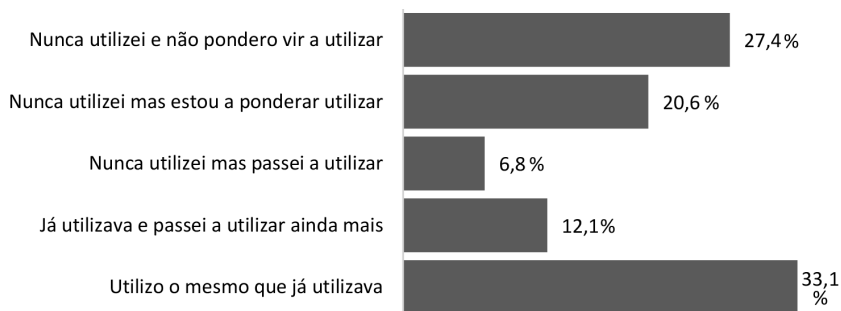
No que respeita aos apoios, os seniores não são só destinatários, podendo também ser, em muitos casos, prestadores de apoio. Uma parte significativa dos inquiridos seniores prestam apoio a alguém que não vive na mesma casa (17,1%), principalmente a membros familiares e amigos. São sobretudo as pessoas entre os 65 e os 69 anos que prestam essa ajuda (56,3%), sendo que a frequência destas situações diminui à medida que a idade avança (27,1% no grupo etário dos 70-74 anos e 16,6% no dos com 75 e mais anos), facto que estará relacionado com a própria autonomia, menor nas idades mais avançadas. O apoio prestado traduz-se sobretudo em apoio moral, apoio na provisão de bens e serviços essenciais e, por fim, apoio financeiro.

Durante o confinamento surgiu ou intensificou-se outra forma de apoio em relação a determinados «serviços» que podem ser prestados aos mais velhos. Em certo sentido, a utilização de plataformas de comércio *online* para a aquisição de bens essenciais reduz a necessidade de apoio e facilita o recolhimento domiciliário. Ao longo desse período, sensivelmente, um em cada três inquiridos seniores manteve hábitos de compras *online* (33,1%) (figura 11.4). Um aumento da

utilização verificou-se em 12,1% dos inquiridos e os novos utilizadores constituem 6,8% da amostra. Entre os novos utilizadores, apesar de muitos referirem não estar a ter dificuldades, são frequentes as referências a barreiras relacionadas com a utilização das plataformas, nomeadamente com o processo de compra e de pagamento *online*, mas também decorrentes da pandemia, com a indisponibilidade de determinados bens e o elevado período para a realização da entrega.

Nunca utilizaram, mas ponderam fazê-lo, é a situação de 20,6% dos inquiridos, enquanto 27,4% nunca utilizaram e não ponderam vir a fazê-lo. Apesar de a técnica de amostragem utilizada no inquérito se repercutir numa amostra de inquiridos seniores com elevado nível de habilitações literárias e acesso à internet, quase metade dos inquiridos não utiliza plataformas *online* para a compra de bens essenciais, reforçando a possibilidade de que dificuldades e/ou insegurança na utilização e pagamento *online* podem estar a afastá-los da utilização destes serviços.

Figura 11.4 – Utilização de plataformas *online* para a compra de bens essenciais



Fonte: Inquérito ICS/Iscte – *Os Impactos Sociais da Pandemia*, 2020, análises próprias.

Por grupo etário, verifica-se que a maioria das pessoas entre os 65 e os 74 anos faz a mesma utilização das plataformas *online* para a aquisição de bens essenciais que já fazia anteriormente à pandemia (35,7% e 35,1%, respetivamente), seguida da situação de não utilizar e não ponderar vir a fazê-lo (24% e 26,5%, respetivamente) (quadro 3.4). Entre as pessoas com 75 e mais anos, as situações mais frequentes invertem-se: a mais frequente é não utilizar e não pon-

derar vir a fazê-lo (35,5%), seguida de não utilizar o mesmo que anteriormente (24,9%). Assim, com o envelhecimento, para além de uma menor utilização das plataformas *online* para a aquisição de bens essenciais, há uma predisposição menor para ponderar vir a utilizar.

Quadro 3.4 – Utilização de plataformas *online* para a compra de bens essenciais por grupo etário

	65-69	70-74	75+	Inquiridos
Nunca utilizei e não pondero vir a utilizar	24,0%	26,5%	35,3%	521
Nunca utilizei, mas estou a ponderar utilizar	20,4%	19,4%	22,8%	391
Nunca utilizei, mas passei a utilizar	6,3%	6,7%	8,2%	130
Já utilizava e passei a utilizar ainda mais	13,6%	12,4%	8,7%	230
Utilizo o mesmo que já utilizava	35,7%	35,1%	24,9%	629

Fonte: Inquérito ICS/Iscte – *Os Impactos Sociais da Pandemia*, 2020, análises próprias.

Por último, no que respeita às condições habitacionais, um destaque positivo para o facto de pouco mais de nove em cada dez inquiridos seniores classificarem essas condições adequadas quanto às características da habitação e ao número de pessoas que nela residem (92%), o que, nas circunstâncias extraordinárias impostas pela situação, é ainda mais importante.

A análise das condições e adaptações dos inquiridos seniores durante o confinamento faz sobressair, em primeiro lugar, situações de isolamento físico dos mais velhos que vivem sós ou em casal. Ainda que a situação mais frequente seja a de não existência de mudança residencial desde o confinamento, quando existe, dá muitas vezes lugar a agregados domésticos complexos, numa eventual estratégia familiar de proteção e segurança dos mais velhos. Em segundo lugar, salienta-se o papel das redes familiares e de vizinhança no apoio recebido, mais importante entre as pessoas com idades mais avançadas, mas também prestado, permitindo, de alguma forma, reduzir o número de saídas a circunstâncias excecionais. Em terceiro lugar, no cumprimento do recolhimento domiciliário, a utilização de plataformas de comércio *online* tem também desempenhado um papel importante, apesar de algumas dificuldades sentidas pelos utilizadores. Em quarto e último lugar, assinala-se que os inquiridos seniores referem dispor de condições habitacionais adequadas ao confina-

mento, quer ao nível das características, quer ao nível da lotação do alojamento.

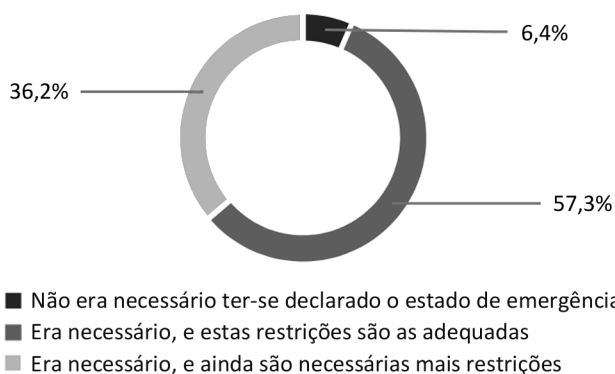
Confiança e apoio dos seniores nas instituições e fontes de informação

A confiança nas medidas e na informação que é transmitida em relação à pandemia surge como um aspeto decisivo no seu controlo, na medida em que reforça o comprometimento com as normas e comportamentos que devem ser adotados com vista a eliminar ou, pelo menos, a reduzir as cadeias de transmissão. Além disso, para a população sénior na situação extraordinária da pandemia por COVID-19, a confiança na informação e na ação governativa pode ajudar a mitigar, pelo menos, parte dos efeitos negativos que decorrem das medidas de restrição e a transmitir sentimentos de segurança, apoio e proteção. Nesta secção analisa-se, em primeiro lugar, o apoio dos inquiridos seniores relativamente à declaração do estado de emergência e a perceção dos seniores sobre a forma como os portugueses estão a encarar a pandemia. Em segundo lugar, avalia-se, por um lado, a confiança que os seniores depositam em diferentes órgãos e instituições que têm protagonizado a resposta à crise epidémica e, por outro, a credibilidade atribuída à informação transmitida por diferentes fontes de informação.

De uma maneira geral, os inquiridos seniores consideram que era necessário declarar o estado de emergência decretado pelo presidente da República no âmbito da COVID-19 e que as restrições impostas são adequadas (57,3%) (figura 12.4). Contudo, uma expressiva parte dos seniores considera que se deveria ter ido mais longe nas medidas adotadas, considerando que são ainda necessárias mais restrições (36,2%). Apenas 6,4% dos inquiridos seniores consideram que não era necessário ter-se declarado o estado de emergência.

As posições mais críticas em relação à posição maioritária de apoio à declaração do estado de emergência parecem, pelo menos em parte, explicadas por razões ideológicas. Com efeito, a favor de medidas restritivas adicionais (36,2%), observa-se que os seniores que se posicionam ideologicamente à direita estão mais bem representados (47,3%) do que os que se posicionam à esquerda (38,1%) ou ao centro (14,6%).

Figura 12.4 – Opinião dos inquiridos sobre a necessidade de declarar o estado de emergência



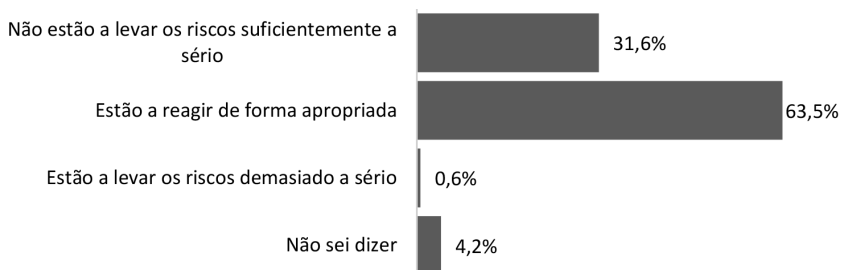
Fonte: Inquérito ICS/Iscte - *Os Impactos Sociais da Pandemia*, 2020, análises próprias.

Quanto à opinião sobre como os portugueses, em geral, estão a encarar a pandemia, a maioria dos inquiridos seniores considera que estão a reagir de forma apropriada (63,5%), embora a segunda resposta mais frequente seja a de que os portugueses não estão a levar os riscos suficientemente a sério (31,6%) (figura 13.4). Esta última posição contrasta com o facto de praticamente não haver quem defenda a posição contrária, ou seja, que os portugueses estão a levar os riscos demasiado a sério (0,6%), uma percentagem inferior à dos que não sabem dizer (4,2%).

Também as vozes mais críticas sobre a forma como os portugueses estão a encarar a situação de pandemia parecem ser influenciadas pela matriz ideológica dos inquiridos. Entre os seniores que consideram que os portugueses não estão a levar suficientemente a sério a pandemia (31,6%) sobressaem os indivíduos de direita (43,1%), seguidos dos de esquerda (41,6%) e, por fim, os do centro (15,3%).

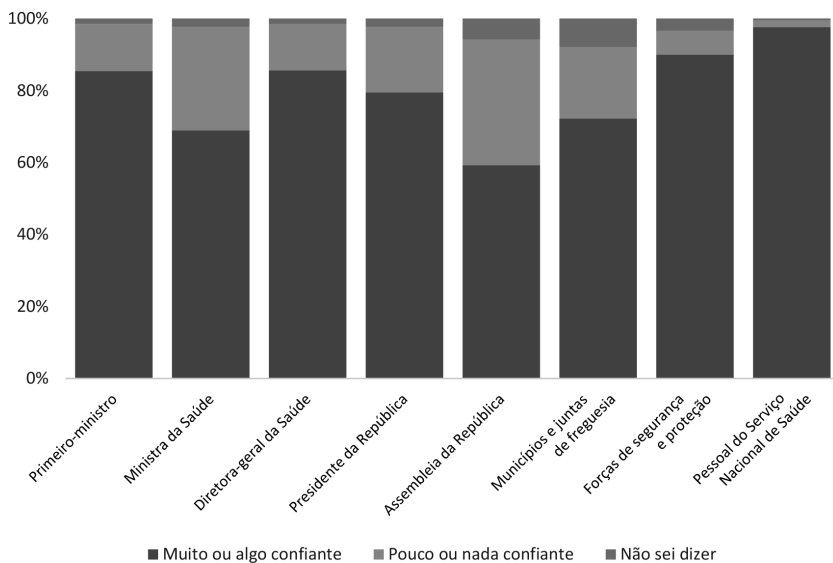
Relativamente à confiança que a resposta à crise epidémica por parte das instituições suscitou, a quase totalidade dos inquiridos seniores manifesta uma atitude muito positiva (figura 14.4). Por ordem decrescente, a área da saúde é a que surge à frente, com os inquiridos a expressarem confiança ou muita confiança no corpo médico, de enfermagem e nos técnicos auxiliares do Serviço Nacional de Saúde (97,6%). Segue-se na segunda posição a confiança na

Figura 13.4 – Perceção sobre a maneira como os portugueses, em geral, estão a encarar a pandemia



Fonte: Inquérito ICS/Iscte – *Os Impactos Sociais da Pandemia*, 2020, análises próprias.

Figura 14.4 – Confiança na resposta à crise das principais instituições democráticas



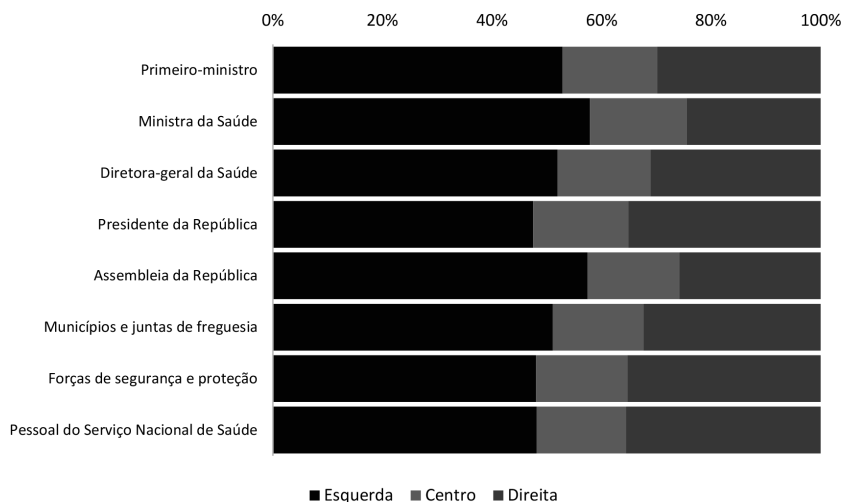
Fonte: Inquérito ICS/Iscte – *Os Impactos Sociais da Pandemia*, 2020, análises próprias.

área da segurança e de proteção civil (89,9%). Só então surge a área política e governamental, discriminada por diferentes órgãos, que recolhem apoios bem diferenciados, designadamente a diretora-geral da Saúde (85,6%), o primeiro-ministro (85,4%), o presidente da

República (79,5%), os municípios e as juntas de freguesia (72,2%), a ministra da Saúde (68,9%) e, por fim, a Assembleia da República (59,2%). Assim, pelo menos, metade dos inquiridos manifesta-se muito ou algo confiante na resposta à pandemia por parte destas instituições contempladas no inquérito, embora haja maior consenso relativamente às áreas da saúde, de segurança e de proteção, que protagonizam a primeira linha de resposta à pandemia, do que em relação à área política, em que a confiança surge mais espartilhada, em parte, devido à posição ideológica e política dos inquiridos.

Com efeito, é precisamente quanto à confiança na resposta à pandemia por parte da ministra da Saúde e da Assembleia da República que as opiniões mais divergem segundo a posição ideológica (figura 15.4). Os seniores confiantes na resposta à pandemia pela ministra da Saúde posicionam-se sobretudo à esquerda (57,9%), seguindo-se a direita (24,5%) e depois o centro (17,6%). No que respeita a Assembleia da República, a diferença é menor, mas ainda assim bastante expressiva, 57,5% dos confiantes posicionam-se à esquerda, 25,8% à direita e 16,7% ao centro. Estas diferenças con-

Figura 15.4 – Posição ideológica dos seniores muito ou algo confiantes na resposta à crise das principais instituições democráticas

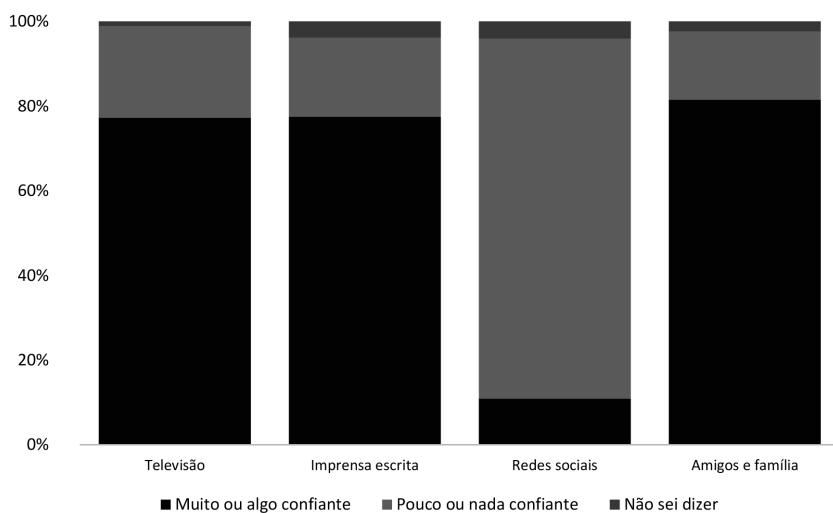


Fonte: Inquérito ICS/Iscte – *Os Impactos Sociais da Pandemia*, 2020, análises próprias.

trastam com a distribuição ideológica dos seniores que confiam na resposta à crise do presidente da República, mais equilibrada (47,5% à esquerda, 35,1% à direita e 17,4% ao centro). Do mesmo modo, fora da área política, nomeadamente nas áreas da saúde, da segurança e da proteção, as diferenças ideológicas não são relevantes.

Outro aspeto importante do sentimento de confiança envolve o acesso à informação e sobretudo a credibilidade da mesma, especialmente a que é difundida pelos meios de comunicação social (figura 16.4). Por isso, o inquérito indagou também a confiança dos portugueses relativamente a diferentes fontes de informação sobre a COVID-19. Inquiridos sobre os diferentes órgãos de comunicação social, como a televisão e a imprensa escrita (jornais e revistas), as redes sociais e as relações informais com amigos e familiares (que não profissionais de saúde), verifica-se que esta última fonte de informação é a mais credível para os seniores (81,5%), ultrapassando mesmo as fontes mais tradicionais, nomeadamente a imprensa escrita e a televisão (77,5% e 77,3%, respetivamente). As redes sociais têm um lugar de destaque pela negativa, enquanto fonte de informação em que os inquiridos seniores confiam pouco ou nada.

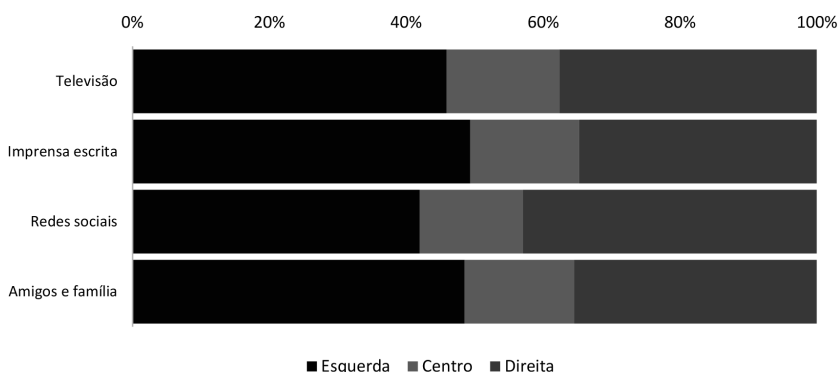
Figura 16.4 – Confiança na informação transmitida pelos meios de comunicação



Fonte: Inquérito ICS/Iscte – *Os Impactos Sociais da Pandemia*, 2020, análises próprias.

Na mesma linha, a confiança dos inquiridos seniores nas fontes de informação não parece depender tanto da posição ideológica dos indivíduos (figura 17.4). As diferenças no nível de confiança na informação transmitida são mais ténues, sobretudo quanto à televisão e às redes sociais. Ligeiramente mais expressivas são as diferenças na distribuição dos seniores que confiam na informação difundida pela imprensa escrita e pelos amigos e família, com uma sobre-representação dos seniores de esquerda (49,3% e 48,5%, respetivamente).

Figura 17.4 – Posição ideológica dos seniores muito ou algo confiantes na informação transmitida pelos meios de comunicação



Fonte: Inquérito ICS/Iscte – *Os Impactos Sociais da Pandemia*, 2020, análises próprias.

De uma maneira geral, os inquiridos seniores consideram que a declaração do estado de emergência era necessária, que as medidas adotadas eram imprescindíveis e que os portugueses estão a encarar a pandemia de forma adequada, o que vai ao encontro da principal reação às medidas restritivas impostas pela pandemia pela COVID-19, a de estar a ser fácil ou muito fácil lidar com o confinamento. Quanto à confiança na resposta dada pelas instituições e órgãos governamentais, salienta-se a valorização dos profissionais de saúde, de segurança e de proteção, em detrimento de instituições/figuras de natureza política, o que poderá justificar-se pelo carácter epidemiológico e sanitário da crise provocada pela COVID-19. No que respeita à confiança nas fontes de informação, destaca-se a preponderância dada aos amigos e familiares, que de certa forma rivalizam

com os meios de comunicação tradicionais, deixando perceber que estes últimos inspiram menos credibilidade.

Por fim, os resultados sugerem que a confiança e o apoio não serão alheios à posição ideológica dos inquiridos, com os que se posicionam mais à esquerda a enfatizarem menos a necessidade de medidas extraordinárias do que os que se posicionam à direita. A posição ideológica é ainda bastante discriminante quanto à confiança na resposta à pandemia por parte das instituições, com um maior apoio dos seniores de esquerda às instituições políticas e dos seniores de direita aos profissionais da saúde, segurança e proteção.

Notas conclusivas

Tendo por base as respostas dos inquiridos com 65 e mais anos ao inquérito *online* ICS/Iscte – *Os Impactos Sociais da Pandemia*, este capítulo centrou-se na análise:

- 1) Das reações e das expectativas dos seniores em relação às medidas adotadas durante o estado de emergência;
- 2) Das adaptações dos seniores durante o confinamento;
- 3) Da confiança e do apoio que a pandemia por COVID-19 suscitou em relação às instituições decisórias e fontes de informação.

As reações dos seniores em relação às medidas de restrição adotadas durante o período do primeiro estado de emergência parecem indiciar um amplo acolhimento e apoio iniciais. Apesar disso, os dados mostram indícios de que o nível de dificuldade em lidar com as restrições está associado à vulnerabilidade financeira do agregado doméstico, na medida em que as reações positivas são mais comuns entre os seniores que viviam numa situação financeira desafogada antes do início do confinamento, que não foram afetados financeiramente e não preveem a necessidade de reduzir despesas no caso de o estado de emergência se prolongar. Por sua vez, o nível de dificuldade sentido durante o confinamento pode ainda condicionar as expectativas quanto a um eventual prolongamento do estado de emergência, com os seniores que consideram estar a ser fácil lidar com as medidas de restrição a sentirem-se preparados para um even-

tual prolongamento das mesmas, ao contrário do que acontece com os que consideram estar a ser difícil viver em confinamento.

As condições de vida dos inquiridos seniores no início do confinamento destacam a frequência das situações de isolamento social em que muitos deles vivem, indiciando uma necessidade de apoio acrescida que se acentua com o aumento da idade. Apesar de não ser ainda muito expressiva, parece identificar-se nesta fase inicial uma estratégia familiar de proteção e segurança dos mais velhos através do acolhimento residencial por parte dos familiares mais próximos. O papel das redes familiares e da vizinhança manifesta-se ainda noutras estratégias de apoio, sobretudo recebido, mas também prestado, e que muito contribuem para restringir as saídas de casa a situações excecionais. No mesmo sentido, a utilização de plataformas de comércio *online* para a aquisição de bens essenciais tem também desempenhado um papel importante no quotidiano dos seniores inquiridos, ainda que a sua utilização não seja generalizada.

Globalmente, os inquiridos seniores concordam com a declaração do estado de emergência, bem como com as medidas adotadas. É ainda bastante consensual a ideia de que os portugueses estão a encarar a pandemia da forma adequada. Sobre a confiança e o apoio que a resposta institucional à pandemia por COVID-19 suscita, possivelmente devido à natureza epidemiológica da crise, os inquiridos seniores valorizam particularmente as respostas que provêm das áreas da saúde, segurança e proteção, em detrimento da área política. Porém, as atitudes de confiança e de apoio revelam perfis diferenciados segundo a posição ideológica dos inquiridos, com os seniores que se posicionam à esquerda do espectro político a manifestarem-se mais apoiantes das instituições políticas e os de direita mais apoiantes das respostas oriundas das instituições das áreas da saúde, segurança e proteção. Quanto à confiança nas fontes de informação, em certa medida, os inquiridos seniores demonstram alguma subalternização dos «grandes» meios de comunicação, como a televisão e os jornais, em prol da informação transmitida pelos amigos e familiares, vista como mais confiável.

Como nota final, convém reiterar que estes resultados relativos à situação social dos seniores no âmbito do *Estudo ICS/Iscte – COVID-19* se referem a um segmento da população com 65 e mais anos, com características sociodemográficas específicas, não sendo, por conseguinte, representativo do conjunto da população residente

em Portugal. Em segundo lugar, que as reações, adaptações e confiança por eles expressas se reportam à fase inicial do primeiro confinamento, que se estendeu ao longo de 45 dias, entre 19 de março e 2 de maio de 2020, podendo, por isso, registar alterações ao longo desse período.

Rita Gouveia
Sofia Marinho
Susana Atalaia
Vasco Ramos

Capítulo 5

Famílias, confinamento e vulnerabilidades: uma leitura a partir dos agregados domésticos

Introdução

Em março de 2020, num contexto de desconhecimento total do SARS-COV-2 e de incerteza quanto ao seu impacto, as medidas de contenção da pandemia impuseram restrições ao contacto físico e à proximidade entre pessoas, ao exercício de atividades económicas e profissionais, ao ensino presencial e à mobilidade, bem como o recolhimento domiciliário obrigatório de indivíduos e famílias. Todas estas medidas conduziram à reorganização da vida social quotidiana e desencadearam estratégias de adaptação, acentuando ou criando vulnerabilidades e resiliências relacionais, sociais e económicas, cujos impactos nas práticas e nos significados da vida familiar importa averiguar.

O recolhimento domiciliário obrigatório forçou indivíduos e famílias a decidir com quem iriam ficar confinados debaixo do mesmo teto. Se para uns a decisão pode ter sido relativamente fácil, para outros obrigou a escolhas e negociações complexas. Mas, em última instância, todos se depararam com as seguintes questões: «Quem são as pessoas que fazem parte da minha família? Quem são as pessoas realmente importantes para mim? Quais as pessoas de quem devo ficar afastada/o fisicamente? Como posso proteger-me e proteger ‘os meus’?»

No âmbito da sociologia da família, a imposição do recolhimento obrigatório, o distanciamento social e as restrições à mobilidade representaram um retorno ao «agregado doméstico»,¹ enquanto lugar privilegiado de observação e compreensão dos diferentes efeitos da pandemia na vida familiar. Este retorno interpela as correntes teórico-metodológicas da sociologia da família que, alicerçadas no interacionismo e construtivismo social, têm vindo a mostrar a necessidade do descentramento no «agregado doméstico» como objeto central da investigação da organização da vida familiar, bem como do questionamento da co-residência enquanto único critério definidor das relações familiares significativas (Widmer 2010; Gouveia e Castren 2021; Morgan 2011). Por outro lado, a literatura mostra que, apesar de a composição do agregado doméstico nem sempre coincidir exatamente com as relações familiares consideradas significativas pelos indivíduos, a co-residência continua a ser um mecanismo gerador de interdependência e proximidade relacional (Ramos *et al.* 2017).

Segundo um dos princípios paradigmáticos das teorias do percurso de vida – o princípio das vidas interligadas –, as vidas humanas são inerentemente interdependentes, no sentido em que um acontecimento ou transição vividos por uma pessoa têm impacto no percurso de vida daqueles que pertencem à sua rede de próximos (Elder *et al.* 2003). Mais ainda, subjacente a esta interdependência relacional está uma interdependência multidimensional, no sentido em que as várias esferas da vida se influenciam mutuamente e podem desencadear processos de *spillover* (Spini *et al.* 2017). Por exemplo, a experiência de desemprego de um cônjuge pode ter impacto na qualidade da vida conjugal do casal e no rendimento escolar dos/as filhos/as. Se pensarmos no contexto pandémico e no cenário específico do confinamento, esta interdependência relacional e multidimensional amplificou-se. Daí a importância de olharmos para os impactos nos diversos domínios da vida social nos quais as famílias se inserem.

Neste quadro, importa compreender de que modo o cenário de confinamento transformou o agregado doméstico num laboratório

¹ Conforme Aboim (2003, 1), o conceito de agregado doméstico designa «o grupo elementar de solidariedade quotidiana, tendo como base um critério de co-residência entre indivíduos, que implica quer a partilha do mesmo teto (critério locacional), quer a partilha de recursos e mesmo de atividades (critério funcional)».

de vida social, onde convergem todas as esferas da vida – pessoal, familiar, escolar, profissional, doméstica, parental, sexual, amorosa e lúdica –, diluindo as fronteiras entre estas. Mais, como os indivíduos e as famílias estão inseridos em contextos de vida diferenciados, a análise dos impactos sociais e potenciais vulnerabilidades decorrentes das medidas de contenção da pandemia requer também a adoção de lentes estruturais e culturais de diferenciação social.

Assim, o capítulo aqui apresentado pretende caracterizar a diversidade de tipos de agregado doméstico existentes na fase inicial do primeiro confinamento (18 de março a 2 de maio de 2020), bem como identificar os principais impactos e vulnerabilidades relacionais, sociais e económicos, decorrentes das medidas de contenção da pandemia. Dado que os agregados domésticos com crianças, adolescentes e jovens foram particularmente afetados pelas novas solicitações sociais, uma especial atenção será dedicada à análise dos quotidianos e das dificuldades sentidas pelas famílias monoparentais e recompostas jovens² durante o confinamento.

O capítulo está organizado em torno de quatro eixos de análise principais. Começamos por mapear a composição dos agregados domésticos de confinamento e caracterizar a diversidade de perfis sociodemográficos dos inquiridos que os formam. Em segundo lugar, tendo por base indicadores quantitativos, identificamos os impactos e as vulnerabilidades associados a cada tipo de agregado. Segue-se a caracterização dos agregados domésticos com menores de 18 anos e a identificação das especificidades dos principais impactos vividos por estas famílias, em comparação com os vividos pelos agregados de famílias sem menores. Neste ponto fazemos também um foco nos inquiridos em regime de teletrabalho. Finalmente, na última secção analisamos as vulnerabilidades das famílias monoparentais e recompostas jovens, olhando para a construção da vida quotidiana durante o confinamento.

² Neste capítulo adotamos a classificação proposta por Wall (2003), que entende as famílias jovens como famílias com, pelo menos, um filho menor de 18 anos.

Mapeamento dos agregados domésticos de confinamento

A diversidade de agregados domésticos

Para identificar a composição do agregado doméstico dos inquiridos durante o confinamento colocou-se a seguinte pergunta de resposta aberta: «Com quem está a viver nesta fase de recolhimento familiar? Especifique, por favor, por exemplo, parceiro, filha, sogro...»

Os agregados domésticos foram categorizados a partir de quatro dimensões: o número de pessoas no agregado; o tipo de laço existente entre elas (laço de consanguinidade, de aliança ou de afinidade); o tipo e o número de núcleos familiares³ que fazem parte do agregado; a inclusão de outras pessoas no núcleo familiar (Wall, Cunha e Ramos 2014; Wall 2005). Do processo de codificação foram excluídos todos os casos cujas respostas estavam em branco ou continham erros, imprecisões ou falta de informação detalhada. O resultado final foi uma amostra total de 11 061 casos válidos.

Devido à falta de informação detalhada necessária à aplicação de alguns critérios, os agregados foram classificados em sete grandes grupos:

- 1) Pessoa só;
- 2) Monoparental simples;
- 3) Casal sem filhos;
- 4) Casal com filhos (em primeira conjugalidade ou recomposto);
- 5) Complexos (casal sem filhos com outras pessoas, casal com filhos com outras pessoas ou monoparental com outras pessoas);
- 6) Várias pessoas (sem núcleo familiar);
- 7) Intermitentes.

É importante salientar que o tipo de agregado doméstico foi definido a partir da posição de um observador externo, independen-

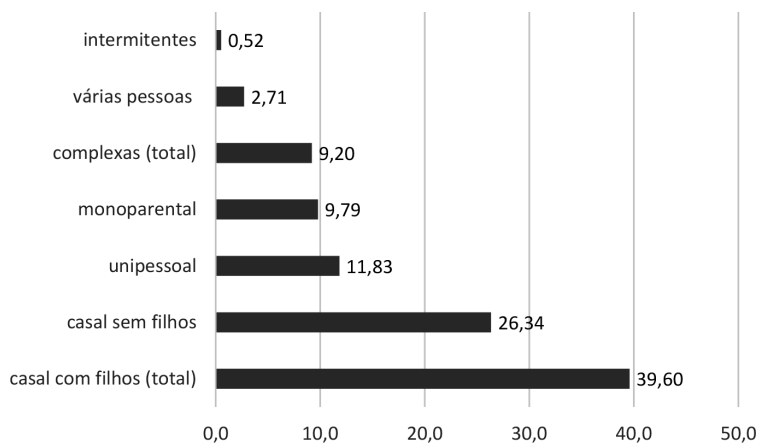
³ O agregado doméstico pode incluir mais do que um núcleo familiar, conceito que designa o «conjunto de duas ou mais pessoas pertencentes à mesma família clássica, mantendo uma relação de cônjuges, parceiros numa união de facto ou progenitor e descendentes e que pode traduzir-se em casal sem filhos, casal com um ou mais filhos ou pai ou mãe com um ou mais filhos» (INE, 2013, 55).

temente da posição ocupada pelo inquirido na família. Por exemplo, na situação em que um inquirido (enquanto filho/filha) tenha referido que vive com um irmão, pai e mãe, o agregado correspondente será «casal com filhos». A mesma categoria também foi usada para definir um agregado em que o inquirido (enquanto pai/mãe) mencionou viver com o cônjuge e dois filhos. Adicionalmente, dada a preponderância dos constrangimentos à mobilidade entre domicílios, interessou-nos incluir uma categoria para agregados em que a presença de um ou mais membros (filhos/as ou adultos) é caracterizada pela intermitência «x dias no agregado A e x dias no agregado B». Designámos estes casos por agregados intermitentes, independentemente das estruturas familiares entre as quais transitam.

O número de elementos nos agregados domésticos de confinamento (incluindo o inquirido) variou entre 1 e 12 pessoas, sendo a dimensão média de 2,80 pessoas por agregado doméstico e o desvio-padrão de 1,24. A figura 1.5 indica a distribuição dos tipos de agregado doméstico de confinamento na amostra total ($N = 11\ 061$).

Nos agregados domésticos de famílias simples,⁴ o tipo de agregado com maior peso é o de casal com filhos, reunindo 40% dos

Figura 1.5 – Distribuição por tipo de agregado doméstico de confinamento (%)
($N = 11\ 061$)



⁴ Os agregados domésticos de família simples incluem os agregados de casal sem filhos, de casal com filhos e de mãe ou pai só com filhos (monoparental).

inquiridos ($N = 4386$). Representando cerca de um quarto da amostra, destacam-se os agregados de casais sem filhos (26%). Com representatividades semelhantes, encontramos os agregados de pessoa só (12%), os agregados monoparentais (10%) e os agregados complexos⁵ (9%). Finalmente, com valores residuais, verifica-se que 3% dos inquiridos confinaram em agregados de várias pessoas (sem núcleo familiar) e 0,5% nos agregados que designámos por intermitentes.

Perfil sociodemográfico dos diferentes tipos de agregado

Nesta secção caracterizamos o perfil sociodemográfico dos inquiridos a viver nos diferentes tipos de agregado doméstico durante o confinamento. Utilizamos como variáveis de caracterização o sexo, o grupo etário, o nível de escolaridade, o estado civil e a situação profissional atual (quadro 1.5). A análise privilegia as características que diferenciam os agregados, não assentando na descrição exaustiva da distribuição das variáveis sociodemográficas em cada estrutura familiar.

Os agregados de pessoa só são compostos sobretudo por mulheres, indivíduos mais velhos (com mais de 55 anos) e pessoas solteiras, divorciadas e viúvas com um nível de escolaridade elevado (89,1% concluíram, pelo menos, a licenciatura). Este tipo de agregado distingue-se por agrupar inquiridos que não experimentaram qualquer alteração na sua situação profissional no decurso da pandemia. São disto exemplo os que continuaram a trabalhar nas mesmas condições em que se encontravam antes da pandemia e aqueles que, não estando a trabalhar, também já não trabalhavam anteriormente, na maioria dos casos, por estarem reformados.

Os agregados monoparentais simples têm uma forte representação de inquiridos jovens pertencentes ao grupo etário dos 16-24 anos, que responderam ao inquérito enquanto filhos/as e de mães só nos grupos etários dos 45-54 anos e dos 55-64 anos. Nestas famílias verifica-se uma sobre-representação de indivíduos

⁵ Os agregados domésticos são complexos quando são compostos por mais de um núcleo familiar (por exemplo, um casal com filhos e os seus pais) e quando são alargados, ou seja, quando a família simples vive com outras pessoas aparentadas ou não (amigos, tios, irmãos).

com o ensino secundário e de indivíduos solteiros, divorciados e viúvos. Dada a sobrerrepresentação de jovens neste tipo de agregado, não surpreende que se verifique um peso elevado de estudantes em regime de ensino à distância.

Os agregados de família simples de casal sem filhos são as estruturas onde encontramos uma sobrerrepresentação de inquiridos do sexo masculino, pertencentes quer ao grupo etário dos 25 aos 34 anos, quer às gerações mais velhas (com mais de 55 anos), estas últimas representando 56,1% das pessoas neste tipo de agregado. Em termos de escolaridade, estes inquiridos apresentam um perfil contrastante, com uma maior representatividade de indivíduos com os níveis básico e superior de educação. A esmagadora maioria é casada ou vive em união de facto e não se encontra a trabalhar, mas já não trabalhava antes do confinamento, uma vez que grande parte é reformada. Isto significa que são agregados compostos tanto por pessoas mais novas que não têm filhos como por pessoas mais velhas cujos filhos adultos já saíram de casa dos pais, a chamada situação de ninho vazio.

Os agregados de família simples de casal com filhos são transversais a homens e mulheres e juntam indivíduos de idades compreendidas entre os 16 e os 24 anos, mas também entre os 35 e os 54 anos. É neste perfil que encontramos a maior percentagem de indivíduos com o ensino secundário. A esmagadora maioria é casada ou vive em união de facto. Neste tipo de agregado existia uma proporção elevada de inquiridos em regime de teletrabalho, mas também de reformados e estudantes em regime de ensino à distância.

Os agregados de várias pessoas (aparentadas e não aparentadas) representam, por excelência, um perfil jovem, sendo mais frequentes entre pessoas de idades compreendidas entre os 16 e os 34 anos. As mulheres e os solteiros estão sobrerrepresentados, mas também há um grande número de viúvos. Este perfil não se diferencia muito quanto ao nível de escolaridade; porém, distingue-se pela maior proporção de indivíduos que foram despedidos ou colocados em «férias forçadas» no contexto da pandemia. Há também uma grande representatividade daqueles que estavam a estudar à distância.

Os agregados de famílias complexas reúnem sobretudo mulheres, indivíduos pertencentes aos grupos etários 16-24 anos e 55-64 anos e inquiridos com níveis mais baixos de escolaridade (básico e secundário). Este tipo de agregado é composto por jovens que esta-

Quadro 1.5 – Distribuição das variáveis sociodemográficas por tipo de agregado doméstico (%)

	Unipessoal	Mono-parental	Casal sem filhos
Homem	36,4	27,7	54,0
Mulher	63,6	72,3	46,0
Total	100	100	100
16-24	1,9	16,6	2,1
25-34	10,2	8,1	16,6
35-44	17,1	17,0	15,2
45-54	20,0	33,3	10,0
55-64	20,8	18,1	19,4
+65	29,9	7,0	36,7
Total	100	100	100
Básico	1,6	2,0	3,4
Secundário	9,3	17,1	9,5
Superior	89,1	80,9	87,1
Total	100	100	100
Solteiro	50,2	46,6	12,5
Casado/união	5,1	8,6	84,4
Divorciado	34,1	39,5	2,6
Viúvo	10,5	5,3	0,4
Total	100	100	100
Não trabalha, mas já não trabalhava	27,3	10,1	29,7
A trabalhar como ants	7,2	5,6	5,2
Teletrabalho	44,7	53,2	45,6
Despedido/férias forçadas	1,8	1,3	1,2
A estudar à distância	2,7	14,0	2,2
Outra situação	16,3	15,8	16,2
Total	100	100	100

Os números a negrito indicam as sobrerrepresentações mais expressivas baseadas na análise dos residuais estandardizados.

Os valores de qui-quadrado para as associações entre o tipo de agregado doméstico e todas as variáveis sociodemográficas são estatisticamente significativos.

Famílias, confinamento e vulnerabilidades

Casal com filhos	Várias pessoas	Complexos	Intermitentes	Total
42,6	34,3	38,3	46,7	42,8
57,4	65,7	61,7	53,3	57,2
100	100	100	100	100
14,1	23,7	14,4	3,3	10,0
9,7	31,0	13,6	10,0	12,3
29,2	16,3	19,3	31,7	21,7
32,3	9,3	18,2	30,0	23,2
11,5	9,3	20,4	16,7	16,1
3,3	10,3	14,2	8,3	16,8
100	100	100	100	100
1,9	1,3	3,1	3,3	2,4
15,5	12,0	17,4	8,3	13,4
82,6	86,7	79,5	88,3	84,2
100	100	100	100	100
23,0	80,0	30,2	30,0	28,0
75,2	5,7	57,6	36,7	59,1
1,7	10,7	10,7	33,3	10,7
0,1	3,7	1,6	0,0	2,1
100	100	100	100	100
6,5	15,0	14,6	8,3	16,4
6,5	4,0	6,2	8,3	6,1
56,9	46,0	46,2	60,0	50,8
1,5	3,0	2,4	1,7	1,6
12,4	17,7	11,1	3,3	8,7
16,2	14,3	19,5	18,3	16,4
100	100	100	100	100

vam em regime de ensino à distância, mas também por indivíduos que foram despedidos, colocados em férias forçadas ou noutro tipo de situação profissional não especificada (e.g., baixa por doença). Este perfil não se diferencia relativamente ao estado civil.

Os agregados intermitentes são representados igualmente por homens e mulheres, pessoas com mais de 35 anos e divorciados. Este perfil tem uma sobrerrepresentação de inquiridos em regime de teletrabalho e é transversal a todos os níveis de escolaridade.

Que impactos, que vulnerabilidades?

Nesta subsecção identificamos os principais efeitos das restrições ao contacto físico, à mobilidade, ao exercício da profissão e do próprio recolhimento em casa na organização da vida familiar e na criação ou acentuação de vulnerabilidades relacionais, sociais e económicas nas famílias. Para tal, cruzamos o tipo de agregado doméstico com a pertença a um grupo de risco de infeção e desenvolvimento de doença grave por COVID-19,⁶ o estatuto de cuidador de pessoa(s) fora do agregado doméstico, o nível de rendimentos, a situação financeira, a autoavaliação das condições de habitação, a estimativa face à duração das restrições, o nível de dificuldade a lidar com as restrições e a perceção de capacidade de resistência para viver sob essas condições.

É nos agregados de pessoa só que encontramos a maior proporção de pessoas pertencentes a grupos de risco e que não possuem rendimento suficiente para fazer face às despesas, embora os seus rendimentos não tivessem ainda sido afetados pela pandemia. É também neste grupo que figura a maior percentagem de pessoas com facilidade em lidar com as restrições impostas pela COVID-19, mesmo acreditando que vigorariam até ao final do ano de 2020. Quanto à capacidade de resistência pessoal, os inquiridos dividem-se entre os que referiram conseguir aguentar viver sob tais condições até ao final do ano de 2020 e os que não sabiam dizer quanto tempo mais aguentariam viver com as restrições.

⁶ Os inquiridos foram questionados sobre a sua pertença aos chamados «grupos de risco», definidos como «pessoas com mais de 70 anos ou doentes crónicos, com hipertensão, problemas cardíacos e respiratórios, diabéticos ou imunodeprimidos».

Os agregados monoparentais simples reúnem inquiridos que não pertencem a grupos de risco, mas prestam apoio a pessoas fora do seu agregado doméstico. A sua situação financeira foi afetada pela pandemia, tendo rendimentos mais limitados e condições de habitação autoavaliadas como insatisfatórias. É também neste tipo de agregados que estão sobrerrepresentadas as pessoas com dificuldades em lidar com as restrições e que não conseguiam avançar com uma estimativa quanto à duração das mesmas.

Os agregados de casal sem filhos destacam-se por incluírem uma maior proporção de pessoas pertencentes a grupos de risco para a COVID-19. Regista-se uma maior percentagem de pessoas que não prestam apoio fora do agregado doméstico e cuja situação financeira ainda não foi afetada pela pandemia, mantendo rendimentos suficientes para viver. Estes inquiridos manifestaram incerteza quanto à duração das restrições, mas revelaram estar a ser fácil lidar com as mesmas, admitindo aguentar viver em tais condições até ao final do verão de 2020.

Foi entre os inquiridos a viverem em agregados de casal com filhos que se evidenciou a maior representatividade de indivíduos a prestarem apoio a pessoas fora do agregado doméstico e cuja situação financeira foi afetada pela crise pandémica. Estes distinguem-se ainda pelas dificuldades em lidar com as restrições impostas pela COVID-19 e por estimarem que teriam uma curta duração, até ao final de abril ou maio de 2020, sendo também esse o limite de tempo que admitiam conseguir viver em confinamento.

Os agregados de várias pessoas reúnem inquiridos que não pertencem a grupos de risco nem estavam a prestar apoio a pessoas fora do agregado doméstico. Neste arranjo doméstico existe uma sobrerrepresentação de pessoas que, apesar de não sentirem a sua situação financeira afetada, avaliavam os seus rendimentos e condições de habitação como insuficientes. No que toca às restrições, há um peso relevante de inquiridos com dificuldades em lidar com as restrições impostas pela COVID-19 que estimavam serem de curta duração e que afirmavam igualmente uma capacidade de resistência curta para aguentarem viver sob tais condições.

Entre os inquiridos que vivem em agregados de famílias complexas existe uma proporção elevada de pessoas que revelaram ter sido afetadas financeiramente pela pandemia, avaliaram os seus rendimentos como limitados e consideraram as suas condições de habi-

Quadro 2.5 – Distribuição dos indicadores de impacto social por tipo de agregado doméstico de confinamento (% em coluna)

		Unipessoal
Grupo de risco para a COVID-19	Sim	36,5
	Não	63,5
Cuidador (dá apoio fora do agregado)	Sim	26,7
	Não	73,3
Rendimentos	Tem dado para viver confortavelmente	44,9
	Tem dado para viver razoavelmente	43,8
	Tem sido algo difícil ou muito difícil	11,3
Situação financeira	Já foi afetada	17,6
	Ainda não foi afetada	82,4
Condições de habitação	Satisfatórias	86,9
	Não satisfatórias	13,1
Estimativa da duração	Curta	25,1
	Média (até ao verão de 2020)	30,7
	Longa	25,1
	Incerta	19,2
Perceção de resistência	Curta	40,5
	Média (até ao verão de 2020)	14,3
	Longa	8,4
	Incerta	36,8
Dificuldade a lidar com as restrições	Fácil ou muito fácil	72,7
	Difícil ou muito difícil	27,3

Os números a negrito indicam as sobrerrepresentações mais expressivas baseadas na análise dos residuais estandardizados.

Os valores de qui-quadrado para as associações entre o tipo de agregado doméstico e todas as variáveis sociodemográficas são estatisticamente significativos.

Famílias, confinamento e vulnerabilidades

Monoparental	Casal sem filhos	Casal com filhos	Várias pessoas	Complexos	Intermitentes	Total
20,1	39,9	16,7	18,4	27,5	15,3	26,5
79,1	60,1	83,3	81,6	72,5	84,7	73,5
29,2	24,9	30,5	19,7	24,9	36,7	27,7
70,8	75,1	69,5	80,3	75,1	63,3	72,3
36,0	50,9	45,8	44,1	39,5	50,0	45,5
48,1	41,8	45,1	41,5	48,5	40,0	44,5
15,9	7,3	9,1	14,4	12,0	10,0	10,0
25,5	20,1	25,6	29,8	28,8	23,3	23,6
74,5	79,9	74,4	70,2	71,2	76,7	76,4
82,4	87,4	87,1	74,0	84,0	88,3	86,0
17,6	12,6	12,9	26,0	16,0	11,7	14,0
28,5	25,5	29,5	33,3	27,9	23,3	27,8
33,5	33,6	34,8	31,3	34,1	40,0	33,7
18,6	21,2	19,3	20,0	19,6	18,3	20,5
19,4	19,7	16,4	15,3	18,4	18,3	18,1
43,5	42,1	46,0	49,8	41,7	40,0	43,7
15,9	16,9	16,3	14,7	16,4	20,0	16,2
7,3	6,8	5,8	4,0	6,8	8,3	6,6
33,4	34,2	31,9	31,4	35,0	31,7	33,5
64,3	72,3	66,2	62,9	66,7	66,7	68,3
35,7	27,7	33,8	37,1	33,3	33,3	31,7

tação insatisfatórias. Os impactos subjetivos não diferenciam estes inquiridos, na medida em que a proporção segundo as variáveis segue a distribuição da amostra total.

Finalmente, os agregados intermitentes, representando um número residual de pessoas, destacam-se por terem uma sub-representação de indivíduos pertencentes aos grupos de risco para a COVID-19 e serem compostos por cuidadores de pessoas fora do agregado.

Em suma, esta análise dos impactos sociais evidencia quatro tipos de agregado doméstico que representam maior vulnerabilidade: os agregados monoparentais simples, os agregados de família complexa, os agregados sem núcleo constituídos por várias pessoas e os agregados de casal com filhos (em particular, aqueles onde residem menores de 18 anos de idade).

Os inquiridos nos primeiros três tipos de agregado experienciaram fortes impactos económicos, revelando que a sua situação financeira tinha sido imediatamente afetada, avaliando os seus rendimentos como limitados e as suas condições de habitação como não satisfatórias. Os inquiridos em casais com filhos, apesar de verem a sua situação financeira afetada, estavam confortáveis com os rendimentos que auferiam e com as suas condições habitacionais. No entanto, à semelhança do que observámos nos agregados monoparentais, os indivíduos em agregados de casal com filhos sentiam-se também sobrecarregados com a prestação de cuidados a familiares fora do agregado doméstico.

Em termos subjetivos, os inquiridos em agregados de várias pessoas e de casal com filhos revelavam grande dificuldade em lidar com as restrições, bem como uma perceção da duração e da resistência pessoal em lidar com as mesmas extremamente curta. Já os inquiridos em agregados monoparentais, revelando também dificuldades em lidar com as restrições, caracterizam-se por uma maior incerteza face à duração das restrições.

Um olhar sobre os agregados com crianças e jovens

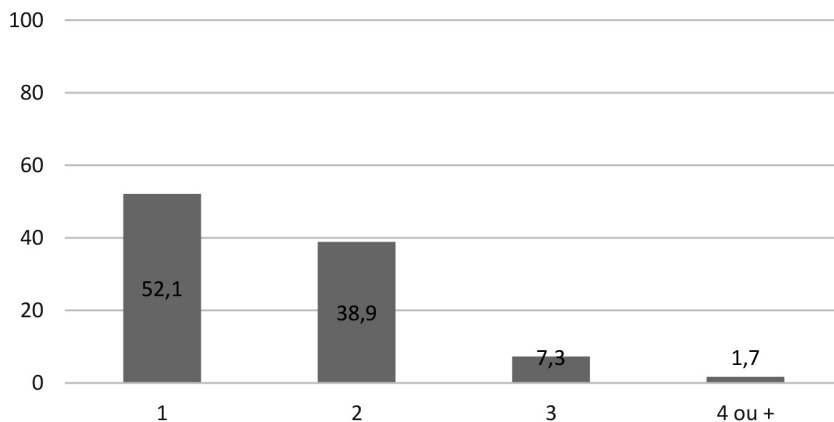
Devido à preponderância de agregados domésticos com crianças e jovens de idade inferior a 18 anos no total da amostra (35%) e tendo em conta os desafios colocados pelas restrições sociais decor-

rentes da pandemia a estas famílias na articulação entre exigências parentais, familiares e profissionais, decidimos focar-nos nos efeitos da pandemia nestas famílias. Para além de uma caracterização socio-demográfica mais detalhada, também desenvolvemos um olhar mais fino sobre a construção dos quotidianos e as dificuldades vividas pelas famílias monoparentais e recompostas jovens.

Caracterização dos agregados domésticos com crianças e jovens

Os agregados domésticos onde reside, pelo menos, um menor de 18 anos representam 35% ($N = 3781$) da amostra total (figura 4.5). Dentro destes agregados, 52% têm apenas um menor de idade no agregado e 39% têm dois. Finalmente, com percentagens mais residuais, encontramos 7% de agregados com três elementos menores e 2% de agregados com quatro ou mais (figura 2.5).

Figura 2.5 – Distribuição do número de crianças e jovens nos agregados domésticos com menores (%) ($N = 3781$)

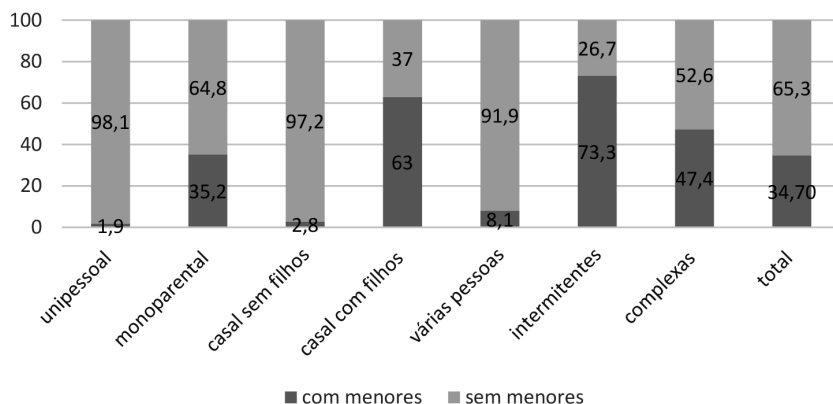


As crianças e os jovens menores de 18 anos encontram-se representados, sobretudo, nos agregados domésticos de famílias monoparentais, casais com filhos (em primeira conjugalidade ou recompostas), famílias complexas e intermitentes. Relembramos

que os inquiridos a viverem neste tipo de agregado respondem, sobretudo, enquanto pais, mães e avós.

Se atendermos à tipologia dos agregados, verificamos que 73% dos agregados intermitentes, 63% dos agregados de casal com filhos, 47% dos agregados complexos e 35% de agregados monoparentais são compostos por, pelo menos, uma criança ou jovem menor de 18 anos.

Figura 3.5 – Percentagem de agregados com e sem menores de 18 anos por tipo de agregado (%)
(N = 10 875)



Perfil sociodemográfico dos agregados domésticos com menores de 18 anos

Tal como na caracterização geral dos agregados domésticos de confinamento, a nossa análise do perfil sociodemográfico dos indivíduos a viverem em agregados domésticos com, pelo menos, um menor de 18 anos de idade utiliza as seguintes variáveis: sexo, grupo etário, nível de escolaridade, estado civil e situação profissional atual (quadro 3.5). Mais do que uma descrição exaustiva da distribuição das variáveis sociodemográficas por tipo de agregado, optámos por destacar as características que diferenciam os agregados com menores dos agregados sem menores. Neste sentido, apesar de existir alguma diferenciação interna, os inquiridos a viverem nestes agre-

gados domésticos durante o confinamento apresentam um perfil sociodemográfico particular.

Quadro 3.5 – Distribuição das variáveis sociodemográficas por tipo de agregado doméstico (% em coluna)

Variáveis	Categorias	Agregados com menores	Agregados sem menores	Total
Sexo	Homem	41,0	43,8	42,9
	Mulher	59,0	56,2	57,1
Idade	16-24	8,5	11,0	10,2
	25-34	7,3	15,2	12,4
	35-44	39,6	12,3	21,8
	45-54	35,8	16,5	23,2
	55-64	6,2	21,2	16,0
	+ 65	2,6	23,7	16,4
Escolaridade	Básico	2,3	2,4	2,4
	Secundário	14,3	12,9	13,4
	Superior	83,5	84,7	84,3
Estado civil	Solteiro	15,0	35,1	28,1
	Casado/união	75,9	50,7	59,4
	Divorciado	8,4	11,6	10,5
	Viúvo	0,7	2,6	2,0
Situação profissional	Não trabalha, mas já não trabalhava	5,9	21,6	16,1
	A trabalhar como antes	6,5	5,8	6,0
	Teletrabalho	60,1	46,1	50,9
	Despedido/férias forçadas	1,7	1,5	1,6
	A estudar à distância	7,8	9,4	8,9
	Outra situação	17,9	15,6	16,4

Os números a negrito indicam as sobrerrepresentações mais expressivas baseadas na análise dos residuais estandardizados

Os valores de qui-quadrado para as associações entre o tipo de agregado doméstico e todas as variáveis sociodemográficas são estatisticamente significativos.

Nos agregados domésticos com menores, a maioria dos inquiridos é do sexo feminino (59%), tem entre 35 e 54 anos de idade (40% têm entre 35 e 44 anos e 36% entre os 45 e os 54 anos), vive em casal (casados ou em união de facto) (76%) e trabalha em regime de teletrabalho⁷ (60%). No que diz respeito ao nível de escolaridade, não se verificou qualquer diferença entre estes inquiridos e os que vivem em agregados domésticos sem menores. Em ambos os casos, a maioria dos inquiridos (80%) tem o ensino superior.

Agregados com crianças e jovens: que impactos?, que vulnerabilidades?

Incidimos agora a análise nos impactos da pandemia e do confinamento nos agregados onde reside, pelo menos, um menor de 18 anos. De forma a percebermos em que medida a presença de crianças e jovens no agregado constitui um fator de vulnerabilidade social, comparámos os indicadores de impacto social entre agregados com e sem menores de 18 anos (ACM e ASM, respetivamente).

Para tal cruzámos o tipo de agregado (ACM e ASM) com a pertença a grupos de risco, estatuto de cuidador de pessoas fora do agregado, rendimentos, situação financeira, condições de habitação, estimativa face à duração das restrições, nível de dificuldade em lidar com as mesmas e perceção de capacidade de resistência pessoal para viver nessas condições (quadro 4.5).

Como se observa no quadro seguinte, é nos ASM que existem mais pessoas pertencentes a grupos de risco para a COVID-19, o que não é surpreendente, dado serem formados por pessoas com mais de 55 anos de idade. Porém, é nos ACM que se verifica uma maior proporção de inquiridos a prestar apoio a alguém a viver fora do agregado doméstico, indicando que estas famílias tiveram uma responsabilidade adicional durante o confinamento. Nestes agregados destaca-se uma sub-representação de pessoas a viverem confortavelmente com os seus rendimentos (43%), assim como uma maior representação dos inquiridos com rendimentos suficientes para viverem razoavelmente (46%), e daqueles para quem tem sido difícil viver

⁷ A representatividade do teletrabalho nestes agregados será objeto de uma análise mais detalhada na secção seguinte.

Quadro 4.5 – Distribuição dos indicadores de impacto social segundo os agregados com e sem menores de 18 anos (% em coluna)

Variáveis	Categorias	Com menores	Sem menores	Total
Grupo de risco	Sim	15,4	32,0	26,2
	Não	84,6	68,0	73,8
Dador de apoio	Sim	29,7	26,6	27,7
	Não	70,3	73,4	72,3
Rendimentos	Tem dado para viver confortavelmente	42,7	47,0	45,5
	Tem dado para viver razoavelmente	46,2	43,7	44,6
	Tem sido algo difícil ou muito difícil	11,1	9,3	9,9
Situação financeira	Já foi afetada	27,4	21,6	23,6
	Ainda não foi afetada	72,6	78,4	76,4
Condições de habitação	Satisfatórias	85,1	86,6	86,1
	Não satisfatórias	14,9	13,4	13,9
Estimativa da duração das restrições	Curta	28,2	27,4	27,7
	Média (até ao verão)	35,5	32,8	33,7
	Longa	19,8	21,0	20,6
	Incerta	16,5	18,8	18,0
Resistência pessoal	Curta	44,1	43,5	43,7
	Média (até ao verão de 2020)	16,7	15,9	16,2
	Longa	6,6	6,7	6,6
	Incerta	32,5	33,9	33,4
Dificuldade em lidar com as restrições	Fácil ou muito fácil	63,5	70,9	68,4
	Difícil ou muito difícil	36,5	29,1	31,6

Os números a negrito indicam as sobre-representações mais expressivas baseadas na análise dos residuais estandardizados

Os valores de χ^2 para as associações entre o tipo de agregado doméstico e todas as variáveis sociodemográficas são estatisticamente significativos.

com os atuais rendimentos (11%). Quanto à avaliação dos impactos da pandemia nos rendimentos, são os inquiridos a viverem em ACM que mais apontam terem sido já afetados financeiramente (28%), contrastando com os ASM, nos quais há uma maior proporção de pessoas a referir não terem sido afetadas (78%). Relativamente às restrições, é igualmente nos ACM que um maior número de pessoas estimou que as restrições em vigor durariam até ao verão (36%) e que mais vezes afirmou estar a ser difícil ou muito difícil lidar com estas medidas (37%). Inversamente, a proporção de pessoas em ASM que referem estar a ser fácil ou muito fácil está sobrerrepresentada (71%). Finalmente, os agregados não se distinguem segundo a avaliação das condições de habitação e da capacidade de resistência pessoal face às restrições.

O teletrabalho em agregados com crianças e jovens: que desafios?

Dado que a maioria dos inquiridos em ACM estava em regime de teletrabalho (60%), cabe analisar a avaliação que os mesmos fizeram das condições que tinham em casa para exercerem a sua atividade profissional. Essa avaliação versa sobre três dimensões: a gestão do tempo, a situação familiar em casa (por exemplo, filhos e cônjuge também em casa) e o acesso a equipamentos (computadores, internet, etc.) e espaço próprio para trabalhar.

Como revela o quadro 5.5, nos ACM regista-se uma maior proporção de indivíduos que afirmaram ter condições mínimas ou até mesmo insuficientes para realizarem a sua atividade profissional a partir de casa. O que denota diferenças significativas entre os ACM e os ASM tanto a nível da gestão de tempo como da situação familiar. Já as dimensões espaço e equipamentos não distinguem os inquiridos dos dois tipos de agregado.

A leitura da categoria «tenho as condições adequadas» em termos de gestão de tempo e situação familiar vai no mesmo sentido. Por exemplo, enquanto 81% dos inquiridos em ASM afirmaram ter as condições necessárias em termos de tempo para exercer a sua atividade a partir de casa, apenas 48% dos inquiridos em ACM fazem esta avaliação. O mesmo se verifica na avaliação das condições em termos de situação familiar: 83% dos inquiridos em ASM afirmaram

Quadro 5.5 – Avaliação das condições necessárias para o exercício do teletrabalho em função do tipo de agregado (com ou sem menores de 18 anos) (%)

Variáveis	Categorias	Com menores	Sem menores	Total
Gestão de tempo	Tenho as condições adequadas	48,0	80,7	67,3
	Tenho condições mínimas	44,8	18,3	29,2
	Não tenho as condições mínimas	7,2	1,0	3,5
	$p < 0,001$	100	100	100
Situação familiar	Tenho as condições adequadas	47,9	83,2	68,7
	Tenho condições mínimas	46,3	16,0	28,4
	Não tenho as condições mínimas	5,9	0,8	2,9
	$P < 0,001$	100	100	100
Espaço e equipamento	Tenho as condições adequadas	71,1	72,2	71,7
	Tenho condições mínimas	27,9	26,7	27,2
	Não tenho as condições mínimas	1,0	1,1	1,1
	n. s.	100	100	100

ter as condições familiares adequadas comparativamente a 48% dos inquiridos em ACM.

Em suma, o facto de existirem crianças e jovens menores de idade em casa constituiu um desafio à concretização do trabalho em si mesmo, dificultando a gestão da vida familiar e a conciliação entre as várias esferas da vida (profissional, familiar e pessoal) no mesmo espaço (a casa), sobretudo nas situações em que as casas são pequenas e não há um espaço próprio para desenvolvimento do trabalho.

Vulnerabilidades e a construção social dos quotidianos: os casos das famílias monoparentais e recompostas jovens

Face aos impactos sociais identificados nos agregados com filhos menores de 18 anos, optámos por fazer uma análise mais detalhada de dois dos agregados domésticos cujos impactos materiais e sub-

jetivos da situação pandémica os colocam numa situação de maior vulnerabilidade, mas que também têm menor visibilidade social e mediática: as famílias monoparentais e as famílias recompostas jovens. Pretendemos, assim, dar algum realismo e expressão concreta aos números, analisando a forma como estas famílias responderam à pandemia e organizaram os tempos e os quotidianos em cenário de confinamento. Para proceder a essa leitura de cariz qualitativo foram analisadas as respostas abertas a seis perguntas:

- 1) Com quem está a viver nesta fase de recolhimento familiar? Especifique, por favor (por exemplo, parceiro, filha, sogro...).
- 2) Com quem vivia antes da pandemia? Especifique, por favor (por exemplo, parceiro, filha, sogro...).
- 3) Neste momento, a situação financeira do seu agregado familiar já foi afetada pela pandemia ou ainda não foi afetada (já foi afetada/ainda não foi afetada)? Pode explicar um pouco o que se passou? De que forma foi afetado/a financeiramente?
- 4) Quer falar-nos um pouco mais sobre o dia a dia em casa/em família/na sua rua ou bairro, descrevendo um dia típico? Se achar que não tem dias típicos, pode, por exemplo, descrever o dia de ontem.
- 5) Pode falar-nos um pouco mais sobre estas restrições? O que tem sido mais fácil do que esperava e o que tem sido mais difícil em lidar com as restrições (por exemplo, questões de convívio, relações com a família, condição física, saúde mental, capacidade de trabalho)?
- 6) Quer falar-nos um pouco sobre quais são, neste momento, as suas preocupações principais em relação ao futuro? O que o/a preocupa mais?

Famílias monoparentais jovens

Nesta secção, olhamos para as formas como as mães sós e os pais sós acomodaram na sua vida quotidiana as mudanças na vida profissional e na organização do quotidiano doméstico decorrentes das medidas de contenção da pandemia.

A análise tem como base 429 famílias monoparentais jovens,⁸

⁸ Em sociologia da família, o conceito de família monoparental refere-se a uma mãe só ou pai só (que não vive em casal) que reside com um ou vários filhos e filhas

que perfazem 35,2% do total de agregados de famílias monoparentais com filhos de todas as idades da amostra do inquérito. Nestas famílias viviam cerca de 610 crianças, adolescentes e jovens. A maioria tinha um agregado doméstico de família simples, de mãe só com residência única da criança/jovem (78%). Em 7% das famílias simples (30) as crianças/jovens viviam em residência alternada. Nos agregados domésticos de família complexa viviam em residência única. A maior parte eram filhos únicos, mas o peso relativo dos que tinham um irmão ou irmã era bastante relevante em todos os tipos de agregado. As idades das mães e dos pais sós estavam compreendidas entre os 36 e os 55 anos, tendo um pequeno grupo idades superiores, na maioria correspondentes a avós e avôs a viver em agregados monoparentais complexos que responderam ao inquérito. Por fim, a escolaridade das mães sós e pais sós situava-se principalmente ao nível do ensino superior.

As mudanças na vida profissional

Cerca de 19% das mães sós e pais sós mantiveram a situação profissional ou o desempenho presencial da atividade profissional: aqueles que anteriormente ao confinamento estavam inativos, em licença parental/baixa médica ou continuaram a trabalhar como antes. Os restantes estavam a viver transformações na vida profissional que os colocavam em situações de vulnerabilidade social e económica.

A mudança na vida profissional mais frequente foi ficar em casa em teletrabalho, tendo esta mais peso junto das mães sós. A proibição de várias atividades profissionais e económicas pelo «estado de emergência» e o decorrente fecho de empresas levaram a que mães e pais fossem forçados a gozar férias ou a que fossem despedidos. Proprietários/as de empresas encerradas, trabalhadores/as por conta de outrem e trabalhadores/as independentes em tais profissões e atividades económicas foram impedidos de trabalhar, situação que também afetou mais as mães sós:

dependentes (criança ou jovem solteiro/a) (Wall 2003). Uma vez que, do ponto de vista da criança, a família é separada e não monoparental, pois esta continua a ter mãe(s) e pais(s) (Letablier 2011), engloba diferentes formas de co-residência com a criança: residência única com contacto (73%-93% dormidas na casa de um progenitor e 6%-26% com o outro); residência alternada (33%-50% de dormidas com um progenitor) (Marinho 2017, 2018).

Vidas Confinadas

Atividade suspensa por completo devido à pandemia [mãe só, 45 anos, três filhos, ensino superior].

A empresa enviou um documento informando que estaria em *lay-off* [pai só, 46 anos, ensino superior].

Neste quadro houve quem se tenha visto obrigado a ficar em casa a cuidar de filhos/as:

Estou em casa com os meus dois filhos. O meu trabalho fechou. Não estou a trabalhar [mãe só, ensino superior, 37 anos, dois filhos].

Nestes casos, mães e pais recorreram ao subsídio para apoio a filhos ou ao apoio excecional para cuidar de filhos para poderem pagar as contas e fazer face ao encerramento das escolas, ficando com menos 34% ou 33% do rendimento, respetivamente.

Em 26% das famílias monoparentais jovens, mães e pais afirmaram que a sua situação financeira tinha sido afetada pelas restrições decorrentes da pandemia. Entre estes figuravam tanto mães como pais que estavam em teletrabalho ou em casa a cuidar de filhos/as. Em contrapartida, no grupo dos impedidos de trabalhar foram mais os pais sós a perder rendimento.

Os fatores apontados como responsáveis pela perda de rendimento são vários, tendendo a estar interligados e a ser transversais a estes dois grupos. Desde logo, surgem as mães que deixaram de receber a pensão de alimentos:

O pai das crianças deixou de dar a pensão porque a sua atividade profissional foi profundamente afetada [mãe só, 46 anos, ensino superior].

Mas houve quem a atribuisse a outras situações: o *lay-off*; o usufruto de apoios para estar em casa com filhos/filhas; a redução do horário de trabalho; a impossibilidade de continuar a exercer atividades profissionais suplementares. A estas situações somaram-se os custos com a presença das crianças e jovens em casa:

Estando em casa com uma criança que almoçava todos os dias na escola e agora come sempre em casa. [Estou] fazendo os possíveis para

[lhe dar] um dia carne e um dia peixe. [As] crianças pedem comida a toda a hora, as contas da luz, água, gás e televisão/net vão aumentar muito [mãe só, 44 anos, ensino secundário].

Contudo, foi no grupo dos impedidos de trabalhar que encontramos as experiências mais difíceis, em que os rendimentos não chegavam para as necessidades básicas, como explica um pai só que estava em *lay-off*:

Porque o salário é baixo (inferior ao salário mínimo), as despesas extras (supermercado, proteções) que surgem afetam a gestão deste rendimento, tenho neste momento o pagamento da energia em atraso [46 anos, ensino superior].

ou a perda total de rendimentos:

Visto que fui forçada a parar a atividade, estou neste momento sem rendimentos e não sei até quando assim será [mãe só, 31 anos, ensino superior].

Quotidianos domésticos do teletrabalho

Enquanto as consequências sociais da pandemia reduziam ao mínimo as interações nas esferas da vida pública, estas concentravam-se nos tempos e espaços domésticos, aumentando e dando novas formas às solicitações sociais e parentais colocadas sobre os recursos quotidianos de mães sós e pais sós. Neste contexto, tornaram-se mais vulneráveis à sobrecarga parental: «fazer de professora da minha filha, cozinheira, empregada e animadora de tempos livres» (mãe só, 41 anos, ensino superior).

As mães sós e pais sós com crianças mais novas eram os que davam sinal de maior sobrecarga, pois a permanência das crianças em casa apelava à prioridade das necessidades das crianças e dos momentos de qualidade com elas, o que era dificilmente compatível com a simultaneidade das exigências temporais do teletrabalho e do ensino à distância. Assim, a maioria debatia-se com a dificuldade de, ao mesmo tempo, ter de responder às solicitações profissionais, dar assistência aos filhos/as e fazer tarefas domésticas:

Vidas Confinadas

Acordamos, tomamos o pequeno-almoço, fazemos as camas, o filho vê televisão ou faz os TPC. Interrompe-me constantemente no teletrabalho, pois tem dúvidas, deixo de trabalhar e faço o TPC com ele. Hora do almoço, vou fazer o almoço e ele vê televisão, ao mesmo tempo eu tento adiantar trabalho. Acabamos de almoçar, tento fazer com que ele continue os TPC. Impossível, ele não consegue fazer os TPC sozinho, e eu tenho de trabalhar. Hora do lanche, ficar em casa dá-lhe fome, pois não tem um espaço para brincar ou jogar à bola. Aproxima-se a hora do jantar; como não sobrou nada do almoço, tenho de fazer outra coisa. Ele vê televisão ou joga no *tablet* e eu tento, mais uma vez, trabalhar. Está constantemente a chamar por mim, pois não estive com ele o dia todo. Atividades ou brincar com o meu filho. Eu estou saturada e sem paciência, só estive a trabalhar e a fazer os TPC, refeições e lavar loiça [mãe só, 43 anos, ensino secundário].

Por seu lado, os pais sós e as mães sós com filhos/as adolescentes separaram os espaços de estudo dos espaços de trabalho e os tempos para o trabalho e o estudo dos tempos para o lazer e a partilha familiar, criando, assim, novas fronteiras entre vida profissional, vida escolar e vida familiar no quotidiano doméstico:

Tomamos todas as refeições em conjunto (esforçamo-nos por comer sempre no mesmo horário) e cada um desempenha as suas tarefas específicas (sejam elas trabalhar e/ou estudar). Para além disso, tentamos conviver um pouco ao fim do dia e durante o tempo das refeições [pai só, 29 anos, ensino superior].

Acordamos, arranjamo-nos, tomamos pequeno-almoço, vou trabalhar para a sala e o meu filho vai fazer trabalhos da escola ou do centro de estudo para o quarto, lê, almoçamos, voltamos para os nossos postos. E ao final do dia fazemos 30 a 35 minutos de exercício, banho, jantar e sofá [mãe só, 41 anos, ensino superior].

Nas residências alternadas, a cadência entre os tempos de presença e tempos de ausência das crianças e jovens separou tempos de trabalho e lazer a sós de tempos focados nas necessidades das crianças:

Sem filho em casa, trabalho e limpo de manhã, almoço, treino via net com o meu PT [*personal trainer*], tomo banho, danço e bebo um

copo antes do jantar. Deito-me cedo, com leituras ou séries. Com filho, passo os dias a fazer trabalhos com ele, a cozinhar, a limpar, a brincar. Fico sem tempo para trabalhar e sem tempo para mim [mãe só, 41 anos, ensino superior].

Por fim, houve quem encarasse o teletrabalho como oportunidade única para ter mais tempo, para partilhar o quotidiano com filhos/filhas, para dedicar à casa, ao trabalho e a si mesma:

Estou em teletrabalho e com um filho de 13 anos em casa. Estar em casa sempre foi para nós um refúgio do qual usufruíamos pouco tempo. Agora trabalhamos, relaxamos, cozinhamos, ouvimos música, cantamos, dançamos, cuidamos da casa, fazemos exercício, vemos filmes... não temos planos, levamos os dias com leveza [mãe só, 43 anos, ensino superior].

Em síntese, o confinamento e as consequências das restrições na vida pessoal e social decorrentes da pandemia criaram e acentuaram vulnerabilidades nestas famílias. As mães sós e os pais sós ficaram mais expostos à sobrecarga parental, a dificuldades na articulação entre família e trabalho, à diminuição de rendimentos e mesmo à perda do emprego.

Famílias recompostas jovens

Nesta secção, analisamos o impacto da COVID-19 na vida dos inquiridos residentes em famílias recompostas⁹ jovens. Interessa-nos compreender em que medida o facto de a família ser recomposta influenciou a experiência de confinamento, com destaque para as principais restrições sentidas, as mudanças no dia a dia e as preocupações/expectativas face ao futuro.

Em termos de perfil sociodemográfico, a maioria dos 88 inquiridos era do sexo feminino (57%), tinha entre 35 e 44 anos de idade (41%) ou então entre 45 e 54 anos (24%), residia na região da Grande

⁹ Núcleo familiar que consiste num casal «de direito» ou «de facto» com um ou mais filhos naturais ou adotados, sendo, pelo menos, um deles filho apenas de um dos membros do casal (INE, I. P.).

Lisboa (AML) (78%), possuía formação superior (81%), vivia maritalmente em união de facto (42%) ou era legalmente casada (21%). Em 25% dos casos, os inquiridos ocupavam a posição de enteado e 58% eram padrastos/madrastas. No que diz respeito à caracterização familiar, a maioria dos inquiridos vivia em famílias recompostas constituídas por um núcleo de casal com filhos (72%) (família recomposta simples) e residia com dois filhos (52%) num agregado doméstico de padrasto (48%) ou de madrastra (44%).

Compasso de espera

Também nas famílias recompostas jovens, a adaptação à nova rotina ditada pelo confinamento constituiu um motivo de *stress* e de cansaço psicológico, estando na origem do aparecimento ou agravamento de sintomas depressivos. Os inquiridos manifestaram ter medo do contágio, sobretudo os que continuaram a trabalhar fora de casa, revelaram-se apreensivos face ao futuro, em particular aqueles que perderam o emprego ou tiveram uma redução drástica do volume de trabalho, sentiam-se ansiosos e cansados psicologicamente, revelaram *stress* em relação ao distanciamento físico e às filas no supermercado, mencionaram que a proximidade gerada pelas redes sociais não compensava a ausência dos abraços e preocupava-os ainda a ausência de contacto físico com os familiares ou amigos próximos não residentes (pais, filhos não residentes, namorado/a, etc.). Ausência, isolamento e distanciamento estão, assim, entre as palavras mais usadas para descrever as dificuldades associadas às restrições impostas pela COVID-19:

É particularmente difícil permanecer compassivamente em casa. O isolamento social é difícil de suportar [padrasto, 49 anos, casado, ensino superior].

A par da saúde mental, as outras duas grandes dificuldades sentidas foram a conciliação família/trabalho e a sobrevivência económica/incerteza face ao futuro profissional. Para todos os que residiam com filhos e/ou enteado menores de 12 anos de idade, o confinamento representou um esforço acrescido de conciliação entre trabalho em casa, em regime de teletrabalho, acompanhamento do estudo e/ou

entretenimento das crianças e desempenho das tarefas domésticas e do cuidar.

Embora alguns inquiridos reconheçam que o confinamento os levou a terem mais tempo para si e mais cuidado com a alimentação, a maioria deparou-se com um excesso de obrigações num espaço físico limitado (a casa):

A convivência familiar, apesar de inicialmente achar que ia ser difícil [...] na verdade, é o que está a ser mais fácil [...], reina o espírito de colaboração entre todos. O que está a ser mais difícil é mesmo conciliar o teletrabalho com a gestão familiar com crianças (diria mesmo que está a ser um pesadelo [...] [madrasta e mãe, 37 anos, união de facto, ensino superior].

As relações com a família têm sido via videochamada, o exercício físico tem corrido bem, com aulas *online*. O trabalho parou por completo, não consigo fazer nada com uma filha pequena em casa. A limpeza da casa, roupa e refeições já são trabalho árduo com a filha em casa sempre a pedir atenção [madrasta e mãe, 45 anos, casada, ensino superior].

Esta situação afetou sobretudo as mulheres, que declararam estar muito preocupadas com a conciliação trabalho-família e o acompanhamento dado aos filhos durante o confinamento. Nos casos em que estes eram pequenos (idade inferior ou igual a 12 anos), preocupava-as o tipo de atividades desenvolvidas, o excesso de trabalhos de casa e a manutenção da rotina do sono. Nos casos em que os filhos eram mais velhos (idade superior a 12 anos), preocupava-as o futuro, os exames de acesso ao ensino superior, a conclusão do curso superior.

Em relação à sobrevivência económica e à incerteza face ao futuro profissional, alguns inquiridos declararam ter ficado desempregados devido à pandemia. Trata-se de profissionais ligados a sectores de atividade profundamente afetados pela crise pandémica (hotelaria, turismo, cultura, audiovisual, montagem e realização de eventos). Para além das dificuldades económicas com que se confrontavam por não terem trabalho, preocupava-os a ausência de perspetivas face ao futuro, encontrando-se, por isso, num autêntico compasso de espera.

Entre os inquiridos com trabalho destacava-se o medo do despedimento (trabalhadores por conta de outrem) ou da redução do

volume de trabalho (trabalhadores por conta própria). Porém, para os inquiridos que estavam a concluir a sua formação universitária e os académicos (professores universitários, investigadores, bolsheiros), o confinamento trouxe a possibilidade de conclusão de um trabalho há muito adiado (e. g., tese de mestrado, artigo científico, etc.).

Neste sentido, as restrições impostas pela COVID-19 vieram expor a maior vulnerabilidade e exposição ao risco das mulheres e dos profissionais das áreas de atividade mais afetadas pela pandemia. Para as mulheres, o regresso a casa representou um retorno ao ideal da mulher cuidadora e boa doméstica num tempo marcado pela igualdade de género e pela maior presença das mulheres no mercado de trabalho. No caso dos profissionais ligados aos sectores de atividade mais afetados pela pandemia, a ausência de atividade profissional representou um tempo de espera e de incerteza. Mas foi na saúde mental que os inquiridos mais sentiram as restrições impostas pelo confinamento. O medo, a angústia e a depressão estiveram presentes no discurso de quase todos. Aceitar o isolamento físico revelou-se uma tarefa difícil para a generalidade dos inquiridos.

Reinventar quotidianos

Quanto à organização do dia a dia em contexto de confinamento, verifica-se que os inquiridos residentes em famílias recompostas jovens procuraram manter a rotina diária pré-COVID:

Acordar, passear a cadela, tomar banho e vestir-se (como se fosse sair de casa só para manter a mínima saúde mental), ver um pouco de televisão e almoçar. Depois estudo até ao final do dia, janto, passeio de novo a cadela, vejo uma série, vou dormir e começa outro dia totalmente igual [enteada, 22 anos, solteira, ensino superior].

As mulheres (mães e madrastas) revelaram ter mais dificuldade do que os homens na conciliação de trabalho/família. Na impossibilidade de recorrerem ao apoio de uma empregada doméstica e dado o encerramento das soluções de guarda formal (creches, escolas, centros de estudos, centros de atividades de tempos livres), a generalidade das mulheres passou a acumular o trabalho pago, em regime de teletrabalho, com o desempenho das tarefas domésticas (em parte ou

na sua totalidade) e os cuidados aos filhos. Tudo isto num regime de permanência, sem terem tempo para si:

Para conseguir trabalhar com serenidade levanto-me às 7 horas para tomar o pequeno-almoço e ligar o computador às 7:30. Por volta das 9 horas acordam o meu marido, filho e enteado. Nesse momento o bebé exige a minha atenção até por volta das 11 horas, hora a que almoça. Consigo adormecê-lo por volta das 11:30 e aproveito até às 12:45 para trabalhar. Depois é preparar o almoço, almoçar, arrumar a cozinha e volto para o computador às 14:30 e fico até por volta das 15:45, altura em que o meu marido já deu o lanche ao bebé e eu vou adormecê-lo para a sesta da tarde. Volto para o computador e fico até por volta das 16:30. Depois é lanchar, tratar dos banhos dos miúdos, preparar o jantar, arrumar a casa, pôr os miúdos a dormir e volto para o computador por volta das 21:30, onde fico até por volta das 23 horas. É extremamente extenuante ter que estar constantemente a mudar o *chip* e a adaptar-me aos diferentes papéis que tenho de desempenhar [madrasta e mãe, 37 anos, união de facto, ensino superior].

Os homens preocuparam-se, sobretudo, com a manutenção da sua rotina diária. Estabeleceram um horário de trabalho bem definido, que podia ou não ser interrompido pela realização de uma tarefa doméstica específica, como a preparação das refeições ou a ida às compras no supermercado, dando continuidade à divisão do trabalho previamente existente no casal. Aqueles que praticavam atividade física antes da pandemia procuraram manter a rotina, adaptando o espaço em casa à prática de exercício físico ou, nos casos em que mudaram de residência devido ao confinamento, dedicando-se à prática de exercício físico ao ar livre:

Acordar, tomar banho, pequeno-almoço, vejo as notícias do dia, entro em teletrabalho. Faço algumas pausas e depois trato do almoço. Depois, novamente teletrabalho até à hora de jantar, com algumas interrupções para dar atenção às minhas filhas. Tenho saído para compras de três em três dias, aproximadamente. À noite entretenho-me vendo TV, redes sociais, etc. [pai, 48 anos, casado, ensino superior].

Manter as rotinas anteriores ao COVID tem sido a prática, correr de manhã cedo, começar a trabalhar à mesma hora, manter os horários

das refeições, ver TV à noite e adormecer à hora habitual [padrasto, 43 anos, união de facto, ensino superior].

A hora das refeições constitui um momento familiar importante. Em regra, os almoços e os jantares realizam-se em família e, depois do jantar, ficam todos juntos a ver televisão. Nalguns casos, a hora das refeições passou a ser uma hora partilhada com a família alargada (designadamente com as avós materna e paterna), com quem são estabelecidas conversas/videochamadas via *WhatsApp*, *Skype* ou *Zoom*. Sinal de que o isolamento físico nem sempre é sinónimo de isolamento social. É também nas redes sociais (*Facebook*, *Instagram*, *TikTok*, *Twitter*, *Youtube*, *WhatsApp*) que a maioria dos inquiridos mais jovens (enteados) passa grande parte do seu tempo livre.

Para os inquiridos que prestam apoio/cuidados a idosos e/ou portadores de patologias crónicas, o confinamento acarretou um problema acrescido – a gestão à distância do bem-estar de familiares não residentes, providenciando quer os bens essenciais (alimentos, medicamentos, etc.), quer calor humano necessário para afastar a solidão. O facto de nem sempre os mais velhos entenderem a situação e a necessidade de isolamento físico é visto como um aspeto preocupante para os inquiridos com este tipo de responsabilidade.

Na amostra de famílias recompostas jovens estudada houve casos em que os inquiridos trocaram de casa e passaram a viver em zonas onde a densidade populacional é menor, o que permitiu usufruírem de um confinamento menos estrito. A este nível, destaca-se a tentativa de criação de um novo normal, de forma a manterem o ritmo de trabalho pré-pandemia, sobretudo no caso masculino, mas também a necessidade de o casal contar com o apoio de terceiros (e. g., avós maternos ou paternos) nos cuidados aos filhos/enteados menores.

Isto significa que, para além da diferença de género entre mulheres e homens na forma como o confinamento foi vivido (maior vulnerabilidade de género a desfavor das mulheres), denota-se que, nalguns casos, houve a necessidade/obrigação de zelarem pelo bem-estar de familiares não residentes, em regra, pai/mãe idosos, que se encontravam numa situação de maior vulnerabilidade (física, de saúde, económica, etc.). Assim, enquanto nuns casos se assistiu a um autêntico efeito sanduíche com os inquiridos, quase sempre as mulheres, a terem de prestar apoio dentro e fora de casa, noutros casos os casais contaram com o apoio de terceiros (quase sempre os

pais/sogros) com quem passaram a residir durante o confinamento, o que os ajudou a superarem algumas das dificuldades impostas pelo teletrabalho, designadamente o apoio/cuidado em permanência aos filhos/enteados menores.

Futuro incerto

No que diz respeito às preocupações e expectativas face ao futuro pós-COVID-19, os inquiridos elencaram um ou vários dos seguintes temas: *i*) saúde e Serviço Nacional de Saúde (SNS); *ii*) economia, crise e (des)emprego; *iii*) política, ideologia e gestão da pandemia; *iv*) isolamento físico e convívio social; *v*) educação e *e-learning*; *vi*) incerteza face ao futuro; *vii*) ausência de liberdade.

A primeira preocupação é que seja encontrado um tratamento e, posteriormente, uma vacina para esta virose. Preocupa-me muito que o vírus sofra nova mutação/recombinação genética que o torne mais virulento. A minha mulher está grávida e preocupa-me que em agosto, quando está previsto o parto, esta situação se mantenha e os hospitais estejam caóticos. Depois preocupa-me a crise económica em que poderemos entrar. A gestão do meu trabalho vai ser complicada, pois trabalho na área da educação e o calendário escolar vai ficar baralhado. Preocupa-me que os salários baixem pelas dificuldades das empresas em sobreviver ou pagar os empréstimos a que agora recorram. Ou mesmo o possível desemprego [pai, 48 anos, casado, ensino superior].

Destacam-se dois níveis de análise principais: o nível global/geral e o pessoal/individual. A idade dos inquiridos, a posição ocupada na família (pai/mãe, padrasto/madrasta, filho/enteado) e o nível de escolaridade parecem influenciar a adoção de uma perspetiva mais geral (indivíduos mais velhos, que ocupam a posição de pai/mãe e/ou padrasto/madrasta, mais escolarizados) ou, pelo contrário, de uma perspetiva mais individual (indivíduos mais jovens, onde se incluem alguns dos enteados inquiridos, e também indivíduos menos escolarizados), centrada no que pode vir a acontecer a curto/médio prazo consigo e com os seus. Enquanto os primeiros estão mais preocupados com as consequências a nível mundial da crise pandémica e

suas repercussões a nível nacional (em termos de economia, saúde, educação, política), os segundos preocupam-se, sobretudo, com o impacto da pandemia na manutenção do seu posto de trabalho, na situação financeira da sua família e/ou na saúde dos seus familiares, em particular os mais idosos, ou então na educação/futuro profissional dos filhos:

As minhas preocupações no momento são o meu bem-estar e o da minha família; para o futuro espero que isto passe rápido e que eu e os meus entes queridos consigamos superar tudo isto. O que mais me preocupa é a vida financeira após isto tudo [enteada, 17 anos, solteira, 9.º ano de escolaridade].

Ser infetado no meu local de trabalho caso apareça alguém com a COVID-19 sem respeitar os outros e eu infetar quem tenho em casa [padrasto, 50 anos, casado, 9.º ano de escolaridade]!

A minha preocupação primeira é que familiares e amigos não sejam contaminados; por isso lhes peço desde início que se resguardem o mais que puderem. Preocupa-me a situação escolar da minha filha, uma vez que acredito este ano não retomar a escola e eu ser capaz de dar continuidade aos conteúdos escolares em falta. Quanto a mim, é a situação profissional que mais me preocupa e a manutenção do meu posto de trabalho [mãe, 42 anos, união de facto, ensino superior].

Em suma, a análise das famílias recompostas jovens em confinamento evidenciou que, face às restrições impostas pela COVID-19, os inquiridos preocuparam-se, sobretudo, com o impacto da pandemia na saúde mental (ausência, isolamento e distanciamento), na conciliação trabalho-família (inexistência de fronteiras entre as várias esferas da vida, na desigualdade entre mulheres e homens em termos de trabalho pago e não pago) e na sobrevivência económica/incerteza face ao futuro profissional (inquiridos sem trabalho na sua área de atividade – hotelaria, turismo, cultura, audiovisual e montagem e realização de eventos). No que concerne à organização do dia a dia familiar, denota-se a tentativa de manutenção das rotinas diárias pré-estabelecidas, sobretudo no caso dos inquiridos em regime de teletrabalho. Se, por um lado, estas vulnerabilidades parecem ser transversais a todos os agregados onde residem menores de idade,

como no caso das famílias monoparentais jovens, por outro lado, há algumas especificidades no caso das famílias recompostas. Esta especificidade tem a ver com a identidade da mulher dentro destes agregados, enquanto madrastra e mãe. As inquiridas que acumulam esta dupla identidade (madrastas e mães, no âmbito da atual conjugalidade), quando referem as tarefas que desempenham no quotidiano, quase sempre mencionam apenas os filhos biológicos, mesmo vivendo no mesmo agregado doméstico que os enteados. Para este fenómeno concorrem diversos fatores, como, por exemplo, a idade dos enteados, quase sempre mais velhos que os filhos comuns ao casal, mas também uma noção clara de que os filhos constituem uma responsabilidade dos progenitores biológicos, nestes casos do pai, e é a ele que compete a obrigação e o dever de cuidar.

Notas conclusivas

Um dos primeiros resultados que importa realçar é a diversidade de tipos de agregado doméstico em que o primeiro confinamento foi vivido, cada um deles representando diferentes experiências, impactos, resiliências e vulnerabilidades.

A análise dos impactos sociais evidencia quatro tipos de agregado doméstico que representam maior vulnerabilidade: os agregados monoparentais simples, os agregados de família complexa, os agregados sem núcleo constituídos por várias pessoas e os agregados de casal com filhos (em particular, aqueles onde residem menores de 18 anos de idade).

Aos agregados de várias pessoas corresponde um perfil bastante jovem e que reúne pessoas em situação de vulnerabilidade laboral precipitada pela pandemia, nomeadamente por terem sido despedidas ou colocadas em regime de *lay-off* ou em regime de estudo à distância. A sua fragilidade expressa-se também nos seus rendimentos e condições de habitação, tidos como insuficientes, bem como na dificuldade em lidar com as restrições e pouca capacidade de resiliência para continuar a viver com as mesmas.

Os agregados de família complexa destacaram-se também por representarem uma maior vulnerabilidade social, na medida em que muitos dos indivíduos nestes arranjos multigeracionais experienciaram uma redução nos rendimentos e manifestaram uma grande insa-

tisfação com as condições de habitação. Acresce que estes agregados representam pessoas que também ficaram numa situação de vulnerabilidade laboral, não raras vezes concomitante com o encargo adicional de prestar apoio dentro dos agregados a familiares ascendentes e descendentes. A complexificação do agregado parece representar uma estratégia para fazer face aos efeitos da pandemia, nomeadamente para aqueles que se viram com dificuldades na conciliação entre as exigências profissionais ou a vulnerabilidade laboral em que ficaram e a necessidade de apoio aos cuidados às crianças e adolescentes, designadamente o acompanhamento das suas atividades escolares à distância e a realização das tarefas domésticas.

Os resultados revelam ainda que as famílias com menores de 18 anos foram mais sobrecarregadas pelas medidas de combate à pandemia do que as famílias sem menores no agregado doméstico. Com efeito, foi nos agregados de famílias de casal com filhos que mais se evidenciou o peso dos cuidados a outras pessoas que não vivem no agregado. A sua situação financeira já tinha sido afetada pelas medidas de contenção da pandemia e estavam a aguentar o confinamento e as restrições com dificuldade, ainda que estimassem que teriam uma curta duração. Nos agregados de famílias monoparentais, os cuidados a pessoas a viverem noutros agregados tinham igualmente um peso significativo, bem como a degradação dos rendimentos, acrescendo a estas vulnerabilidades as condições de habitação insatisfatórias. Tal como nos agregados de casais com filhos/as, nestas famílias as pessoas com dificuldades em suportar as restrições e incerteza quanto à sua duração tinham um peso significativo.

Dada a vulnerabilidade associada a agregados com indivíduos menores de 18 anos, decidimos fazer um *zoom-in* nos agregados domésticos de famílias monoparentais e de famílias recompostas jovens. A razão pela qual optámos por nos centrar nestes dois tipos específicos de agregado doméstico tem a ver com a menor visibilidade mediática que foi dada a estas famílias.

Se, por um lado, este olhar aprofundado sobre os impactos e as experiências de confinamento no seio destes agregados domésticos revelou vulnerabilidades profissionais, económicas, familiares e sociais comuns, por outro lado, a análise dos testemunhos revelou especificidades decorrentes da própria dinâmica de cada tipo de arranjo familiar.

Nos agregados monoparentais, tais vulnerabilidades decorreram do teletrabalho ou de situações em que mães e pais sós foram impedidos de trabalhar, por terem perdido os seus empregos ou por terem sido colocados em *lay-off*, concomitante com a necessidade de tomar conta dos filhos e filhas, muitas vezes privados de uma rede de apoio. No plano dos quotidianos domésticos, os resultados desvendam experiências da colonização espaço-temporal das práticas domésticas quotidianas pelas temporalidades das práticas profissionais, do ensino à distância e do acompanhamento escolar das crianças. Contudo, tal sobrecarga tinha maior peso nas famílias com crianças e jovens em residência única, uma vez que as cadências de presença e ausência das crianças na residência alternada facilitavam a articulação entre cuidados e acompanhamento escolar de crianças e jovens, teletrabalho e tempos para si.

Também nas famílias recompostas jovens, ou seja, com, pelo menos, um elemento menor de idade, o volume de trabalho não pago e o tempo despendido na sua execução transcendem em muito o que acontece nas famílias compostas apenas por indivíduos adultos. Estas famílias foram particularmente afetadas pelo contexto de confinamento ditado pela pandemia e as questões associadas à conciliação família-trabalho agravaram-se nas situações em que não puderam contar com o apoio de terceiros (apoio formal ou informal) e os adultos mantiveram a obrigação de trabalhar (quase sempre em regime de teletrabalho), ao mesmo tempo que se viram na obrigação de cuidar e acompanhar os filhos e/ou enteados pequenos a tempo inteiro. Para agravar esta situação, muitos inquiridos mantiveram a necessidade de prestar cuidados a pessoas não residentes no agregado doméstico, ajudando-as na aquisição de bens de primeira necessidade (alimentos, medicamentos, etc.) durante o período de confinamento. A este nível, o facto de ser mulher e mãe em contexto de recomposição familiar parece ter contribuído para uma (re)tradicionalização do papel feminino na família, que vê a mulher/mãe como a principal responsável pelos cuidados aos filhos. Outro dado relevante mostra que ser mulher e madrastra não parece ter influenciado da mesma forma o desempenho das inquiridas durante o confinamento. Tomando como exemplo as inquiridas que são madrastras e mães no âmbito da atual conjugalidade, verifica-se que, mesmo quando vivem no mesmo agregado doméstico que os enteados, as tarefas que desempenham no quotidiano são quase sempre

Vidas Confinadas

relativas aos seus filhos biológicos. Tal parece reforçar a importância do laço biológico na atribuição/desempenho das tarefas domésticas entre o casal recomposto.

Fábio Rafael Augusto
Mónica Truninger

Capítulo 6

Alimentação confinada: os efeitos da pandemia COVID-19 na vida quotidiana

Introdução

No dia 18 de março de 2020 foi decretado o primeiro estado de emergência pelo presidente da República, de forma a tentar travar os impactos na saúde pública resultantes do avanço da pandemia COVID-19 em Portugal (o primeiro caso registado foi a 2 de março de 2020). Foram implementadas diversas medidas restritivas com um profundo impacto em vários domínios da vida social. Com o intuito de minimizar o contágio, foi solicitado aos portugueses que se mantivessem em casa, saindo apenas para satisfazer necessidades básicas e essenciais. As pessoas consideradas de risco (com doenças cardiovasculares, respiratórias, diabetes, autoimunes, bem como as pessoas mais velhas) deveriam evitar sair de casa, ao passo que as diagnosticadas com a infeção ou as suspeitas de terem estado em contacto com pessoas infetadas eram colocadas em isolamento profilático (ou quarentena), no primeiro caso, ou em isolamento, no segundo caso, não podendo sair do domicílio, sob pena de cometerem uma infração de saúde pública. Desta forma, várias rotinas tiveram de ser alteradas, nomeadamente as alimentares, que passaram a enfrentar diversos reajustamentos. Como veremos, tais alterações conduziram a perceções mais ou menos negativas face às restrições implementa-

das, variando consoante as condições de vida e a experiência/vivência desta situação singular, caracterizada pelo desconhecimento, incerteza e imprevisibilidade.

As práticas em torno da alimentação e os processos constituintes de aquisição (compras, economia da troca ou autossuficiência), apropriação (preparação e confeção dos alimentos) e apreciação (novos gostos alimentares adquiridos) passaram a enfrentar novas dinâmicas e reconfigurações. Os consumidores viram-se confrontados com a necessidade de se prepararem para um confinamento por tempo indeterminado, tendo sido necessário fazer escolhas e delinear estratégias de mitigação e adaptação à nova realidade.

O presente capítulo analisa o impacto percecionado pelos inquiridos em torno das suas rotinas alimentares face a um período marcado pelo alastrar de um vírus a uma escala global e com efeitos nocivos a vários níveis (por exemplo, saúde pública, económicos, sociais, culturais). Devido às características da amostra, a realidade aqui apresentada não é representativa do país, mas permite abrir importantes pistas que dão conta das adversidades e/ou oportunidades geradas pela pandemia, bem como dos mecanismos de adaptação à mesma. Importa também mencionar que o período de recolha de dados ocorreu pouco tempo após o anúncio do estado de emergência, particularmente entre os dias 25 e 29 de março de 2020, pelo que os resultados apresentados dão conta de um período inicial de habituação que não contempla efeitos de longo prazo, só visíveis e analisáveis com o avançar da situação (por exemplo, progressivo desgaste emocional e escassez de rendimentos, flexibilização nas regras e práticas).

Os resultados apresentados centram-se na análise das respostas abertas que articulam questões alimentares com as restrições resultantes do estado de emergência.¹ Neste sentido, será atribuída centralidade aos discursos e à pluralidade de opiniões, atitudes, práticas e estratégias que emergiram face às referidas adversidades.

Do universo de respondentes ($N = 11\ 508$) ao inquérito por questionário aqui em análise, 78,7% ($N = 9059$) dos inquiridos

¹ As respostas analisadas foram recolhidas através das seguintes questões: «Pode falar-nos um pouco mais sobre estas restrições [implementadas no âmbito do estado de emergência]? O que tem sido mais fácil do que esperava e o que tem sido mais difícil? Por exemplo: questões de convívio, relações com a família, alimentação, condição física, saúde mental, capacidade de trabalho.»

deram a conhecer o modo como se encontravam a lidar com as restrições impostas no âmbito da COVID-19 e do estado de emergência, bem como os aspetos que identificavam como sendo mais fáceis ou difíceis de lidar perante as atuais contrariedades. As respostas abertas variam em torno de questões relacionais, laborais, emocionais, físicas, psicológicas, entre outras. No presente capítulo, o foco é direcionado para o conjunto de respostas que abordam questões alimentares, representando estas 24,3% ($N = 2203$) do total de respostas fornecidas.

Após uma análise exploratória dos discursos escritos foi estabelecido um conjunto de dimensões de análise, sendo elas:

- 1) Aquisição de bens alimentares;
- 2) Preparação e confeção de refeições;
- 3) Redes de apoio;
- 4) Sociabilidades, comensalidade e participação social;
- 5) Estratégias adaptativas e criatividade nas práticas alimentares;
- 6) Hábitos alimentares.

Estes representam os principais eixos analíticos que irão orientar a exposição que se segue.

Aquisição de bens alimentares

Perante uma situação de confinamento generalizado, uma das grandes preocupações da população prende-se com a garantia no acesso a bens de primeira necessidade. No contexto nacional verificou-se, particularmente durante o mês de março, um aumento do recurso aos supermercados, bem como às plataformas *online* que os mesmos disponibilizam (*O Jornal Económico*, 2020; LUSA, 2020). A imprensa nacional deu conta da existência de fenómenos de açambarcamento de certos bens e produtos, que contribuíram para esvaziar prateleiras de algumas superfícies comerciais (TSF Rádio Notícias, 2020; TVI24, 2020). Estes comportamentos aconteceram igualmente noutros países podendo provocar ruturas na rede de provisão alimentar devido, sobretudo, a três grandes ordens de fatores, incluindo a questão do açambarcamento tão mediatizada na comunicação social portuguesa e internacional (Boons *et al.* 2020, 6):

1. Escassez temporária na disponibilidade de bens causada pelo pânico de um coletivo de indivíduos – e de efeitos provocados pela profecia autorrealizável (por exemplo, o célebre episódio do açambarcamento de papel higiénico, que se tornou viral nas redes sociais e foco de *gags* humorísticos) –, que pode levar a flutuações maciças na oferta e na procura durante as primeiras semanas do confinamento;
2. Escassez temporária de bens causada por uma mudança repentina de práticas dos consumidores, que tanto produtores como distribuidores não conseguem acompanhar (por exemplo, falta de farinha e fermento, porque as pessoas começaram a confeccionar pão e bolos em casa, ou falta de cápsulas para as máquinas de café *Expresso* domésticas, porque os cafés e pastelarias fecharam);
3. Mudanças estruturais e possíveis falhas no fornecimento de alimentos, água e eletricidade (atrasos ou interrupções) devido aos efeitos económicos e políticos provocados pela crise.

De forma a antecipar e minimizar estas ruturas de provisão alimentar, o governo avançou com a criação de um grupo de trabalho que visava avaliar o desenvolvimento da cadeia de abastecimento nos sectores agroalimentar e de retalho durante a pandemia (*Público*, 2020). Apesar da existência de uma primeira fase caracterizada pela «corrida» aos supermercados com o objetivo de possibilitar o isolamento por um longo período de tempo, o país não chegou a enfrentar roturas de *stock* significativas nem cenários de racionamento de produtos (*O Jornal Económico*, 2020; *Público*, 2020). Ainda assim, os efeitos da pandemia conduziram à necessidade de restringir contactos durante o processo de aquisição de bens, tendo sido criado um conjunto de normas reguladoras de novas formas de aquisição de alimentos a adotar nas lojas e grandes superfícies comerciais. Estas restrições envolveram, nomeadamente, o controle do número de clientes que podiam circular no interior dos estabelecimentos comerciais, conforme especificado na Portaria n.º 71/2020 (*DRE*, 2020)².

² Perante estas restrições e a conseqüente existência de filas de espera para aceder aos supermercados, foi desenvolvida uma plataforma que fornece informações sobre o tempo de espera e os produtos disponíveis (*Expresso*, 2020).

Os resultados recolhidos dão conta de duas grandes linhas de resposta por parte dos cidadãos portugueses inquiridos. Por um lado, os indivíduos que consideram que a aquisição de bens alimentares se realiza de uma forma relativamente fácil, sem grandes obstáculos ($N = 950$); por outro, aqueles que percecionam que a aquisição se tornou particularmente problemática com o avançar da pandemia e das restrições impostas pelo governo ($N = 864$).

Entre as perspetivas mais positivas em relação à aquisição de bens alimentares são dadas diversas justificações para que este processo decorra de forma relativamente tranquila:

Seja pelo recurso às plataformas digitais:

O que tem sido mais fácil é a questão da alimentação devido ao apoio dos meus familiares mais próximos e às compras *online* [F, 71, viúva, ensino superior].

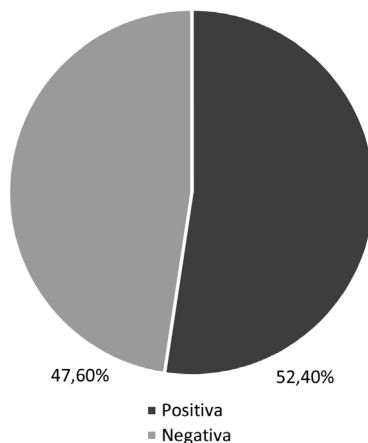
As compras alimentares estão a correr relativamente bem. Até as compras *online* e suas entregas têm decorrido normalmente [M, 63, casado, ensino superior].

Seja pela existência de lojas de proximidade:

As compras da casa já fazia em lojas locais no meu bairro e neste continuo a servir-me das mesmas [F, 46, divorciada, ensino superior].

O comércio local, que se traduz numa mercearia de bairro, evita as filas, assim como a exposição associada, nas grandes superfícies, assim

Figura 1.6 – Perspetivas face à aquisição de bens alimentares (%)



Fonte: Inquérito ICS/Iscte – *Os Impactos Sociais da Pandemia*, 2020, análises próprias.

Vidas Confinadas

como recorrer aos serviços que levam a casa, do talho e farmácia [F, 50, casada, ensino superior].

Seja pela possibilidade de receber os produtos alimentares em casa:

Estou há treze dias de quarentena obrigatória com a minha mulher (vivemos nos Açores e regressámos de Lisboa no dia 14 de março) e não posso sair de casa nem ninguém pode cá entrar. A peixaria e a mercearia vêm cá trazer as coisas e deixam à porta e depois pagamos [M, 71, casado, ensino superior]!

Seja pela existência de um terreno de cultivo que permite uma produção própria:

Trabalho na quinta, produzo os meus alimentos [M, 41, em união de facto, ensino superior].

No meu caso, apesar de não ter o meu salário, tenho alguma agricultura; então ocupo o tempo fazendo algo útil, evito ao máximo compras! As aldeias já não tinham muitos grupos, agora (pelo menos na minha) não se vê ninguém [F, 46, casada, 6.º ano].

Vou lendo mais e passando o tempo numa pequena horta. Evitamos ir ao supermercado, pois existem alguns frescos na horta [M, 72, casado, ensino superior].

Seja pelo acesso a superfícies comerciais sem muita afluência e que asseguram diversidade na oferta de produtos alimentares:

O que considero mais fácil tem sido o acesso a compras de bens essenciais. Nos supermercados e nas farmácias tenho constatado que as pessoas mantêm a distância física de segurança necessária e que as restantes medidas de precaução têm sido acatadas pela generalidade dos cidadãos [M, 57, solteiro, ensino superior].

O mais fácil é que as duas vezes que fui ao hipermercado encontrei tudo muito calmo e encontrei os produtos que pretendia. Estava um pouco apreensiva com aquilo que é noticiado sobre os hipermercados terem as prateleiras vazias, filas enormes, comigo isso

não aconteceu. Fiquei surpreendida pela positiva [F, 52, divorciada, 12.º ano].

No que respeita às perspetivas mais negativas em relação à aquisição de bens alimentares durante a pandemia e o decretado estado de emergência, os relatos recolhidos apontam para restrições ao nível da mobilidade:

O mais difícil é mesmo o inconveniente de se abastecer de bens alimentares e de primeira necessidade, especialmente quando uma pessoa não possui veículo próprio e tenta reduzir o número de deslocações ao supermercado... [F, 36, solteira, ensino superior].

Condição física, saúde mental, o facto de ser idosa isolada e não ter qualquer apoio para deslocações ao supermercado ou farmácia [F, 72, divorciada, ensino superior].

Também se refere um certo nível de isolamento e distanciamento face a infraestruturas que permitem a aquisição de bens alimentares, característica de certas zonas mais rurais:

O mais difícil é, por habitar numa aldeia que nem sequer tem uma mercearia, comprar alimentos que não produzimos [M, 84, casado, 12.º ano].

Fácil: vivo longe das grandes cidades e posso com facilidade ir ao campo sem encontrar ninguém. Idas à farmácia ou supermercado muito complicadas devido às distâncias [F, 53, solteira, ensino superior].

Os longos períodos de espera nas entregas são igualmente referidos pelos inquiridos:

A demora na distribuição *online* de bens essenciais ao nosso dia a dia [F, 53, solteira, ensino superior].

Tem sido relativamente fácil trabalhar em casa e manter a distância social, difícil obter entregas em casa de supermercado para evitar sair de casa [F, 41, solteira, ensino superior].

Vidas Confinadas

É também mencionado o elevado número de procedimentos que é necessário levar a cabo em torno da desinfeção e da manutenção do distanciamento social aquando da obtenção de alimentos em superfícies comerciais:

Não gosto de toda a trabalhadeira acrescida e preocupação para adquirir bens essenciais (as filas, a desinfeção dos produtos adquiridos, os cuidados de distância social enquanto estou na rua) [F, 62, divorciada, 12.º ano].

Mais difícil: a limpeza e desinfeção de todas as compras ou outros bens trazidos da rua não tem sido um processo fácil [M, 43, solteiro, ensino superior].

Outros referem ainda o desgaste emocional provocado, sobretudo, pelos cuidados acrescidos que surgiram com o intuito de evitar o contágio, quer em espaços públicos, quer em espaços privados de usufruto público:

O mais difícil: ultrapassar a barreira do medo psicológico para sair à rua para comprar comida [F, 31, solteira, ensino superior].

Algumas carências nas filas de acesso aos supermercados, os seguranças são negligentes. De facto, o difícil é lidar com o *stress* cada vez que saímos e temos de voltar para casa e proceder às limpezas de roupa, portas, sapatos, etc., e manter essa disciplina [F, 63, casada, ensino superior].

Sinto-me muito ansiosa e com dificuldade em dormir, entro em pânico quando tenho de ir às compras. O facto de trabalhar no hospital diretamente com utentes assusta-me bastante [F, 30, em união de facto, 12.º ano].

A escassez de certos produtos alimentares resultante da existência de fenómenos de açambarcamento é mencionada, embora menos:

Não é fácil ficar em casa sem poder sair, mas pior foi a necessidade de ir às compras e não haver produtos, isto no início da pandemia [F, 58, divorciada, 12.º ano].

O mais difícil tem sido a convivência com a família em casa e manter o teletrabalho e as tarefas escolares, manter a sanidade mental e conseguir comprar tudo o que preciso, frescos e carne e peixe [F, 40, solteira, ensino superior].

Mais difícil – condição física, não poder passear/apanhar sol, conviver com amigos, fila no supermercado, açambarcamento [F, 53, divorciada, ensino superior].

Além dos aspetos mencionados, destaca-se também a redução do horário de funcionamento das superfícies comerciais, o que contribui para uma maior afluência aos mesmos e, conseqüentemente, à criação das filas de espera:

Redução do horário de abertura dos supermercados. Tempos de espera elevados nas plataformas *online*, etc. [M, 38, solteiro, ensino superior].

Também é referida a perda de autonomia devido à pertença a um grupo de risco, a qual teve alguma expressão no leque de respostas fornecidas:

Tem sido relativamente fácil. O pior tem sido a perda de autonomia: estar dependente de terceiros para abastecimentos [M, 74, divorciado, ensino superior].

Preocupo-me por depender do meu filho para me fazer as compras e ter a consciência de que ele poderá correr mais riscos ao sair mais vezes de casa para me ajudar [F, 73, divorciada, 12.º ano].

Para além das óbvias – a falta de convívio com a família e os amigos e o confinamento –, depender, dada a minha idade – 74 anos –, de terceiros para irem fazer as compras [F, 74, divorciada, ensino superior].

Perante os obstáculos identificados, vários respondentes viram-se obrigados a diminuir a frequência das compras de bens essenciais, reconfigurando as temporalidades das suas práticas alimentares, em particular, e das outras práticas sociais, em geral. Uma vez que não era necessário sair tantas vezes de casa para fazer compras, o tempo

habitualmente alocado para as mesmas foi ocupado com outras práticas (por exemplo, cuidar da horta, confeccionar refeições, ajudar as crianças nas tarefas escolares ou fazer grandes arrumações).

Entre os aspetos negativos identificados poderia ser expectável encontrar um número significativo de relatos em torno da escassez de rendimentos, como o seguinte:

Aquilo que realmente me afeta é o facto de não ter mais dinheiro para comida porque não tenho nem consigo um emprego [F, 23, solteira, ensino superior].

Contudo, nesta fase inicial do confinamento não se tratava ainda de um aspeto mencionado de forma expressiva. Também o facto de a nossa amostra estar sub-representada no que se refere aos grupos sociais economicamente desfavorecidos poderá explicar a sua pouca expressão nos resultados.

Preparação e confeção das refeições

Se a aquisição de bens alimentares ganha novos contornos com a chegada da pandemia, também a preparação e confeção de refeições – incluídas no processo de apropriação alimentar –, conduzem a diversos reajustamentos no seio familiar. No leque de respostas analisadas verificou-se que a maioria dos inquiridos vê de forma positiva esta dimensão, mesmo perante a necessidade de alterar algumas práticas ($N = 438$).

Entre os respondentes que apresentam uma visão tendencialmente positiva no que toca à preparação alimentar em tempo de pandemia, os relatos apontam para a existência de mais tempo para a confeção de refeições:

Obviamente que trabalhar de casa é muito mais difícil, até porque as distrações são muitas, mas temos muito mais tempo para outras tarefas. Todo o tempo perdido em transportes é agora aproveitado, há mais tempo para cozinhar e fazer outras tarefas [F, 25, solteira, ensino superior].

Tarefas que tinha adiado, estou agora a desenvolvê-las, como pintar cadeiras, arrumar gavetas, cozinhar [F, 60, casada, ensino superior].

Por sua vez, passar mais tempo em casa permite, em alguns casos, preparar refeições consideradas mais saudáveis, diversificadas e elaboradas:

Fácil: ter mais tempo para aproveitar a casa em si, cozinhando pratos mais especiais, por exemplo [F, 36, em união de facto, ensino superior].

Fazemos uma alimentação muito variada e saudável, comigo sempre aos comandos na cozinha [F, 55, casada, ensino superior].

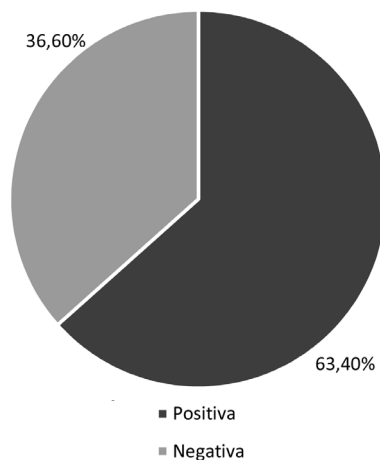
É mais fácil e sinto-me mais seguro ficando em casa, sair para trabalhar é stressante, a alimentação é feita em casa e torna-se mais saudável [M, 31, casado, 12.º ano].

É interessante verificar que alguns inquiridos mencionaram que o tipo de regime alimentar que escolheram permitiu uma melhor adaptação às restrições relativas à aquisição de bens alimentares. Não ter de comprar alguns alimentos, como carne ou peixe, facilitou a preparação de refeições em casa, tarefa esta, inclusive, considerada uma vantagem:

No que diz respeito à alimentação, ser vegetariana tem sido uma vantagem muito grande [F, 45, solteira, ensino superior].

Os relatos dos inquiridos que espelham uma visão mais negativa em torno da preparação de refeições durante a pandemia ($N = 253$) apontam para uma difícil reestruturação das práticas individuais e familiares em torno da alimentação. Desta forma, tornou-se premente garantir refeições em condições adversas. Nalguns casos referem a inexistência das competências necessárias para cozinhar:

Figura 2.6 – Perspetivas face à preparação e confeção de refeições (%)



Fonte: Inquérito ICS/Iscte – *Os Impactos Sociais da Pandemia*, 2020, análises próprias.

Vidas Confinadas

A questão da alimentação tem sido a mais difícil de resolver, dado o facto de eu, habitualmente, fazer as refeições em restaurantes e não saber cozinhar [M, 62, solteiro, ensino superior].

Noutros casos, referem as questões de não apreciação das tarefas de cozinha:

Tudo tem seguido com alguma normalidade, a relação familiar tem sido mais fácil do que esperava, o mais difícil tem sido a preparação de refeições, não sou propriamente fã da cozinha [F, 53, divorciada, ensino superior].

Também as dificuldades inerentes ao planeamento e gestão de refeições a longo prazo foram consideradas um aspeto menos positivo, sobretudo para agregados familiares mais numerosos:

Gerir o tempo com quatro adultos em casa, aulas de faculdade *online*, trabalhos de casa, vontade de férias sem poder ser, ter de se explicar isso à mais nova, fazer comida para tanta gente, ficar sem imaginação [F, 51, casada, 12.º ano].

Alguns inquiridos deixaram de ter ajuda extra da empregada doméstica para a preparação das refeições:

Tenho a casa para arrumar e as refeições para preparar, já que a empregada que vinha nove horas por semana, repartidas por dois dias, não vem agora [F, 79, divorciada, ensino superior].

O mais difícil é ter que cozinhar todos os dias e prescindir da empregada [F, 64, casada, ensino superior].

Outros inquiridos ressentiram-se do facto de já não poderem comer fora (quer em restaurantes ou cantinas no trabalho, quer comer comida confeccionada fora de casa – comida-a-pronto ou *take-aways*), práticas que nos últimos anos estavam de novo em recuperação após uma quebra com a crise económica de 2011-2015 (Truninger *et al.* 2019):

Nada era em casa (comia em restaurantes e toda a roupa ia para a lavandaria, o que agora tudo dificulta) [F, 79, solteira, ensino superior].

O que mudou radicalmente foi a minha alimentação. Comia sempre fora de casa, desde o pequeno-almoço até ao jantar, e agora tenho de comer no trabalho durante o dia e em casa à noite [F, 53, solteira, ensino superior].

Alimentação, porque não foi criada uma vasta rede de abastecimento de vegetais e comida feita [M, 81, casado, ensino superior].

Em alguns casos, comer fora representava uma forma de compensar a falta de condições para cozinhar, atividade essa que ficou estrangida com a pandemia e o recolhimento domiciliário, obrigando a uma reorganização das rotinas alimentares:

Alimentação – um pouco difícil porque não tenho cozinha e, ao não poder comer fora, tive que reorganizar a minha dieta alimentar de forma a continuar a comer de forma saudável [F, 50, solteira, ensino superior].

Ainda que os dados analisados não permitam tirar ilações gerais, constata-se que o número de mulheres a expressar a sua opinião sobre os aspetos positivos e negativos em torno da preparação de refeições ($N = 431$) é consideravelmente superior ao dos homens ($N = 255$). Estes dados confirmam os resultados de outros estudos (Amâncio 2007; Amâncio e Correia 2019; Lyonette, Crompton e Wall 2007; Truningner *et al.* 2019) onde se verifica o maior envolvimento das mulheres em torno de tarefas domésticas, como a preparação das refeições.

Redes de apoio

O recurso a apoios que garantam ou facilitem o acesso a bens alimentares também se tornou mais premente com o desenrolar da pandemia. Neste sentido, foram criadas e reforçadas redes institucionais e de solidariedade para garantir a entrega de bens alimentares a todos aqueles que, por se encontrarem numa situação de maior vulnerabilidade, não o podem fazer de forma autónoma. São vários os exemplos, noticiados pelos órgãos de comunicação social, de juntas de freguesia que se têm vindo a mobilizar na aquisição e distribui-

ção de alimentos (JN, 2020). Também a sociedade civil tem assegurado o acesso a bens de primeira necessidade, quer por intermédio do voluntariado, quer através de outras práticas solidárias. No seio familiar são criadas estratégias para proteger os elementos mais propensos a terem complicações de saúde graves caso sejam infetados com SARS-CoV-2.

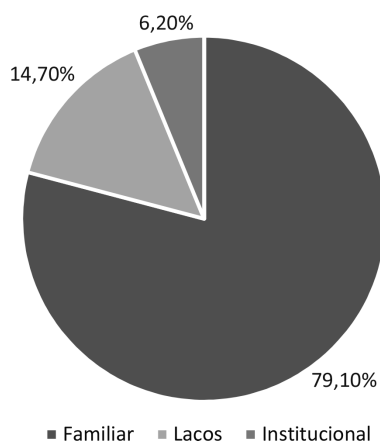
Relativamente aos dados recolhidos, considerou-se pertinente desdobrar os apoios identificados pelos respondentes em torno de três tipos:

- 1) Familiar;
- 2) Institucional;
- 3) Outros laços (que não familiares).

As 129 respostas analisadas que incluíam uma referência a apoios recebidos ou prestados em torno da alimentação ramificam-se em função dos tipos previamente definidos.

O apoio familiar apresenta uma particularidade face aos restantes. Enquanto, tanto no apoio institucional como no apoio proveniente de outros laços (que não familiares), eles apenas são referidos como ocorrendo numa direção, ou seja, os respondentes afirmam usufruir dos mesmos, já no âmbito do apoio familiar este pode ter um duplo sentido e espelhar uma relação de reciprocidade: ora dádiva recebida, ora dádiva prestada. No conjunto de inquiridos que abordam a questão do apoio familiar, 58,8% referem prestá-lo e 41,2% mencionam receber este tipo de apoio. Entre as razões apontadas para a ativação da rede de solidariedade familiar encontra-se a idade avançada do membro que é auxiliado:

Figura 3.6 – Redes de apoio mobilizadas (%)



Fonte: Inquérito ICS/Iscte – *Os Impactos Sociais da Pandemia*, 2020, análises próprias.

Tem sido mais difícil a distância que resolvi manter da minha mãe por ela já ter 74 anos, deixando os sacos das compras à porta e apenas comunicando por telefone. Compreendo que mais difícil ainda será a clausura dela [M, 42, divorciado, ensino superior].

Saio de casa apenas para passear o cão, ir ao supermercado e dar assistência ao meu pai (80 anos), levando-lhe refeições que confeciono (o abastecimento da despensa tem sido feito pela minha irmã), e tia (80 anos), levando-lhe algumas compras de supermercado. Organizo tudo e saio apenas um dia por semana [F, 57, solteira, 12.º ano].

O último excerto apresentado é bastante elucidativo da forma como as redes de apoio familiar podem ser mobilizadas e geridas durante períodos conturbados, onde existe uma divisão de tarefas em função das competências dos membros com possibilidade de prestarem apoio e das carências daqueles que necessitam do mesmo. Além da idade, também a debilidade ao nível da saúde de alguns membros da família contribui para a ativação da rede de apoio familiar:

Para já o verdadeiramente difícil tem sido não poder contactar pessoalmente com os familiares com saúde mais frágil (para quem faço compras e recados...), com quem evito contacto por ter andado mais exposto [M, 54, divorciado, ensino superior].

Saída de uma doença oncológica que me inativou oito meses, estava prestes a retomar a minha vida. Nesse sentido foi difícil. Vivo sozinha e, apesar de gostar de estar em casa, é mais difícil passar o tempo. Os alimentos têm sido trazidos pela família, que os deixa à porta [F, 68, divorciada, ensino superior].

Numa tentativa de minimizar os efeitos da pandemia, várias instituições mobilizaram-se no sentido de garantirem a subsistência dos mais vulneráveis e/ou pertencentes a grupos de risco. Assim, entidades como juntas de freguesia e igrejas avançaram na criação de redes de apoio:

Tenho mais de 70 anos. Vivo só e costumava diariamente fazer as minhas compras locais, o que me permitia sair do casulo. Falo todos os dias com a família, à noite. Já tive ajuda externa de voluntários da paróquia para aquisição de alimentos. Formidável! [M, 75, viúvo, 12.º ano].

Vidas Confinadas

Como pertença a um grupo de risco, quer pela idade, quer por doenças crónicas, tenho sentido a necessidade de recorrer ao bom serviço da junta de freguesia para abastecimento de alimentos [M, 68, casado, 12.º ano].

Mais fácil, o isolamento. Menos fácil foi o abastecimento. Resolvido por ação proactiva da autarquia local, que criou um serviço de apoio após despacho governamental [M, 79, casado, 12.º ano].

Além das redes de apoio familiar e institucional, interessa também dar conta de outras redes de solidariedade que foram e têm vindo a ser ativadas durante a pandemia. Estas redes envolvem, geralmente, laços de amizade e de vizinhança:

A alimentação está assegurada por vizinhos, que me trazem as compras [F, 74, viúva, 4.º ano].

Tem sido fácil gerir a vida doméstica e abastecer-me, porque há pessoas amigas que me fazem as compras necessárias [F, 69, divorciada, ensino superior].

Assim, de acordo com os dados recolhidos, verifica-se que o apoio familiar assume particular expressão e conduz, em várias situações, a uma articulação entre os membros com capacidade para prestarem auxílio. Ainda que as redes de apoio baseadas em laços de amizade, de vizinhança ou institucionais tenham surgido em segundo plano, são descritas como importantes e, em certos casos, indispensáveis para garantir a prossecução de uma vida digna neste período difícil. Desta forma, a sociedade-providência, caracterizada pelo recurso a redes de apoio informais e, portanto, pela preponderância de valores do familismo, continua a adquirir expressão no país (Paugam 2016; Santos 1991, 2011; Santos e Nunes 2004). Contudo, interessa destacar que a sociedade-providência, também ela, assenta em profundas desigualdades sociais, sendo que os apoios tendem a ser geridos de acordo com os volumes de capitais que cada indivíduo possui (Aboim, Vasconcelos e Wall 2013; Wall *et al.* 2001).

Sociabilidades, comensalidade e participação social

A alimentação não se circunscreve a uma atividade biológica. As práticas associadas à alimentação têm um carácter social que se manifesta em diversas atividades que são desenvolvidas, quer no espaço público, quer no privado. Perante a necessidade de conter a epidemia e evitar o contágio, várias entidades, como a Direção-Geral de Saúde (DGS), têm vindo a alertar para a importância de promover o distanciamento social e de permanecer em casa, sempre que possível (DGS, 2020). Desta forma, as relações sociais à volta das refeições com familiares que vivem fora do agregado, com os amigos, vizinhos ou colegas de trabalho sofreram transformações profundas. As práticas de comensalidade tiveram de ser, umas, adiadas no tempo, outras, tecnologicamente mediadas por aplicativos de comunicação e visionamento à distância (v. secção seguinte).

De acordo com as respostas analisadas, 185 inquiridos relataram os efeitos da pandemia e das restrições impostas pelo governo em vigor sobre as sociabilidades em torno da alimentação. Ainda que alguns respondentes não tenham sentido de forma significativa impactos a este nível:

Sou reformado, vivo só, afastado da família (irmãos, sobrinhos), não tenho vida social – desloco-me a Lisboa 3-4 vezes por ano para almoçar com ex-colegas, a última vez foi no final de fevereiro, portanto, quase não senti diferença [M, 74, solteiro, 12.º ano].

A esmagadora maioria ($N = 179$) apontou para os efeitos negativos que afetaram as sociabilidades e a participação social proporcionada pela alimentação com outros, desde o café para colocar a conversa em dia, passando pelos almoços e jantares fora com amigos, até aos eventos familiares. Estes últimos podem envolver tanto a celebração de aniversários e outras ocasiões especiais como a rotina semanal de ir visitar os pais aos fins-de-semana para partilhar uma refeição:

É difícil não poder sair para tomar um café com uma amiga [F, 66, divorciada, ensino superior].

Difícil está a ser não poder ir jantar com os amigos ao fim-de-semana [F, 61, solteira, ensino superior].

Vidas Confinadas

Mais fácil, estar em casa; mais difícil, não ter as refeições fora com a família e amigos, não poder ter a atividade física normal e estar cerceado de ir a locais públicos de interesse cultural [M, 71, divorciado, ensino superior].

Para quem vive sozinho, a impossibilidade de manter relações sociais em torno da alimentação no espaço público acaba por promover sentimentos de solidão e angústia:

Ir almoçar e jantar fora, estar com os amigos e a solidão [F, 65, viúva, 12.º ano].

Apesar de viver sozinha há trinta anos, sou uma pessoa essencialmente gregária, pelo que me tem custado muito o isolamento social, ou seja, não poder sair para passear, estar com amigos, jantar fora, etc. [F, 64, solteira, ensino superior].

Como já vivo sozinho, a maior dificuldade é a falta de convívio com vários amigos todos os dias, ao almoço, no paredão [uma área costeira] [M, 66, divorciado, ensino superior].

As rotinas diárias sofrem assim uma disrupção que obriga a uma readaptação:

Os dias estavam planeados, fora dos planos saiu as idas ao café, falar com os amigos e os almoços tertulianos... um passo de cada vez [F, 72, viúva, ensino superior].

Tem sido difícil ficar em casa, não poder sair, ter tido que abdicar de rotinas, como tomar café, comer fora, fazer compras, conversar com os vizinhos. Nada tem sido mais fácil do que esperava [F, 59, viúva, ensino superior].

A permanência em casa traduz-se, para alguns inquiridos, em perda de liberdade para levar a cabo uma vida social ativa:

Estou habituada a estar só. Mas tenho saudades de coisas básicas, como ver os meus pais, sair para beber café ou jantar com amigos, e, acima de tudo, da liberdade [F, 45, solteira, ensino superior].

O mais difícil tem sido a sensação de falta de liberdade e restringir a vida social, como almoçar ou jantar fora [M, 25, solteiro, ensino superior].

Em termos de socialização e convívio, tem sido um pouco difícil, porque sou uma pessoa que gosta de estar em contacto pessoal com os meus e combinar almoços, jantares ou outros momentos [M, 23, solteiro, 12.º ano].

As sociabilidades alimentares fora do espaço doméstico adquirem uma grande centralidade. Comer e beber em espaços como cafés, tascas, pastelarias, restaurantes e cantinas permite aos indivíduos comunicar entre si, partilhar os sabores e saberes alimentares, colocar a conversa em dia, promovendo e fortalecendo relações, laços e identidades em torno das práticas de comensalidade (Magalhães 2010; Mascarenhas 2012). Mas nem sempre a partilha de refeições é harmoniosa (Murcott 2019). É curioso que em período de confinamento os inquiridos não tenham mencionado tanto os potenciais conflitos e tensões espoletados à mesa ou as conversas menos agradáveis em torno das refeições. Recordam antes com saudade as ocasiões de convívio harmonioso, de entretenimento e prazer na partilha das refeições com os outros. Com a interrupção destas dinâmicas de comensalidade, que, ainda por cima, no nível simbólico das representações, estão associadas à dieta mediterrânica (a qual ganhou estatuto de património cultural imaterial da humanidade pela UNESCO, tendo Portugal obtido esse reconhecimento em 2013), o impacto fez-se sentir e as restrições adquiriram bastante significado, gerando *stress*, angústia e sentimentos de solidão.

Estratégias adaptativas e criatividade nas práticas alimentares

Se, por um lado, as medidas de contenção do vírus SARS-COV-2 têm contribuído para alterar de forma significativa a vida de pessoas em todo o mundo, por outro, estas restrições possibilitam a emergência de espaços de criatividade, inovação e improvisação nas práticas alimentares. Na esfera da alimentação e das sociabilidades

por ela promovidas, é possível encontrar espaço para a criação de alternativas (ou variações nas práticas alimentares), que têm permitido manter e até fortalecer laços sociais.

O recurso às plataformas digitais acaba por facilitar algumas das dinâmicas sociais em torno de práticas alimentares:

Já vivo sozinha há muito tempo e trabalho em casa, praticamente não alterei as rotinas. Sinto, isso sim, falta dos abraços e dos beijos dos meus filhos e netos. Falamos por *WhatsApp* várias vezes ao dia, «juntamo-nos» ao jantar e vemo-nos todos, mas faltam-me os abraçinhos [F, 64, divorciada, 12.º ano].

A solidão tem sido mais fácil do que aquilo que esperava. Vivo sozinha e tento fazer a minha vida da forma mais normal possível. Passeio o cão todos os dias e trabalho de casa. Vou marcando «jantares» e conversas por *Skype* com amigos e família [F, 30, solteira, ensino superior].

Vivo numa residência universitária, a única coisa que sinto falta é o convívio porque foram todos para casa, menos eu; ainda assim, continuo a falar com todos nas redes sociais. Desenvolvi um café iterativo, basicamente depois de almoço combino com alguém uma videochamada e bebemos café e falamos [M, 22, solteiro, 12.º ano].

As ferramentas virtuais adquirem particular importância na monitorização do bem-estar dos idosos e no combate à solidão:

Em termos de convívio, cá em casa tem sido bom, com a família vamos utilizando as tecnologias que temos ao dispor. Ao jantar ligamos à minha mãe, que tem 80 anos, através de *WhatsApp* e com câmara e falamos todos [F, 55, casada, 12.º ano].

Se as redes sociais e as tecnologias de comunicação eram mais vulgarmente utilizadas pelos mais jovens, com a pandemia tornaram-se o veículo de comunicação e de aproximação dos mais velhos às suas redes de sociabilidade, ultrapassando assim a solidão e a distância física provocadas pelo confinamento. A digitalização da alimentação foi um fenómeno que se estendeu e popularizou nos tempos de confinamento. Esta digitalização não só veio reconfigurar os pro-

cessos de aquisição (maior recurso a compras *online* disponibilizadas pelas lojas, serviços de *take-away* dos restaurantes encomendados *online*, ou utilização de plataformas digitais, como o *Uber Eats*), como também de apropriação e apreciação das refeições (uso de tecnologias digitais para encontrar receitas e cozinhar, bem como para assegurar a sociabilidade e a comensalidade à distância em torno das refeições), tal como é ilustrado a seguir. O recurso a receitas *online* constitui uma aposta quando se procura introduzir variações nas práticas alimentares no seio familiar, que acabam por trazer inovação às rotinas:

Tem sido fácil o contacto social, mesmo que não presencialmente, as tecnologias que existem atualmente permitem manter-nos sempre em contacto e de maneiras diferentes e divertidas. Também, neste sentido, as empresas têm-se reinventado de maneiras muito positivas, nomeadamente na partilha de treinos físicos, receitas caseiras, dicas úteis, que nos ajudam a manter uma rotina mais saudável [F, 31, solteira, ensino superior].

A alimentação é pensada, ponderada. Procuram-se soluções *online* e em livros de culinária para fugir de rotinas e repetições. Ao realizar as compras, pensamos também a longo prazo, não sendo apenas pensar para os próximos dias/semana, mas sim as próximas semanas [F, 39, em união de facto, ensino superior].

Face às restrições e ao receio de sair à rua pela possibilidade de contágio e conseqüente contração do vírus, alguns inquiridos optaram por «inovar» na cozinha, não só com o intuito de permanecer em casa por períodos de tempo mais longos, como também para ocupar de uma forma lúdica o tempo:

E a limitação em ir ao supermercado quando se quer permitiu-me ser criativa na cozinha para evitar desperdício, pensar antecipadamente nas refeições, tendo em conta a perecibilidade dos alimentos, nisto sinto que ganhei [F, 29, solteira, ensino superior].

O início foi aparentemente fácil. Tentam-se criar novas rotinas que trazem entusiasmo, fazer exercício em casa parece giro, cozinhar é um desafio criativo [F, 31, casada, ensino superior].

Invento refeições para ir o menos possível ao supermercado (há quinze dias que lá não vou) [F, 68, casada, ensino superior].

A alimentação melhorou, visto termos mais tempo para preparar refeições. Para manter a saúde mental a 100%, para além das rotinas criadas, utilizamos a hora das refeições para fazer pratos imaginativos e coloridos e criamos brinquedos em cartão que permitem a criatividade e imaginação [F, 41, casada, ensino superior].

São vários os exemplos de alimentos que passaram a ser confeccionados em casa durante a pandemia:

Em termos de alimentação, não temos tido dificuldades, temos adotado estratégias para não ir tantas vezes às compras, como, por exemplo, fazer o pão em casa, fazer os iogurtes, utilizar os produtos da nossa horta, etc. [F, 40, casada, ensino superior].

Aprendi a fazer pão, *pizza*, bolachas, e fazemos em família. Continuo a ter pouco tempo disponível, mal consigo ler, os dias passam a correr, pois somos uma família grande e continuamos a trabalhar alguma coisa [F, 54, casada, ensino superior].

Esta situação possibilitou-nos desenvolver atividades [...] e tem sido fantástico, nomeadamente, criámos o dia do padeiro, a fim de evitar ir à rua só para comprar pão, agora preparamos nós o nosso pão [...] Costumamos ir jantar fora... no terraço, é nomeado o cozinheiro, o servente de mesa e os três clientes. Cada um fica responsável pelas suas tarefas, o cozinheiro de facto cozinha, o servente trata do preparo da mesa e os clientes só têm de se por bonitos e comer, tem sido uma risada total [F, 38, casada, ensino superior].

Estes excertos dão a conhecer alguns exemplos de criatividade na preparação e apreciação dos alimentos. À funcionalidade da alimentação é acrescentado um valor simbólico que (re)produz novos significados em torno das práticas e das relações sociais. Assim, a alimentação, enquanto momento de aprendizagem, de convívio, de diversão e de inovação, ganha expressão em certos contextos sociais. Contudo, não se deve descuidar a existência de efeitos negativos nas práticas alimentares que advêm de momentos de crise, mesmo certas

práticas alternativas de adaptação que emergem perante adversidades extremas não constituem respostas ótimas, mas antes as respostas possíveis. Estas práticas mais inovadoras e criativas, bem como uma atitude mais otimista face aos desafios, são sobretudo vividas entre as designadas classes médias (Nielsen, Lund e Holm 2015).

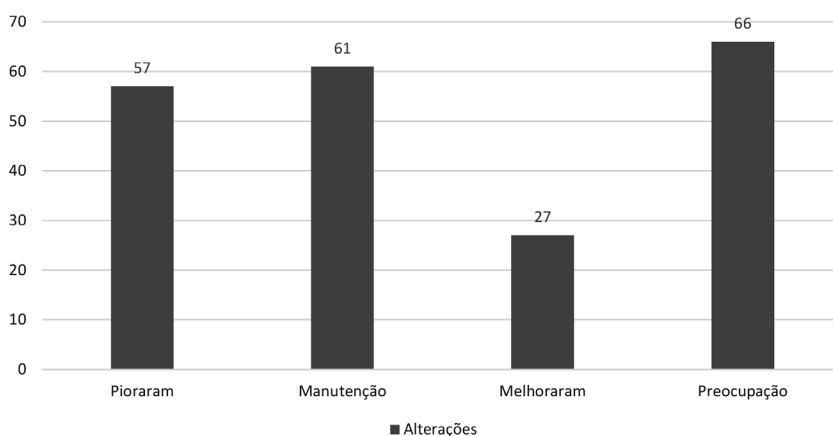
Ora a nossa amostra estava sub-representada em relação a outros grupos que têm orçamentos alimentares mais apertados e que vivem com mais dificuldades económicas. Para termos uma melhor noção de como as desigualdades estruturais atravessam também as práticas alimentares basta estar atento ao volume de notícias que têm vindo a lume sobre o aumento exponencial de pessoas inscritas no banco alimentar. Em tempos de pandemia os grupos sociais mais vulneráveis, que antes estavam a viver à «tona de água» e lentamente a recuperar da crise económica recente, enfrentam agora novas situações dramáticas de pobreza e insegurança alimentar. Mas não são só os grupos sociais que já tinham recorrido a esta ajuda alimentar que surgem com intensidade. Segundo as notícias veiculadas pela comunicação social, a procura de ajuda alimentar atinge cada vez mais as pessoas que nunca tiveram antes de se servir dela, sendo este um potencial indicador não só de agravamento, como até de intensificação deste fenómeno no país. Futuros estudos irão poder revelar a verdadeira dimensão da pobreza e insegurança alimentar no nosso país durante a pandemia, bem com as situações de pobreza alimentar envergonhada entre as famílias que estão a viver estas situações pela primeira vez.

Hábitos alimentares

O impacto do confinamento nos hábitos alimentares dos inquiridos pode ser analisado no âmbito de um *continuum* que parte de um piorar dos hábitos pré-existentes, passa pela manutenção dos mesmos e culmina na adoção de hábitos percecionados como sendo mais saudáveis face ao período pré-confinamento.

Das 211 respostas analisadas, que deram a conhecer a perceção dos inquiridos acerca de potenciais alterações nos seus hábitos alimentares, foram identificadas quatro orientações. Um primeiro grupo, que considera que os seus hábitos alimentares pioraram com a chegada da pandemia, representando 27,0% dos inquiridos

Figura 4.6 – Variações percebidas nos hábitos alimentares (valores absolutos)



Fonte: Inquérito ICS/Iscte – *Os Impactos Sociais da Pandemia*, 2020, análises próprias.

que abordaram a questão em causa. Entre as justificações apontadas encontra-se a rutura nas rotinas alimentares e a perda de diversidade ao nível dos alimentos presentes na dieta:

Alimentação piorou, é menos rotinada [F, 30, solteira, ensino superior]).

A alimentação piorou porque é menos variada (menos variedade de alimentos em casa/supermercado e falta de jeito para cozinhar *vs.* almoçar fora todos os dias de semana), mas tenho comido mais fruta [M, 41, solteiro, ensino superior].

Vou pescar para ter para comer e agora estou proibido, não consigo ter peixe para comer, por isso agora quase só como carne, infelizmente [M, 42, divorciado, ensino superior].

Hábitos alimentares também têm sido prejudicados, no sentido de não conseguir comprar os itens perecíveis com maior frequência. Também tem havido uma certa dificuldade para encontrar certos tipos de alimentos, nomeadamente carne de frango e vaca [M, 28, solteiro, ensino superior].

O receio de contágio acaba por condicionar as saídas para aquisição de alimentos, influenciando negativamente a dieta alimentar de alguns inquiridos:

As filas dos supermercados e farmácias são perigosas para a saúde pública. Para as evitar retenho-me em casa, limitando o meu contacto social com um familiar e limitando a variedade da nossa dieta alimentar [F, 23, em união de facto, ensino superior].

A alimentação é muito repetitiva porque, como sou de risco, não vou ao supermercado [F, 79, casada, ensino superior].

Aspetos como o confinamento, o teletrabalho e a conciliação da vida doméstica com a profissional acabam por provocar *stress* e conduzir ao consumo de bens alimentares considerados menos saudáveis, como os alimentos «escape» ou a «comida de conforto»:

O mais difícil é a falta de convívio com os nossos mais queridos filhos e netos à distância e o virtual não chega, falta o abraço, também me preocupa o facto de andar a comer um pouco a mais, especialmente doces, acho que é um escape [F, 67, casada, 9.º ano].

Ao nível da alimentação, tem havido tendência para haver mais refúgio na comida de conforto, fundamentalmente com recurso a doces [F, 54, casada, ensino superior].

Além disso, o sedentarismo, aliado à impossibilidade de sair à rua, também contribui para um aumento no consumo de bens alimentares, o que, por sua vez, se pode traduzir no aumento do peso, nas preocupações com a forma e o tamanho do corpo:

Mais difícil: controlar a comida e o tabaco, sedentarismo [F, 58, solteira, ensino superior].

Alimentação – deixou de ser tão saudável, não consigo fazer dieta saudável, como anteriormente, pelo facto de estar em casa. Vou engordar de certeza, pois estou sempre sentada a trabalhar, levanto-me para comer, vejo TV à noite e durmo. Não saio à rua para nada [F, 54, casada, ensino superior].

Não posso manter as minhas rotinas diárias (que não estou a conseguir ter estando em casa), alimento-me pior (estou sempre a comer), ando mais ansiosa, não me consigo focar em absolutamente nada da faculdade [F, 20, solteira, 12.º ano].

O segundo grupo identificado caracteriza-se pela manutenção dos hábitos alimentares que já vinham antes do período de confinamento e diz respeito a 28,9% dos inquiridos que abordaram esta questão. Trata-se de um grupo que já estava habituado a permanecer em casa por longos períodos e/ou a organizar as suas compras e confeção de refeições de forma autónoma:

Vivo sozinho faz anos e sei estar nessa situação, poderia ter alguém a morar comigo, mas gosto de ter o meu silêncio e estar totalmente à vontade, embora tenha contactos sociais e companhia casual. Estou muito habituado a usar a internet, conversar com amigos dentro e fora de Portugal e a ser independente, cuidar das minhas compras, cozinhar, etc. Por toda essa prática, as restrições atuais não mudaram muita coisa nas minhas rotinas [M, 59, divorciado, ensino superior].

Os meus hábitos alimentares e de prática de desporto mantêm-se, já os fazia sempre em casa [F, 43, solteira, ensino superior].

O terceiro grupo, com menor expressão, diz respeito a um conjunto de indivíduos que consideram ter melhorado a sua alimentação com o advento da COVID-19, representando 12,8% dos inquiridos que avançaram com uma resposta acerca de alterações nos seus hábitos alimentares. Como se viu anteriormente, poder cozinhar em casa e despender mais tempo com a preparação da alimentação permitiu-lhes confeccionar refeições que consideram ser mais saudáveis:

Mais fácil: convívio em família e alimentação (mais caseira e mais equilibrada) [M, 51, em união de facto, ensino superior].

Mais fácil: alimentação, tenho tempo para cozinhar; logo, como melhor e mais saudável [M, 23, solteiro, 12.º ano].

O quarto e último grupo identificado diz respeito aos inquiridos (31,3%) que, não tendo necessariamente sofrido impactos

ao nível dos hábitos alimentares, se preocupam com essa possibilidade:

As dificuldades são, principalmente, o afastamento da família e a relação presencial, bem como alguma ansiedade em desconhecer o fim e a possível carência de alimentos. Encaro o isolamento como uma necessidade [M, 73, casado, ensino superior].

Penso que o estado de restrição que vivo, a continuar por muito tempo, vai ter um impacto muito sensível na alimentação (aprovisionamento de géneros e possibilidade forte do respetivo açambarcamento à medida que as restrições se prolongarem no tempo) [M, 75, casado, ensino superior].

Tem sido fácil porque estou em casa em segurança e o meu salário não está em perigo, embora acredite que possa ser alterado. Tenho medo da fome e acho que as questões de relação com filhos, netos e amigos são questões secundárias, temos de ser pragmáticos nos dias que correm [F, 66, casada, ensino superior].

Em contextos de crise, os hábitos alimentares tendem a sofrer alterações, conforme se verificou na última crise económica e financeira em Portugal (Truninger *et al.* 2019). Ainda que o inquérito tenha sido aplicado pouco tempo após a declaração do estado de emergência, já contemplou um número significativo de casos em que os inquiridos percecionaram alterações nos seus hábitos alimentares de forma negativa. A falta de diversidade de produtos, a disrupção nas rotinas e a escassez de certos recursos e competências são as principais razões apontadas para a existência de perceções negativas em torno desses hábitos. Além disso, também existe um número expressivo de inquiridos que demonstram preocupação em relação ao futuro. Em particular, receios de um dia não conseguirem ter dinheiro para comprar bens alimentares ou medo em relação a eventuais ruturas na provisão de alimentos no país.

Notas conclusivas

Os impactos da COVID-19 e do estado de emergência decretado a 18 de março de 2020 fizeram-se sentir na alimentação dos inquiridos a vários níveis, nomeadamente na aquisição de bens alimentares, na preparação e confeção de refeições, na ativação das redes de apoio formais e informais, nas sociabilidades, comensalidade e participação social, na criação de estratégias adaptativas e nos hábitos alimentares. As posturas em relação a estes aspetos são plurais, sendo possível encontrar perspetivas positivas, onde os impactos não foram sentidos com grande intensidade, e perspetivas negativas, onde se verificou a existência de vários obstáculos nos processos de aquisição, apropriação e apreciação de alimentos.

A crise de saúde pública fica marcada, numa primeira fase, pela procura de bens alimentares que garantissem a criação de um *stock* em casa para um longo período. Ainda que não tenha sido necessário racionar alimentos, alguns inquiridos expressaram preocupações e tomaram medidas preventivas. Também o recurso às plataformas digitais fica marcado pela incapacidade de colmatar as necessidades de parte dos respondentes. Face às restrições, vários indivíduos e famílias recorreram a redes de apoio formais e informais, ativando as mesmas, de forma a combaterem/minimizarem a vulnerabilidade, basicamente, pela pertença a um grupo de risco ou por debilidades a nível de saúde. Na impossibilidade de recorrerem a entidades como restaurantes e cantinas ou à comida pré-cozinhada (por exemplo, comida pronta ou *take-away*), e perante a falta de competências e recursos, vários inquiridos viram os seus hábitos alimentares piorar em termos de diversidade, quantidade e qualidade. Note-se ainda que alguns mencionaram a redução do consumo de carne e peixe ou a dificuldade de os comprar ou obter (a pesca foi proibida). Acresce o facto de alguns considerarem que seguir um regime de base vegetariana foi visto como uma grande vantagem durante o confinamento. Os dados não nos permitem saber as razões para tal perceção, mas é algo que merece ser aprofundado em futuros estudos, colocando novas questões: qual a associação entre as restrições impostas durante o confinamento e a redução do consumo de proteína animal? Será que o facto de os meios de comunicação social terem trazido ao de cima a problemática relação entre animais e humanos (a propósito da origem deste novo coronavírus) pode ter desper-

tado a atenção acerca do consumo excessivo de carne e a necessidade da sua redução? Será que o avistamento de animais selvagens nas cidades quando os humanos estavam recolhidos em casa tornou mais visível o impacto da humanidade nos ecossistemas e na biodiversidade, despertando uma atenção para o cuidado com a natureza, com a vida no planeta Terra e com os animais não humanos que nela habitam? Estas questões especulativas poderão ser fruto de futuras investigações, que o presente inquérito apenas levanta, mas não consegue clarificar ou responder.

As sociabilidades alimentares fora do espaço doméstico possuem, em Portugal, uma grande centralidade. Não poder sair para comer e beber com o intuito de conviver conduziu a sentimentos de solidão, angústia e *stress*, que os inquiridos revelaram nas respostas abertas. De forma a contrariar estas perdas, foram pensadas alternativas criativas: almoços e jantares presenciais são substituídos por convívios virtuais através de plataformas de comunicação *online*. A digitalização da alimentação faz-se não só através das compras *online* (aquisição), mas também através da fase de apropriação (quando são utilizadas na confeção de alimentos, por exemplo, as receitas *online*) e também de apreciação (com as novas formas de partilhar refeições e de conviver através de um ecrã de computador). Mas houve outras formas criativas que emergiram, como, por exemplo, imitar em casa situações de comer fora num restaurante, com a atribuição de papéis pelos membros da família: um representa o cozinheiro, outro serve à mesa, outros ainda são clientes de um restaurante imaginário. Estas são algumas formas inovadoras e criativas de preencher um pouco a falta de participação social e comensalidade que a alimentação em conjunto sempre envolve, minimizando-se assim a saudade de comer fora.

Uma última palavra vai para a constatação de que os resultados aqui apresentados devem ser interpretados à luz de dois pressupostos: primeiro, a recolha de dados ocorreu pouco tempo após ter sido decretado o estado de emergência, pelo que as respostas ainda não contêm efeitos de longo prazo; segundo, a amostra não contempla, de forma representativa, as perspetivas de indivíduos e famílias pertencentes às franjas mais desfavorecidas da população e que viram a sua situação agravar-se ainda mais. Tratando-se de um inquérito *online*, o seu preenchimento requer a existência de certos recursos e competências, pelo que se torna mais complexo chegar a todos e

Vidas Confinadas

captar as suas visões e experiências de confinamento. As notícias que surgem regularmente sobre o aumento de pessoas que procuram o banco alimentar anunciam novas escaladas de insegurança e pobreza alimentar, à semelhança das provocadas pela crise económica de 2011-2015. Os tempos futuros não são, por isso, animadores no que concerne às questões alimentares.

Rita Gouveia
Ana Nunes de Almeida

Vidas confinadas: reflexões finais

It is not only information that they need – in this Age of Fact, information often dominates their attention and overwhelms their capacities to assimilate it. It is not only the skills of reason that they need – although their struggles to acquire these often exhaust their limited moral energy. What they need, and what they feel they need, is a quality of mind that will help them to use information and to develop reason in order to achieve lucid summations of what is going on in the world and of what may be happening within themselves.

C. Wright Mills, 1969, *Sociological Imagination*, p. 11

Partimos da inquietação perante o terramoto pandémico, munimo-nos da nossa imaginação sociológica e tentámos captar o sobressalto humano perante a pandemia em Portugal. Navegámos pelo desconhecido, desdobrando-nos entre a nossa vivência pessoal e a nossa *expertise* científica, querendo dar sentido «ao que se estava a passar no mundo e ao que poderia estar a acontecer dentro de nós mesmos» (C. Wright Mills 1969, 11). Colocando – como sempre – a investigação ao serviço do bem comum, e face à ausência de estudos à época sobre os impactos sociais, rodeámo-nos de cientistas sociais das várias disciplinas e campos de especialidade, revisitámos teorias e conceitos, improvisámos e adaptámos metodologias. Quisemos dar voz aos testemunhos de quem tão generosamente partilhou as suas

vivências conosco, espreitando pela janela das vidas confinadas com lentes sociológicas.

A pandemia espoletou um processo de «metamorfose do mundo» (Beck 2016), enquanto acontecimento repentino e imprevisível, que veio desestabilizar certezas, causando choque e desafiando a nossa forma de «estar no mundo» e de «ver o mundo» (id., *ibid.*). Este livro captou a fase embrionária desse processo de mudança, em que «o que era impensável ontem é possível e real hoje» (id., *ibid.*). Neste sentido, gostaríamos de salientar que esta pesquisa capta o fotograma inicial da crise pandémica e, dado o enviesamento amostral, não dá visibilidade às vivências de certos segmentos da população portuguesa. No entanto, a riqueza do material recolhido, enquanto arquivo de práticas ou representações humanas, e o rigor da nossa pesquisa empírica permitiram-nos focar em três grandes linhas de análise: impactos do confinamento e das demais medidas de contenção da pandemia nas condições materiais e subjetivas de vida dos indivíduos, mas também na readaptação das suas práticas e quotidianos (capítulos 1 e 2); vivências, desafios e expectativas de jovens e seniores, dois grupos etários que estiveram nos holofotes mediáticos e foram apanhados pelo terramoto pandémico em certas fases dos seus percursos de vida (capítulos 3 e 4); finalmente, com um foco nos agregados domésticos, olhámos para as vulnerabilidades associadas aos diferentes tipos de arranjos familiares e para a forma como estes se adaptaram aos constrangimentos pandémicos, com um olhar aprofundado sobre a reconfiguração das práticas alimentares (capítulos 5 e 6). Ao invés de discutirmos as principais conclusões destas três linhas de forma espartilhada, decidimos salientar nesta conclusão alguns pontos de reflexão que são transversais às diferentes problemáticas e podem indicar orientações de pesquisa futura.

A falácia do «estamos todos no mesmo barco»

O primeiro ponto de reflexão que gostaríamos de destacar é a necessidade de enquadrar os processos de adaptação à pandemia nos contextos sociais diferenciados dos atores. Neste sentido, as dinâmicas de vulnerabilidade e resiliência dependeram, em larga medida, das condições geracionais, estruturais, familiares e psicológicas dos indivíduos. Nos dois primeiros capítulos deste livro identificámos uma

diversidade de perfis sociais relativamente aos impactos materiais e subjetivos do confinamento e das restrições, bem como uma pluralidade de formas de reorganização das práticas quotidianas e das expectativas face ao futuro. Verificámos que a desigualdade de contextos, no que respeita aos recursos económicos, à situação perante o trabalho, às condições habitacionais, às circunstâncias familiares e à fase do ciclo de vida, moldou a maior ou menor facilidade com que se encarou a imposição de restrições e recolhimento domiciliário. E, se algumas destas clivagens eram já manifestas antes da pandemia, outras foram criadas ou agravadas como consequência das medidas de contenção. Mais, os contextos desiguais onde os indivíduos estavam inseridos não só influenciaram o tipo de reação e a forma como reorganizaram as suas práticas no «aqui e agora» como, também, moldaram os seus horizontes e expectativas face ao futuro. Pessoas com vidas mais desafogadas e com uma maior resiliência subjetiva revelaram preocupações mais globais e com um horizonte temporal mais longínquo; em contrapartida, pessoas com condições materiais mais instáveis e expressando uma menor resiliência ou um sentimento de incerteza evidenciaram preocupações mais focadas nas situações do dia a dia e em dificuldades concretas. Portanto, os processos de vulnerabilidade e resiliência são fortemente moldados pelas desigualdades associadas ao género, à idade, à situação profissional, aos rendimentos e às condições habitacionais mas, também, às fases do ciclo de vida em que as pessoas foram «apanhadas» pelo terramoto pandémico. Importa, por conseguinte, perceber que a margem de manobra para o exercício da agência em tempos de restrições severas exige uma complexa negociação face aos recursos e aos constrangimentos presentes nos contextos de vida dos indivíduos. Em suma, e ao contrário do que muitas vezes se ouviu, não estivemos todos no mesmo barco.

Tempos e cronologias da pandemia

Um segundo ponto remete-nos para a importância de considerarmos a coordenada «tempo» e os seus diferentes efeitos, significados e dimensões. Se é impensável captar os impactos da pandemia nas vidas humanas sem ter em conta os contextos diferenciados de existência, é também impossível compreender os seus efeitos sem

situar as pessoas no tempo histórico, geracional, familiar e biográfico. Dito de outra forma, sem adotar uma lente analítica do percurso de vida (Elder *et al.* 2003).

Primeiro, para entender os impactos da pandemia temos de considerar três tipos de efeitos do tempo: os efeitos de idade, os efeitos de coorte e os efeitos de período (Glenn 2003). Os efeitos de idade estão relacionados com alterações biológicas e sociais associadas ao processo de envelhecer, incluindo condições físicas e de saúde, mas também as transições sociais que atravessam, por exemplo, de natureza familiar ou profissional. Os efeitos de coorte, frequentemente denominados efeitos geracionais, remetem para as características demográficas e sócio-históricas comuns aos indivíduos que pertencem a tal coorte de nascimento. Finalmente, os efeitos de período têm a ver com a vivência de acontecimentos externos que afetam todos os grupos etários num dado momento, tal como uma guerra, uma catástrofe ou, neste caso, uma pandemia. Portanto, quando verificamos que as respostas à pandemia e as experiências de confinamento variam de acordo com a pertença a diferentes grupos etários, importa questionar: em que fase do ciclo de vida estavam estas pessoas e que transições estavam a atravessar; quais os aspetos demográficos, sociais e históricos comuns que marcam e caracterizam cada uma destas gerações; quais os efeitos que resultam das circunstâncias específicas da pandemia e das medidas de contenção a ela associadas?

Segundo, também as políticas de gestão da pandemia assentaram numa lógica etária e, por consequência, numa lógica idadista. As pessoas foram encaradas enquanto categorias etárias, ativando preconceitos associados à idade (Höppner, Wanka e Endter 2021): os mais velhos foram considerados «grupos de risco», as crianças foram muitas vezes caracterizadas como «transmissoras silenciosas» e os jovens enquanto «transgressores» ou «propensos ao risco» (Ayalon *et al.* 2020; Stokes e Patterson 2020). Se, por um lado, esta categorização foi necessária para proteção dos mais vulneráveis (como no caso das pessoas mais velhas), esta divisão contribuiu, por outro lado, para invisibilizar a pluralidade das vivências dentro destes grupos e reforçar estereótipos que minam as relações intergeracionais.

As pessoas com mais de 65 anos foram epidemiologicamente consideradas grupo de risco, pelo que decidimos dedicar um capítulo à análise das reações dos mais velhos ao confinamento e às restrições

impostas. A categorização dos seniores enquanto grupo de risco para a COVID-19 tinha como objetivo a sua proteção, na medida em que o risco de desenvolvimento de doença grave era neles maior. Por outro lado, as fortes limitações à sociabilidade e à circulação no exterior podem ter contribuído para um maior isolamento social destas pessoas e para uma maior dificuldade em prestar apoio, como no caso dos cuidados aos filhos e aos netos mas, também, em aceder a apoio informal e institucional. Subjetivamente, aliás, esta clausura constituiu-se como uma ameaça à sua capacidade de autodeterminação e a questões identitárias, ativando estereótipos das pessoas idosas «como uns fardos» (Höppner, Wanka e Endter 2021).

Na nossa amostra, os adultos seniores representam uma franja muito particular da população portuguesa com mais de 65 anos. Caracteriza-se por um nível de instrução mais elevado, na medida em que a esmagadora maioria dos inquiridos concluiu o ensino superior, mais urbana e com uma maior incidência de pessoas do sexo masculino face à distribuição da população idosa em Portugal. A acrescentar o elevado grau de proficiência digital e o acesso à internet e a equipamentos eletrónicos próprios. Não obstante a reduzida diversidade social, este recorte permitiu compreender os fatores que moldaram a adaptação dos indivíduos seniores à fase inicial do confinamento e das restrições. Face às medidas de contenção, duas estratégias familiares de reconfiguração dos agregados domésticos foram adotadas: o isolamento dos seniores, vivendo sós ou em casal, ou a complexificação dos agregados domésticos em arranjos multigeracionais, já que aqueles foram viver com os filhos e netos, não raras vezes acontecendo o inverso (alguns seniores acolheram filhos e netos nas suas casas). Para a diferenciação de experiências vividas com maior ou menor dificuldade de adaptação contribuiu a situação profissional, a condição financeira, o tipo de agregado doméstico, a idade e as redes de apoio informal. Para a grande maioria dos inquiridos seniores, o facto de estarem já reformados antes da pandemia atenuou a sensação de disrupção dos seus quotidianos, o que, aliado a uma situação económica estável e a uma grande proficiência digital, parece ter contribuído para a sua maior resiliência. Acrescente-se que o elevado nível de literacia digital também se revelou como um recurso fundamental, quer no acesso ao comércio *online*, como em termos da manutenção das sociabilidades através das redes sociais e outras TIC's. No entanto, para uma franja mais reduzida, esta adap-

tação foi vivida com maior dificuldade: as pessoas com idades mais avançadas a necessitarem de apoio exterior e com situações financeiras mais instáveis. Mais uma vez, a combinação de condições estruturais moldou as dificuldades em lidar com as restrições em vigor e a perceção de resiliência pessoal, no sentido em que aqueles que estavam mais confortáveis em termos financeiros e familiares manifestaram mais facilidade e preparação para viver períodos mais longos de confinamento, enquanto os que estavam em condições mais fragilizadas revelaram uma maior dificuldade em lidar com os constrangimentos impostos e revelavam uma grande incerteza quanto à duração das restrições ou perspetivavam um período curto. Tal como sublinhámos, este recorte representa uma paisagem social muito particular da população idosa, não revelando a heterogeneidade de realidades em que vive a população portuguesa mais envelhecida, desde logo a idade dentro do escalão (e. g., as experiências são bastante distintas se a pessoa tem 65 ou 80 anos); as situações estruturais diferenciadas (e. g., situação económica, urbanidade, *vs.* ruralidade; inserido no mercado de trabalho *vs.* reformado); o estado de saúde; o tipo de residência (própria, familiar ou institucionalizada); a existência de redes de apoio informal (familiares, amigos, vizinhança, serviços) e o nível de proficiência digital. Mais uma vez, tal como salientado no ponto anterior, também os seniores «não estiveram todos no mesmo barco».

Quanto aos jovens, não só não estavam todos no mesmo barco, como foram apanhados pela onda pandémica em diferentes fases da sua travessia. Destacaram-se como aqueles que mostravam maior dificuldade em lidar com o confinamento e com as restrições, uma menor resiliência face à duração de tais constrangimentos, exigindo medidas de contenção mais rigorosas e revelando uma maior desconfiança face às políticas de gestão da pandemia. Decidiu-se, por conseguinte, traçar um retrato do seu quotidiano no início do confinamento em Portugal, aprofundando as dificuldades sentidas, as preocupações face ao futuro e as formas de comunicação e sociabilidade com os outros. Os jovens, aqui definidos como os inquiridos que tinham entre 16 e 24 anos, foram apanhados pela pandemia nas transições para a vida adulta. Apesar do chapéu comum, este «chavão» das transições para a vida adulta encerra uma paleta diversificada de experiências e acontecimentos-chave nas trajetórias escolares, profissionais, íntimas e sociais de vida dos jovens. Tal como

no caso dos seniores, também esta franja juvenil representa um segmento particular (e favorecido) da população jovem portuguesa, na sua esmagadora maioria aqui representada através de estudantes do ensino superior e do ensino secundário, altamente familiarizada e utilizadora intensiva de equipamentos digitais e redes sociais para os mais diferentes fins (informação, comunicação, educação e lazer, designadamente). Este último aspeto parece ter sido determinante para uma relativa facilidade na transição para o ensino e o trabalho à distância, embora muitos revelassem já na altura uma grande frustração e cansaço com o teletrabalho e, principalmente, com a escola *online*. O corte brutal e repentino com as rotinas próprias das culturas juvenis (sociabilidade, encontros e relações entre pares, saídas à noite e incursões festivas, circulação e mobilidade, experiências afetivas e corporais) traduziu-se no fechamento obrigatório em casa e, não raras vezes, no regresso a casa dos pais, na imposição da co-presença 24 horas por dia. Esta reversibilidade das trajetórias de vida (Billari e Liebroer 2010), que já vinha sendo apontada como um traço distintivo dos caminhos de transição para a vida adulta (acentuado pela crise económica de 2008), com o regresso de muitos jovens a casa dos pais face à precariedade laboral e à incapacidade de uma autonomia residencial, é aqui amplificada pela crise pandémica. As trajetórias de vida foram desestabilizadas, canceladas, adiadas ou suspensas. Os jovens viram as suas transições escolares interrompidas – ir para a universidade, fazer um mestrado ou doutoramento, «fazer um *Erasmus*», por exemplo. Também as trajetórias laborais, tais como a entrada no mercado de trabalho, a mudança de emprego ou a celebração de um contrato no sentido de uma melhoria das condições de trabalho, foram congeladas. Os planos de emigração foram travados ou protelados pelas condicionantes à circulação. Também os projetos pessoais, as trajetórias amorosas e as transições familiares foram fortemente afetados pelo contexto pandémico, ora ficando num estado de *standby*, como, por exemplo, planos de autonomização residencial (e. g., as intenções de ir morar sozinho ou com amigos), ora precipitados pelas demais condicionantes, tal como experiências não planeadas de coabitação conjugal no decorrer do confinamento. Para muitos jovens, a pandemia constituiu-se enquanto ponto de viragem biográfico, em que se consegue facilmente identificar «um antes» e «um depois» no que toca às suas rotinas, aos seus projetos futuros e às suas prioridades. Mais uma vez, os

contextos diferenciados desempenham um papel modelador destas experiências e condicionam não só o presente, mas também o futuro. Como dizem as autoras do capítulo 3, «ao pensarem o futuro é como se (os jovens) sentissem que este lhes foi roubado. Não parece haver espaço para o sonho».

Finalmente, apesar de não termos feito um recorte etário aprofundado ao longo de todos os capítulos, o grupo etário de pessoas com idades entre os 34 e os 45 anos, quando na situação de viver com filhos menores e de estar a trabalhar (em teletrabalho ou em sectores de serviços e bens essenciais que nunca pararam a atividade), também se destaca pela sua situação de vulnerabilidade no que toca, sobretudo, à conciliação trabalho-família. Se juntarmos a esta combinação o facto de se ser mulher e a necessidade de prestar apoio a pessoas dependentes fora do agregado doméstico, verificamos que a pandemia deixou este grupo, que atravessa o que comumente se designa pelas *rush hours of life*, numa sobrecarga extrema e muitas vezes ensanduichado entre gerações.

Vidas confinadas, vidas interligadas

O terceiro ponto que a pandemia veio evidenciar de forma indiscutível foi a interdependência relacional inerente à vida social, tantas vezes tomada como garantida pelas pessoas, em geral, e tantas vezes ignorada nas teorizações sociológicas sustentadas, quer por paradigmas mais individualistas, quer por paradigmas mais estruturais. Parafraçando Setersten *et al.* (2020), a pandemia e as consequentes restrições fizeram com que as pessoas se apercebessem da forma mais dolorosa de quanto o seu bem-estar está ligado aos outros e de quanto tomam por garantida a possibilidade de estar com eles (p. 5).

Com a imposição das normas de distanciamento físico e de restrição à circulação e à mobilidade, as interações ficaram limitadas aos membros do agregado doméstico, penalizando as famílias que não viviam debaixo do mesmo teto e que, portanto, se definem para além dos limites da co-residência. Por exemplo, no Reino Unido e na Austrália, as medidas de contenção foram mais inclusivas, ao permitir-se que pessoas que viviam sozinhas ou em agregados monoparentais tivessem a possibilidade de definirem as suas bolhas de contacto (elementos pertencentes a dois agregados domésticos), por forma a

combater o risco de isolamento social e facilitar a prestação de cuidados. Em Portugal, a bolha de contactos foi plasmada às pessoas co-residentes. Neste sentido, as dificuldades enfrentadas pelos indivíduos na gestão da comunicação, dos contactos e dos cuidados aos seus familiares e outros entes queridos, espalhados em vários agregados, localizações geográficas e fronteiras, expuseram de uma forma dramática a natureza interdependente das relações próximas para lá dos limites da co-residência.

Um conceito útil para apreender esta interdependência no contexto da pandemia é a noção de vidas interligadas (*linked lives*), a qual se refere à influência mútua dos acontecimentos-chave na vida dos indivíduos no interior das suas redes de pessoas próximas (Elder *et al.* 1985; Setersten *et al.* 2020). Segundo este princípio orientador das perspetivas do percurso de vida, a ocorrência de uma mudança ou de um evento crítico na nossa vida afeta inevitavelmente a vida das pessoas com as quais estamos intimamente conectados nas nossas redes familiares e pessoais, e vice-versa (Elder *et al.* 1985). Aliás, estas influências mútuas atravessam frequentemente várias gerações dentro da mesma família. Por outro lado, a interdependência é não só relacional, como multidimensional, no sentido em que um mesmo acontecimento pode afetar diferentes esferas da vida social de um indivíduo mas, também, a vida dos seus entes queridos. Estes efeitos são designados como efeitos de *spill-over* (Spini *et al.* 2017). Por exemplo, o desemprego experienciado por um elemento de um casal pode afetar a relação conjugal com a parceira, mas também o rendimento escolar do filho, evidenciando a interligação das esferas profissional, familiar e escolar. Mas não só eventos mais micro, tais como transições familiares, têm impacto nas trajetórias de vida das pessoas próximas, como também os acontecimentos macro-históricos, como a pandemia, são experienciados através destes mundos sociais (Elder 1994, 6). A clausura doméstica e a convergência das várias esferas da vida social num espaço único amplificaram esta interdependência relacional e dimensional dentro de portas. Diferentes níveis e formatos de interdependência refletiram-se quer na diversidade de arranjos familiares de confinamento e na adoção de estratégias de reconfiguração do agregado doméstico para fazer face às restrições, quer também nos discursos sobre a reorganização dos quotidianos traduzidos em diferentes focos narrativos de natureza relacional. Se, para algumas pessoas, as narrativas gravitavam em

redor do nós-casal ou do nós-família, para outras a vivência do confinamento era focada na primeira pessoa, mesmo quando viviam 24 horas por dia com outras pessoas, ou ainda na relação com animais de companhia ou objetos.

Num contexto da pandemia global, os impactos foram dramáticos e, desde a sua fase mais precoce, as populações tiveram de lidar com uma ameaça invisível e imprevisível, bem como foram obrigadas a adaptar-se a uma estratégia de emergência de saúde pública que impôs restrições e medidas duras de confinamento e de distanciamento social. O vocabulário da pandemia entrou pelas portas adentro da vida social, sendo que a comunicação sobre os riscos e as medidas de proteção foi muitas vezes veiculada através de mensagens contraditórias e pautadas pela incerteza, alimentando uma cultura ontológica de ansiedade (Giddens 1991; Crawford 2004) e de insegurança existencial (Baumann 1999). Aliás, a sensação de falta de controlo, o receio e a ansiedade marcaram as experiências dos indivíduos e invadiram os seus quotidianos, o que se traduziu no medo de ser infetado, no medo de infetar os outros e no medo perante um futuro incerto e desconhecido (Gouveia *et al.* 2021). O nosso vocabulário começou a ser povoado pelo jargão médico e político, inundando as televisões, a imprensa, a rádio, as redes sociais, as «conversas de café». Palavras como vírus, virologia, epidemia, estirpe, mas também estado de emergência, bolha, teletrabalho, confinamento ou *lay-off* escancararam as portas da vida social e as pessoas foram obrigadas a reconfigurar as suas representações mentais e, sobretudo, a reorganizar e negociar as suas práticas mais naturalizadas e rotinizadas através do «fazer» (Morgan 2011). A reorganização da vida social e os processos de resiliência e de vulnerabilidade desencadeados pelo romper da pandemia nas famílias portuguesas não aconteceram num vazio social, mas foram fortemente moldados pelas coordenadas contextuais, temporais e relacionais dos indivíduos.

Apesar dos enviesamentos amostrais e de a janela temporal corresponder a uma fase embrionária da pandemia, os efeitos socialmente diferenciados num estado tão precoce revelavam importantes pistas para os decisores políticos relativamente aos impactos futuros da pandemia nos segmentos mais vulneráveis da sociedade. Assim, um ano depois, o inquérito realizado durante o confinamento de fevereiro de 2021 revelou os efeitos a longo termo no trabalho, na educação, na vida familiar, na saúde física e mental e na confiança

política (Gouveia *et al.* 2021). Se, durante o primeiro confinamento, as narrativas dominantes incidiam no medo, na incerteza e no desconhecido, em 2021 novos tópicos emergiam em torno da fragilidade e da fadiga, com especial destaque para a questão da saúde mental mas, também, da adaptação ao novo normal e de alguma esperança com maior conhecimento do vírus e com o desenvolvimento da vacina.

Começámos este livro com as palavras de José Mário Branco. Terminamo-lo com as palavras de Sérgio Godinho, as quais julgamos refletir o sentimento de incerteza que dominava as vidas confinadas no eclodir da pandemia em Portugal:

No novo normal
Há cidades inteiras
Por onde rasgaram
Invisíveis poeiras
Malignas benignas
Ninguém sabe se sabe
Nem que acaso ou que destino nos cabe
O novo normal
É terreno minado
De acasos

Sérgio Godinho, *O Novo Normal*, 2020

Bibliografia

- Aboim, Sofia, Pedro Vasconcelos e Karin Wall. 2013. «Support, social networks and the family in Portugal: two decades of research». *International Review of Sociology*, 23 (1): 47-67.
- Alferes, V. R. (1997). *Investigação Científica em Psicologia: Teoria e Prática*. Coimbra: Almedina.
- Amâncio, Lúcia. 2007. «Género e divisão do trabalho doméstico – o caso português em perspectiva». In *Família e Género em Portugal e na Europa*, eds. Karin Wall e Lúcia Amâncio. Lisboa: Imprensa de Ciências Sociais, 181-210.
- Amâncio, Lúcia, e Rita Correia. 2019. «Em busca da igualdade: perceção de justiça e divisão do trabalho doméstico – mudanças e continuidades». *Sociologia, Problemas e Práticas*, 90: 77-94.
- Ayalon, L., et al. 2020. «Aging in times of the COVID-19 pandemic: avoiding ageism and fostering intergenerational solidarity». *The Journals of Gerontology: Psychological Sciences and Social Sciences*, série B, 76 (2), online first. <https://doi.org/10.1093/geronb/gbaa051>.
- Azevedo, A. B. 2020. «Envelhecimento nas comunidades no pós-COVID-19». In *Um Olhar Sociológico sobre a Crise COVID-19 em Livro*, orgs. Renato Miguel do Carmo, Inês Tavares e Ana Filipa Cândido. Lisboa: Observatório das Desigualdades, CIES-Iscte, 158-169.
- Beck, Ulrich. 1992. *Risk Society. Towards a New Modernity*. Londres: Sage.
- Beck, Ulrich. 2016. *The Metamorphosis of the World: How Climate Change is Transforming our Concept of the World*. John Wiley & Sons,
- Bethlehem, J. 2010. «Selection bias in web surveys». *International Statistical Review*, 78 (2): 161-188.
- Boons, F., et al. 2020. «COVID-19, changing social practices and the transition to sustainable production and consumption. Version 1.0». Manchester: Sustainable Consumption Institute, <https://bit.ly/2zuxbHU>.
- Bhutta, C. 2012. «Not by the book: Facebook as a sampling frame». *Sociological Methods & Research*, 41 (1): 57-88.
- Bijker, Wiebe E., Anique M. Hommels e Jessica Mesman. 2014. «Studying vulnerability in technological cultures». In *Vulnerability in Technological Cultures*. New

- Directions in Research and Governance*, eds. Anique Hommels, Jessica Mesman e Wiebe E. Bijker. Cambridge, MA: MIT Press, 1-26.
- Billari, F. C., e A. C. Liefbroer. 2010. «Towards a new pattern of transition to adulthood?» *Advances in Life Course Research*, 15 (2-3): 59-75.
- Braveman, Paula. 2020. «COVID-19: inequality is our pre-existing condition». UNESCO Inclusive Policy Lab, <https://en.unesco.org/inclusivepolicylab/news/covid-19-inequality-our-pre-existing-condition>.
- Breviglieri, Marc. 2007. «Ouvrir le monde en personne. Une anthropologie des adolescences». In *Adolescences méditerranéennes*, eds. Marc Breviglieri e Vincenzo Cicchelli. Paris: L'Harmattan, 19-58.
- Charles, Nickie, e Charlotte Davies. 2011. «My family and other animals: pets as kin». In *Human and Other Animals: Critical Perspectives*, eds. Bob Carter e Nickie Charles. Springer, 69-92, <https://doi.org/10.1057/9780230321366>
- Cicchelli, Vincenzo. 2001. *La construction de l'autonomie: parents et jeunes adultes face aux études*. Paris: Presses Universitaires de France.
- Crawford, R. 2004. «Risk ritual and the management of control and anxiety in medical culture». *Health*, 8 (4): 505-528.
- Cresswell, Tim. 2009. «Seis temas na produção das mobilidades». In *A Produção das Mobilidades. Redes, Espacialidades e Trajectos*, orgs. Renato M. Carmo e José A. Simões. Lisboa: Imprensa de Ciências Sociais, 25-40.
- DGS. 2020. COVID-19. *Distanciamento Social*. Lisboa: Direção-Geral de Saúde, <https://bit.ly/2YVP8JG>.
- DRE. 2020. «Portaria n.º 71/2020». *Diário da República Eletrónico*, <https://bit.ly/3bv6sHT>.
- Elder, G. H., M. Kirkpatrick Johnson e R. Crosnoe. 2003. «The emergence and development of life course theory». In J. T. Mortimer e M. J. Shanahan (Eds.), *Handbook of the Life Course*. Kluwer Academic/ Plenum Publishers, 3-19.
- Eurofound. 2019. *Household Composition and Well-Being*. Luxemburgo: Publications Office of the European Union.
- Expresso. 2020. «COVID-19. Lançada plataforma para saber qual o tempo de espera nos supermercados e o que há nas prateleiras». *Expresso*, 20 de março, <https://bit.ly/3fWUMY>.
- Ferreira, Vítor Sérgio, e Cátia Nunes. 2010. «Transições para a idade adulta». In *Tempos e Transições de Vida: Portugal ao Espelho da Europa*, orgs. José Machado Pais e Vítor Sérgio Ferreira. Lisboa: Imprensa de Ciências Sociais, 39-68.
- Ferreira, Vítor Sérgio. 2015. «Corpo e forma física». In *Consumos e Estilos de Vida no Ensino Superior: o Caso dos Estudantes da ULisboa-2012*, eds. Pedro A. Silva et al. Lisboa: SICAD, 59-79.
- Folke, Carl. 2006. Resilience: the emergence of a perspective for social-ecological systems analyses. *Global Environmental Change*, 16 (3): 253-267.
- Freitas, Isaurora. 2017. «Pesquisando jovens em mobilidade, 'mobilizando' metodologias». In *Pesquisar Jovens. Caminhos e Desafios Metodológicos*, org. Vítor Sérgio Ferreira. Lisboa: Imprensa de Ciências Sociais, 201-220.

- Fuchs, Christian. 2020. «Everyday life and everyday communication in coronavirus capitalism». *Triple C*, 18, (1): 375-399.
- Furedi, Frank. 2004. *Therapy Culture: Cultivating Vulnerability in an Uncertain Age*. Londres: Routledge.
- JN. 2020. «COVID-19. Pedidos de ajuda alimentar aumentam nas freguesias de Lisboa». *Jornal de Notícias*, 19 de março, <https://bit.ly/2Z3HAEV>.
- Giddens, Anthony. 1989. *A Constituição da Sociedade*. São Paulo: Livraria Martins Fontes.
- Giddens, Anthony. 1991. *Modernity and Self-Identity – Self and Society in the Late Modern Age*. Cambridge: Polity Press
- Giddens, Anthony. 1994. *Modernidade e Identidade Pessoal*. Oeiras: Celta Editora.
- Gouveia, R., e A.-M. Castren. 2021. «Redefining the boundaries of family and personal relationships». *The Palgrave Handbook of Family Sociology*. Palgrave Mcmillan.
- Gouveia, R., et al., coords. 2021. *Os Impactos Sociais da Pandemia: o Segundo Confinamento*. Instituto de Ciências Sociais da Universidade de Lisboa
- Giustini, Deborah. 2021. «Theorising – crises? What crises? Conceptualising breakdowns in practice theory». *The European Sociologist*, 45 (1), <https://www.europeansociologist.org/issue-45-pandemic-impossibilities-vol-1/theorising-crises-what-crises-conceptualising-breakdowns>.
- Höppner, G., A. Wanka e C. Endter. 2021. «Linking ages – un/doing age and family in the COVID-19 pandemic». *Journal of Family Research*, <https://doi.org/10.20377/jfr-727>.
- Elder, G. H. 1985. *Perspectives on the Life Course*. In *Life Course Dynamics: Trajectories and Transitions*. Ithaca: Cornell University Press, 23-49.
- Elder, Jr., G. H. 1994. «Time, human agency, and social change: perspectives on the life course». *Soc. Psychol. Q.*, 57 (1): 4-15, doi:10.2307/2786971.
- Glenn, N. D. 2003. «Distinguishing age, period, and cohort effects». In *Handbook of the Life Course*. Springer, Boston, MA, 465-476.
- Green, Andy. 2017. *The Crisis for Young People: Generational Inequalities in Education, Work, Housing and Welfare*. Cham: Springer International Publishing, Palgrave Macmillan, <https://doi.org/10.1007/978-3-319-58547-5>.
- Hall, Sarah Marie. 2019. «Everyday austerity: towards relational geographies of family, friendship and intimacy». *Progress in Human Geography*, 43 (5): 769-789.
- ICS/Iscte. 2020. *O Impacto Social da Pandemia. Estudo ICS/Iscte COVID-19*, disponível em <https://repositorio.ul.pt/handle/10451/42911>.
- International Labour Organisation. 2020. *Youth and COVID-19. Impacts on Jobs Education, Rights and Mental Well-Being. Survey Report 2020*. Web PDF, https://www.ilo.org/global/topics/youth-employment/publications/WCMS_753026/lang-en/index.htm (acedido a 24 setembro 2020).
- Lima, Maria Luísa P. 2018. *Nós e os Outros. O Poder dos Laços Sociais*. Lisboa: Fundação Francisco Manuel dos Santos.
- Lobo, Marina Costa, e Edalina Rodrigues Sanches. 2017. «Os jovens perante a política: mudanças e continuidades». In *Geração Milénio? Um Retrato Social e*

Vidas Confinadas

- Político*, eds. Vítor S. Ferreira *et al.* Lisboa: Imprensa de Ciências Sociais, 123-153.
- LUSA. 2020. «COVID-19: corrida aos supermercados *online* Continente e Auchan congestionam acessos». *Expresso*, 19 de março, <https://bit.ly/2YZuqbN>.
- Lyonette, Clare, Rosemary Crompton e Karin Wall. 2007. «Gender, occupational class and work-life conflict». *Community, Work and Family*, 10 (3): 283-308.
- Magalhães, Dulce. 2010. *Vinhos: Arte e Manbas em Consumos Sociais: a Apeensão de uma Prática Sociocultural em Contexto de Mudança*. Porto: Edições Afrontamento.
- Magalhães, P, *et al.* 2020. *O Impacto Social da Pandemia. Estudo ICS/Iscte COVID-19 [The Social Impact of the Pandemic. ICS/Iscte Study]. Internal Report*. Lisboa: ICS/Iscte, <http://hdl.handle.net/10451/42911>.
- Mascarenhas, Maria Paula. 2012. «Sociabilidades em volta da mesa». *Atas do VII Congresso Português de Sociologia*, 1-21.
- Mills, C. W. 2000. *The Sociological Imagination*. Oxford University Press.
- Morgan, D. 2011a. *Rethinking Family Practices*. Basingstoke: Palgrave Macmillan.
- Morgan, David H. G. 2011. «Locating ‘family practices’». *Sociological Research Online*, 16 (4): 1-14, <http://www.socresonline.org.uk/16/4/14.html> >10.5153/sro.2535.
- Murcott, Anne. 2019. *Introducing the Sociology of Food and Eating*. Londres: Bloomsbury Academic.
- Nielsen, Annette, Thomas Boker Lund e Lotte Holm. 2015. «The taste of ‘the end of the month’, and how to avoid it: coping with restrained food budgets in a Scandinavian welfare state context». *Social Policy and Society*, 14 (3): 429-442.
- O *Jornal Económico*. 2020. «COVID-19. Alguns supermercados tiveram um aumento de 50% na procura no início de março, mas ritmo já regularizou». *O Jornal Económico*, 26 de março, <https://bit.ly/2LnVMAy>.
- O *Público*. 2020. «Governo vai monitorizar ‘comportamentos desproporcionais dos cidadãos’ nos supermercados». *Público*, 12 de março, <https://www.publico.pt/2020/03/12/economia/noticia/governo-vai-monitorizar-comportamentos-desproporcionais-cidadaos-supermercados-1907412>.
- Organização Mundial de Saúde. 2020. «Health care considerations for older people during COVID-19 pandemic. Technical Guidance». Disponível em <https://www.euro.who.int/en/health-topics/health-emergencies/coronavirus-covid-19/publications-and-technical-guidance/health-care-considerations-for-older-people-during-covid-19-pandemic>.
- Pais, José Machado. 2012. *Sexualidade e Afectos Juvenis*. Lisboa: Imprensa de Ciências Sociais.
- Paugam, Serge. 2016. «Social bonds and coping strategies of unemployed people in Europe». *Italian Sociological Review*, 6 (1): 27-55.
- Pegado, Elsa. 2016. «A gestão da *performance* nas culturas juvenis». *Fórum Sociológico, série II*, 29: 31-40.
- Prensky, Marc. 2001. «Digital natives, digital immigrants», parte 1. *On the Horizon*, 9, 5: 1-6, <https://doi.org/10.1108/10748120110424816>.

- Rabot, Jean-Martin. 2011. «De la société du risque aux conduites à risque». *Sociétés*, 114: 107-118, doi: 10.3917/soc.114.0107.
- Ramos, V., R. Gouveia e K. Wall. 2017. «Coresidence as a mechanism of relational proximity: the impact of household trajectories on the diversification of personal networks». In *Family Continuity and Change. Contemporary European Perspectives*, eds. Vida Cesnuitytė, Detlev Lück e Eric D. Widmer. Palgrave Macmillan, 187-210.
- República Portuguesa. 2020. «Estamos on. Medidas excepcionais». Disponível em <https://covid19estamoson.gov.pt/medidas-excepcionais/>.
- Ribeiro, Henrique, André Ponte e Miguel Raimundo. 2020. «Saúde mental e COVID-19 – resumo dos resultados transversais», <http://www.chpl.min-saude.pt/wp-content/uploads/sites/39/2020/05/Saude-Mental-e-COVID-19-Resumo-resultados-transversais.pdf> (acedido a 25 maio 2021).
- Rowland, Jussara. 2017. «Os jovens num mundo conectado: mobilidades, lazeres e internet». In *Geração Milénio? Um Retrato Social e Político*, eds. Vítor Sérgio Ferreira et al. Lisboa: Imprensa de Ciências Sociais, 79-121.
- Santos, Ana. 1999. *Inter-Rail. A Odisseia em Comboio*. Oeiras: Celta Editora.
- Santos, Boaventura de Sousa. 1991. «State, wage relations and social welfare in the semiperiphery: the case of Portugal». *Oficina do Centro de Estudos Sociais (CES)*, 23: 1-49.
- Santos, Boaventura de Sousa. 2011. *Portugal: Ensaio contra a Autoflagelação*. Coimbra: Almedina.
- Santos, Boaventura de Sousa, e João Arriscado Nunes. 2004. «Introduction: democracy, participation and grassroots movements in contemporary Portugal». *South European Society and Politics*, 9 (2): 1-15.
- Schatzki, Theodore. 2016. «Crises and adjustments in ongoing life». *Österreichische Zeitschrift Für Soziologie*, 44 (1): 17-33.
- Settersten, R. A., et al. 2020. «Understanding the effects of COVID-19 through a life course lens». *Adv. Life Course Res.*, 45, 100360. doi: 10.1016/j.alcr.2020.100360.
- Silva, Igor. 2013. «Portugal, estação mochileira». In *Olhares sobre Jovens*. Lisboa: OPJ, <https://www.opj.ics.ulisboa.pt/publicacoes/olhares-sobre-jovens/>.
- Silva, Pedro A., et al. 2015. *Consumos e Estilos de Vida no Ensino Superior: o Caso dos Estudantes da U Lisboia-2012*. Lisboa: SICAD.
- Spini, D., L. Bernardi e M. Oris. 2017. «Toward a life course framework for studying vulnerability». *Res. Hum. Development*, 14 (1): 5-25, doi:10.1080/15427609.2016.1268892.
- Stokes, J. E., e S. E. Patterson. 2020. «Intergenerational relationships, family caregiving policy, and COVID-19 in the United States». *Journal of Aging & Social Policy*, 32 (4-5): 416-424.
- Truninger, Mónica, et al. 2019. *Alimentação em Tempos de Crise: Consumo e Segurança Alimentar nas Famílias Portuguesas*. Lisboa: Imprensa de Ciências Sociais.
- TSF Rádio Notícias. 2020. «Pandemia causou corrida aos supermercados. Procura aumentou 300%». *TSF Rádio Notícias*, 13 de abril, <https://bit.ly/3dALZmD>.

Vidas Confinadas

- Tully, Claus, e Claudio Alfaraz. 2017. «Youth and mobility: the lifestyle of the new generation as an indicator of a multi-local everyday life». *Applied Mobilities*, 2 (2): 182-198.
- TVI24. 2020. «COVID-19 origina corrida aos supermercados em Portugal». *TVI24*, 11 de março, <https://bit.ly/35PvEYG>.
- Van Gennep, Arnold. 1909. *Les rites de passage*. Paris: A. e J. Picard.
- Vieira, Jorge. 2017. «Os jovens portugueses (do continente) e os *media*. Um olhar quantitativo #withfilters». In *Juventude(s). Pensar e Agir*, orgs. P. Gilberta et al. Vila Nova de Famalicão: Húmus, 81-118.
- Vieira, Maria Manuel, coord. 2015. *O Futuro em Aberto*. Lisboa: Editora Mundos Sociais.
- Wall, K. 2005. «Os grupos domésticos de co-residência». In *Famílias em Portugal – Percursos, Interações, Redes Sociais*, ed. Karin Wall. Lisboa: Imprensa de Ciências Sociais, 553-597.
- Wall, K., V. Cunha e V. Ramos. 2014. «Evolução das estruturas domésticas em Portugal, 1960-2011». In *Famílias nos Censos 2011: Diversidade e Mudança*, eds. A. Delgado e K. Wall, 43-60. Lisboa: Instituto Nacional de Estatística/Imprensa de Ciências Sociais.
- Wall, Karin, et al. 2001. «Families and informal support networks in Portugal: the reproduction of inequality». *Journal of European Social Policy*, 11 (3): 213-233.
- Widmer, E. D. 2010. *Family Configurations: A Structural Approach to Family Diversity*. Ashgate.
- Wright, K. B. 2005. «Researching internet-based populations: advantages and disadvantages of online survey research, online questionnaire authoring software packages, and web survey services». *Journal of Computer-Mediated Communication*, 10 (3), JCMC1034.

Anexo

Questionário COVID-19

Questionário COVID-19

Q1 O Instituto de Ciências Sociais (ICS) da Universidade de Lisboa e o ISCTE - Instituto Universitário de Lisboa estão a realizar um questionário sobre o Coronavírus (Covid-19) e os seus impactos nas pessoas que vivem em Portugal. Este questionário foi desenvolvido de forma a poder deixar em detalhe as suas ideias e o seu testemunho sobre a situação que estamos a viver.

Antes de iniciar, asseguramos que as suas respostas serão anónimas e confidenciais e serão utilizadas exclusivamente no contexto desta investigação científica.

Ao iniciar a sua participação, está a concordar com a seguinte afirmação: Estou consciente de que a minha participação é voluntária e que a posso interromper em qualquer momento, simplesmente fechando a página.

(carregue na seta em vermelho para continuar)

COVID-19 E O ESTADO DE EMERGÊNCIA

Q2 Em relação ao Estado de Emergência decretado pelo Presidente da República, qual das seguintes frases se aproxima mais da sua opinião?

1. Não era necessário ter-se declarado o estado de emergência
2. Era necessário, e estas restrições são as adequadas (2)
3. Era necessário, e ainda são necessárias mais restrições (3)

Q3 Pode explicar um pouco melhor a sua opinião?

Q4 Em geral, em que medida tem sido fácil ou difícil para si lidar com as atuais restrições?

1. Tem sido muito fácil (1)
2. Tem sido relativamente fácil (2)
3. Tem sido relativamente difícil (3)
4. Tem sido muito difícil (4)

Q5 Pode falar-nos um pouco mais sobre estas restrições? O que tem sido mais fácil do que esperava e o que tem sido mais difícil? (Por exemplo: questões de convívio, relações com a família, alimentação, condição física, saúde mental, capacidade de trabalho)

Q7 Até quando se sente preparado/a para viver sob as atuais restrições?

1. Até ao fim de Abril (1)
2. Até ao fim de Maio (2)
3. Até ao verão (3)
4. Até ao final do ano (4)
5. Até daqui a um ano ou mais (5)
6. Não sei dizer (6)

GRUPOS DE RISCO E INFECTADOS

Q9 Há pessoas que pertencem aos chamados grupos de risco: com mais de 70 anos ou doentes crónicos, com hipertensão, problemas cardíacos e respiratórios, diabéticos ou imunodeprimidos. Pertence a algum destes grupos de risco?

1. Sim (1)
2. Não (2)
3. Não sei (3)
4. Prefiro não dizer (4)

Q10 Neste momento, tem apoio suficiente que lhe permita sair de casa apenas em circunstâncias excepcionais?

1. Sim (1)
2. Não (2)
3. Não preciso de nenhum apoio (3)

Q11 Pode falar-nos um pouco mais deste assunto? Quem o está a apoiar e como?

Q12 Pode falar-nos um pouco mais deste assunto? De que espécie de apoio sente mais falta?

Q13 O/A senhor/a está infectado/a pela Covid-19?

1. Sim (1)
2. Não (que tenha conhecimento) (2)
3. Não (o teste foi negativo) (3)
4. Prefiro não dizer (4)

Q14 E conhece alguém que esteja infectado?

1. Sim (1)
2. Não (que tenha conhecimento) (2)
3. Não sei (3)
4. Prefiro não dizer (4)

Q15 Essa ou essas pessoas são: (pode escolher mais do que uma opção)

1. Membro da família (1)
2. Amigo (2)
3. Colega de trabalho (3)
4. Vizinho (4)
5. Conhecido do concelho onde vive (5)
6. Conhecido de concelhos vizinhos (6)
7. Conhecido que vive noutros concelhos do país (7)
8. Conhecido que vive fora de Portugal (8)

IMPACTOS NA SUA VIDA – TRABALHO

Q17 Neste momento, qual é a sua situação do ponto de vista da sua atividade profissional?

Pode haver mais do que uma opção que se adequa à sua situação. Por favor, escolha aquela que melhor reflete a sua situação.

1. Não trabalho e já não trabalhava antes da pandemia (reformado/a, desempregado, doméstico/a etc.) (1)
2. A trabalhar, com o mesmo horário de antes da pandemia, e a deslocar-me todos os dias para o local de trabalho (2)
3. A trabalhar em regime de teletrabalho, mas deslocando-me de vez em quando ao local de trabalho (3)
4. A trabalhar só em regime de teletrabalho, a tempo inteiro (4)
5. A trabalhar só em regime de teletrabalho, a tempo parcial (5)
6. Já trabalhava e continuo a trabalhar em regime de teletrabalho (6)
7. Estou a gozar férias forçadas (7)
8. Fui despedido ou informado pela minha entidade patronal de que serei despedido nas próximas semanas (8)
9. A estudar, em regime de ensino à distância (9)
10. Outra situação, qual? (10) _____

Q18 Em termos de equipamento (computadores, internet) e espaço, sente ter as condições necessárias para exercer a sua profissão em regime de teletrabalho?

1. Tenho as condições adequadas (1)
2. Tenho condições mínimas (2)
3. Não tenho as condições mínimas (3)

Q19 Em termos de situação familiar (ex.: filhos e cônjuge em casa, etc) sente ter as condições necessárias para exercer a sua profissão em regime de teletrabalho?

4. Tenho as condições adequadas (1)
5. Tenho condições mínimas (2)
6. Não tenho as condições mínimas (3)

Q20 Em termos de gestão e tempo, sente ter as condições necessárias para exercer a sua profissão em regime de teletrabalho?

7. Tenho as condições adequadas (1)
8. Tenho condições mínimas (2)
9. Não tenho as condições mínimas (3)

Q21 A sua entidade empregadora tem feito o necessário para garantir as condições para exercer a sua profissão no regime de teletrabalho?

1. Tem feito o suficiente (1)
2. Não tem feito o suficiente (2)

Q22 Se quiser acrescentar conte-nos por favor qual a melhor coisa (se houver) ou a pior coisa (se houver) de ter passado a este regime de teletrabalho.

SAÍDAS NÃO RELACIONADAS COM TRABALHO

Q16 Sem considerar deslocações relacionadas com trabalho, quais as opções que melhor descrevem a sua situação em relação às suas saídas de casa sem ser por trabalho (pode escolher mais do que uma opção):

1. Saio com a mesma frequência com que saía antes da pandemia (1)
2. Saio à rua com muito poucas restrições (2)
3. Saio à rua para passear os filhos (3)
4. Saio à rua para passear animais de companhia (4)
5. Saio à rua para fazer exercício (5)
6. Saio à rua para compras essenciais (6)
7. Não saio em absoluto (7)
8. Outra situação. Qual? _____ (8)

FAMÍLIA E COMUNIDADE

Q23 Com quem está a viver nesta fase de recolhimento familiar? Especifique por favor, ex.: parceiro, filha, sogro,...

Q58 Contando consigo são quantas pessoas? (utilize números para dar a sua resposta)

Q59 Quantas dessas têm menos de 18 anos? (utilize números para dar a sua resposta)

Q24 Tem animais a viver consigo?

1. Sim (1)
2. Não (2)

Q25 Quer-nos falar um pouco mais sobre o dia-a-dia em casa/em família/na sua rua ou bairro, descrevendo um dia típico? Se achar que não tem dias típicos, pode por exemplo descrever o dia de ontem,...

Q62 As pessoas com quem vive neste período de recolhimento são as mesmas com que já vivia antes da pandemia?

1. Sim (1)
2. Não (2)

Q63 Com quem vivia antes da pandemia? Especifique por favor, ex.: parceiro, filha, sogro,...

Q64 Contando consigo, quantas pessoas – incluindo crianças – faziam parte do seu agregado familiar antes da pandemia? (utilize números para dar a sua resposta)

Q65 Quantas dessas pessoas tinham menos de 18 anos? (utilize números para dar a sua resposta)

Q66 Vivia com um cônjuge, companheiro ou companheira?

1. Sim (1)
2. Não (2)

Q26 Neste momento, está a dar apoio a alguém que não viva na sua casa?

1. Sim (1)
2. Não (2)

Q27 Quem? (pode escolher mais do que uma opção)

1. Membro da família (1)
2. Amigo (2)
3. Vizinho (3)
4. A prestar apoio a pessoas em regime de voluntariado (4)

Q28 E que tipo de apoio é que está a dar? (pode escolher mais do que uma opção)

1. Apoio financeiro (1)
2. Apoio moral (conversar, etc.) (2)
3. Apoio em bens essenciais/ em espécie (levar comida e medicamentos, cuidar da higiene, etc.) (3)
4. Outro. Qual? (4) _____

Q29 Como está a fazer para contactar com os entes queridos que estão à distância neste momento? Pode descrever-nos um pouco o seu quotidiano neste domínio (ex.: falar pela internet com familiares e amigos, telefonar todos os dias a familiares, organizar reuniões familiares à distância, etc)?

Q30 Passou a utilizar mais plataformas de comércio online para a aquisição de bens essenciais (alimentação e medicamentos)?

1. Nunca utilizei e não pondero vir a utilizar (1)
2. Nunca utilizei mas estou a ponderar utilizar (2)
3. Nunca utilizei mas passei a utilizar (3)
4. Já utilizava e passei a utilizar ainda mais (4)
5. Utilizo o mesmo que já utilizava (5)

Q31 Como tem lidado com o processo de encomenda e pagamento online? Tem tido dificuldades?

O FUTURO PÓS- PANDEMIA

Q32 Pense agora no rendimento do seu agregado familiar **antes desta pandemia**. Relativamente a esse rendimento, diria que:

1. Tem dado para viver confortavelmente (1)
2. Tem dado para viver razoavelmente (2)
3. Tem sido algo difícil viver com esse rendimento (3)
4. Tem sido muito difícil viver com esse rendimento (4)

Q33 Neste momento, a situação financeira do seu agregado familiar já foi afetada pela pandemia ou ainda não foi afetada?

1. Já foi afetada (1)
2. Ainda não foi afetada (2)

Q34 Pode explicar um pouco o que se passou? De que forma foi afectado/a financeiramente?

Q35 O que acha que poderá acontecer à situação financeira do seu agregado familiar se as atuais restrições se prolongarem por mais um mês?

1. Vou/Vamos continuar a conseguir pagar as nossas despesas normais (1)
2. Vou/Vamos ter de reduzir as nossas despesas para conseguir pagá-las (2)
3. Vou/Vamos deixar de conseguir pagar as nossas despesas básicas (3)
4. Não sei dizer (4)

Q36 Quanto tempo acha que vamos ter de esperar até se voltar a uma vida normal sem as atuais restrições de rendimento, mobilidade e vida quotidiana?

1. Até ao fim de Abril (1)
2. Até ao fim de Maio (2)
3. Até ao verão (3)
4. Até ao final do ano (4)
5. Até daqui a um ano ou mais (5)
6. Não sei dizer (6)

Q37 Quer falar-nos um pouco sobre quais são, neste momento, as suas preocupações principais em relação ao futuro? O que o/a preocupa mais?

CONFIANÇA

Q38 Abaixo estão os nomes de alguns organismos, instituições ou individualidades. Para cada um deles, indique em que medida está confiante na resposta que estão a dar à pandemia:

Q39 Na resposta do Primeiro-ministro à pandemia, está muito confiante, algo confiante, pouco confiante ou nada confiante?

1. Muita confiança (1)
2. Alguma confiança (2)
3. Pouca confiança (3)
4. Nenhuma confiança (4)
5. Não sei dizer (5)

Q40 E na da Ministra da Saúde?

1. Muita confiança (1)
2. Alguma confiança (2)
3. Pouca confiança (3)
4. Nenhuma confiança (4)
5. Não sei dizer (5)

Q41 E na da Diretora-geral da Saúde?

1. Muita confiança (1)
2. Alguma confiança (2)
3. Pouca confiança (3)
4. Nenhuma confiança (4)
5. Não sei dizer (5)

Q42 E na do Presidente da República?

1. Muita confiança (1)
2. Alguma confiança (2)
3. Pouca confiança (3)
4. Nenhuma confiança (4)
5. Não sei dizer (5)

Q43 E na da Assembleia da República?

1. Muita confiança (1)

2. Alguma confiança (2)
3. Pouca confiança (3)
4. Nenhuma confiança (4)
5. Não sei dizer (5)

Q44 E na dos municípios e juntas de freguesia?

1. Muita confiança (1)
2. Alguma confiança (2)
3. Pouca confiança (3)
4. Nenhuma confiança (4)
5. Não sei dizer (5)

Q45 E na das forças de segurança e proteção: PSP, GNR e Proteção Civil?

1. Muita confiança (1)
2. Alguma confiança (2)
3. Pouca confiança (3)
4. Nenhuma confiança (4)
5. Não sei dizer (5)

Q46 E na do pessoal médico, enfermagem e técnicos auxiliares de saúde do Serviço Nacional de Saúde ?

1. Muita confiança (1)
2. Alguma confiança (2)
3. Pouca confiança (3)
4. Nenhuma confiança (4)
5. Não sei dizer (5)

Q47 Vou-lhe falar agora de várias possíveis fontes de informação sobre o Coronavírus. Para cada uma delas, pedia-lhe que me dissesse até que ponto confia na informação que vem dessa fonte:

Q48 Na televisão, tem muita confiança, alguma confiança, pouca confiança ou nenhuma confiança?

1. Muita confiança (1)
2. Alguma confiança (2)
3. Pouca confiança (3)
4. Nenhuma confiança (4)
5. Não sei dizer (5)

Q49 E na imprensa escrita, jornais e revistas? oMuita confiança (1)

1. Muita confiança (1)
2. Alguma confiança (2)
3. Pouca confiança (3)
4. Nenhuma confiança (4)
5. Não sei dizer (5)

Q50 E nas redes sociais?

1. Muita confiança (1)
2. Alguma confiança (2)
3. Pouca confiança (3)
4. Nenhuma confiança (4)
5. Não sei dizer (5)

Q51 E nos seus amigos e família? (que não são profissionais de saúde)

1. Muita confiança (1)
2. Alguma confiança (2)
3. Pouca confiança (3)
4. Nenhuma confiança (4)
5. Não sei dizer (5)

Q52 Como descreve a maneira como os portugueses em geral estão a encarar o Coronavírus?

1. Não estão a levar os riscos suficientemente a sério (1)
2. Estão a reagir de forma apropriada (2)
3. Estão a levar os riscos demasiado a sério (3)
4. Não sei dizer (4)

CARACTERIZAÇÃO

Q53 Qual o seu **sexo**?

1. Masculino (1)
2. Feminino (2)
3. Prefiro não responder (3)

Q54 Qual é a sua **idade**? (utilize números para dar a sua resposta)

Q55 Qual o seu **estado civil**?

1. Solteiro/a (1)
2. União de facto (2)
3. Casado/a (3)
4. Divorciado/a (4)
5. Viúvo/a (5)

Q56 Qual a sua **nacionalidade**?

1. Portuguesa (1)
2. Dupla (Portuguesa e outra) (2)
3. Outra/s (3)

Q75 Pode especificar qual é a outra?

Q76 Pode especificar quais?

Q57 Em que **distrito** vive?

Q60 E em que **concelho**?

Q61 Qual o **grau de instrução mais elevado** que concluiu?

1. Universitário / Pós Graduação / Mestrado / Doutoramento (1)
2. Curso médio / Politécnico (2)
3. Frequência de curso superior/ Médio (3)
4. 12ª ano (7o ano liceal / 11o ano) (4)
5. 9ª ano (5o ano liceal) (5)
6. 6ª ano (2o ano liceal) (6)
7. Instrução primária completa (7)
8. Instrução primária incompleta / sem saber ler nem escrever (8)

Q67 Quais das seguintes situações corresponde à sua situação profissional? (antes da pandemia)

1. A fazer trabalho pago (e.g. por conta de outrem, conta própria) (1)
2. A estudar (2)
3. Desempregado(a) à procura de emprego (3)
4. Desempregado(a), à espera de emprego, mas não à procura de emprego (4)
5. Em situação de doença ou incapacidade/invalidez permanente (5)
6. Na reforma (6)
7. A fazer trabalho doméstico, a cuidar de crianças ou de outras pessoas (sem ser pago) (7)
8. Outra - qual? (8) _____

Q68 Em política, é costume falar-se de esquerda e direita. Onde é que se posicionaria a si próprio numa escala de 0 a 10, onde 0 significa a posição mais à esquerda e 10 significa a posição mais à direita?

0 (1) 1 (2) 2 (3) 3 (4) 4 (5) 5 (6) 6 (7) 7 (8) 8 (9) 9 (10) (11)

Q69 Sem contar com ocasiões especiais tais como casamentos e funerais, e pensando no tempo antes da pandemia, com que frequência é que participava em serviços religiosos?

1. Todos os dias (1)
2. Mais de uma vez por semana (2)
3. Uma vez por semana (3)
4. Pelo menos uma vez por mês (4)
5. Apenas em dias santos (5)
6. Menos vezes ainda (6)

7. Nunca (7)
8. Prefiro não dizer (8)

Q70 Como classifica as condições da casa onde vive, tendo em conta as características da habitação e o total de pessoas que aí mora?

1. Adequadas/Satisfatórias (1)
2. Razoáveis (2)
3. Deficientes (3)
4. Prefiro não dizer (4)

Q71 Para terminar, estaria disponível para responder novamente a este questionário dentro de algumas semanas?

1. Sim (1)
2. Não (2)

Q72 Para podermos associar as suas respostas de hoje com as suas respostas no futuro (sem nunca comprometer o seu anonimato), precisamos que crie um código para utilizar sempre que responder a este questionário.

Como construir esse código? Simples. O código é formado a partir dos 2 últimos dígitos do seu Cartão de Cidadão/Bilhete de Identidade e dos 2 últimos dígitos do ano em que nasceu.

amos um exemplo. Se o número do CC/BI for 12345678 e se tiver nascido em 1965, o código é: **7865**. Pedimos-lhe, agora, que crie o seu código. E que o insira aqui:

Baseado nos dados do inquérito online *Estudo ICS/Iscte – O impacto social da pandemia*, que decorreu entre 25 e 29 de Março de 2020, este livro reúne contributos de vários autores sobre a forma como os indivíduos e as famílias lidaram com a implementação das medidas de contenção da pandemia e com a imposição do confinamento domiciliário durante o primeiro estado de emergência em Portugal. Combinando dados quantitativos e qualitativos, este livro partiu dos resultados então obtidos, focando-os em dimensões da esfera privada. São as famílias, os seus quotidianos, alguns grupos etários ou franjas vulneráveis da população que constituem os protagonistas maiores destas *Vidas Confinadas*. A pandemia veio realçar as vulnerabilidades já instaladas no tecido social português, mas, também, desencadear outras existentes em estado latente, e que então surgiram à luz do dia sob novas formas.

iscte **FCT** Fundação
para a Ciência
e a Tecnologia

INSTITUTO UNIVERSITÁRIO DE LISBOA

UIDB/50013/2020
UIDP/50013/2020

ICS Imprensa
de Ciências
Sociais

www.ics.ul.pt/imprensa

