



**DESEMPREGO, QUALIDADE DE VIDA E STRESSE
UM ESTUDO NA REGIÃO DE LISBOA**

DISSERTAÇÃO DE MESTRADO EM COMUNICAÇÃO E SAÚDE

Por Maria da Luz Cachapa

UNIVERSIDADE ABERTA
Lisboa, Agosto 2007

Resumo

Este estudo teve por objectivo compreender se as características sociais, demográficas e específicas da situação de desemprego produzem alterações significativas na qualidade de vida dos indivíduos. Especificamente, procurou responder a dois objectivos específicos: I) Identificar as características sócio-demográficas (sexo, idade, nível de escolaridade, tipo de agregado familiar, religiosidade, existência de filhos, número de filhos, tipologia da habitação), que produzem alterações na qualidade de vida dos desempregados ao nível dos recursos emocionais, da satisfação com a vida e dos níveis de stresse; II) identificar se as características específicas da situação de desemprego, como o tipo de desemprego, duração do desemprego, duração da última actividade profissional, razões que levaram ao desemprego, modo de subsistência e alterações de vida decorrentes da situação de desemprego, produzem alterações na qualidade de vida dos desempregados ao nível dos recursos emocionais, da satisfação com a vida e dos níveis de stresse.

Para a concretização destes objectivos, aplicámos um inquérito por questionário a cem indivíduos desempregados e analisámos os resultados tendo por base um Modelo Biopsi-cossocial e Multifactorial de Saúde, que estuda as implicações de determinados acontecimentos significativos de vida de forma integrada, tendo em conta os factores ambientais, individuais/pessoais e processos transaccionais.

Os resultados obtidos, no nosso estudo, sugerem a relevância das características sociais e demográficas dos desempregados na qualidade de vida ao nível dos recursos emocionais, da satisfação com a vida e dos níveis de stresse, contudo apenas se revelaram estatisticamente significativos às variáveis “escolaridade”, “tipo de habitação”, “tipo de família/com quem vive” e “número de filhos”. Também algumas características específicas da situação de desemprego produzem alterações na qualidade de vida dos desempregados ao nível dos recursos emocionais, da satisfação com a vida e dos níveis de stresse, nomeadamente, a duração do desemprego, duração da última actividade profissional e tipo de desemprego.

Palavras Chave: Desemprego; Qualidade de Vida, Satisfação com a Vida, Stresse; Psicologia da Saúde.

Abstract

This study set out to establish whether the social, demographic and specific characteristics of unemployment bring about major alterations to the quality of life of individuals. To be precise, it sought to achieve two specific objectives: I) To identify the socio-demographic characteristics (sex, age, level of schooling, type of family unit, religiousness, existence of children, number of children, type of housing) which bring about alterations to the quality of life of the unemployed in terms of emotional resources, satisfaction with life and stress levels; II) To identify whether the specific characteristics of unemployment such as the type of unemployment, duration of unemployment, duration of last professional activity, the reasons behind unemployment, means of subsistence and alterations to life deriving from unemployment, produce alterations to the quality of life of the unemployed in terms of emotional resources, satisfaction with life and stress levels.

To achieve these objectives, we subjected one hundred unemployed people to a questionnaire and analysed the results in line with a Biopsychosocial and Multifactorial Health Model which studies the implications of given major events in life in integrated fashion, bearing in mind environmental and individual/personal factors and transactional processes.

The results obtained in our study would suggest the relevance of the social and demographic characteristics of the unemployed for their quality of life in terms of emotional resources, satisfaction with life and stress levels, though only the variables “schooling”, “type of housing”, “type of family/who do you live with” and “number of children” proved statistically significant. Furthermore, some specific characteristics of unemployment bring about alterations to the quality of life of the unemployed in terms of emotional resources, satisfaction with life and stress levels, to wit the duration of unemployment, the duration of the last professional activity and the type of unemployment.

Key Words: Unemployment; Quality of Life; Satisfaction with Life; Stress; Health Psychology.

Índice Geral

INTRODUÇÃO GERAL	1
PARTE I - ENQUADRAMENTO TEÓRICO	7
1 O PAPEL DO TRABALHO NA VIDA DO INDIVÍDUO	8
1.1 EVOLUÇÃO HISTÓRICA DO TRABALHO	9
1.2 O TRABALHO NA SOCIEDADE ACTUAL	12
1.3 A PRECARIIDADE LABORAL	16
1.3.1 A VISÃO SOBRE O FENÓMENO EM PORTUGAL	17
2 AS SOCIEDADES E OS VALORES NO TRABALHO	25
2.1 OS VALORES NA UNIÃO EUROPEIA	27
2.2 OS VALORES NA PENÍNSULA IBÉRICA	29
2.3 OS VALORES EM PORTUGAL	30
3 OS CONTORNOS DO DESEMPREGO	31
3.1 DA EMERGÊNCIA DA CATEGORIA DE DESEMPREGO À ACTUALIDADE	32
3.2 O PROCESSO DE DOWNSIZING	34
3.3 O DESEMPREGO ENQUANTO FACTOR DE RISCO SOCIAL	36
3.3.1 O DESEMPREGO NA UNIÃO EUROPEIA	39
3.3.2 O DESEMPREGO EM PORTUGAL	43
4 QUALIDADE DE VIDA, SATISFAÇÃO COM A VIDA E FELICIDADE	45
4.1 FACTORES QUE INFLUENCIAM A QUALIDADE DE VIDA, SATISFAÇÃO COM A VIDA E FELICIDADE	46
4.2 QUALIDADE DE VIDA E SAÚDE	47
4.3 MODELOS TEÓRICOS DA QUALIDADE DE VIDA	48
4.3.1 MODELO ECOLÓGICO DE SAÚDE	49
4.3.2 MODELO BIOPSIKOSSOCIAL E MULTIFACTORIAL	51
4.4 QUALIDADE DE VIDA E A SUA RELACÃO COM OS ACONTECIMENTOS SIGNIFICATIVOS DE VIDA	56
4.4.1 ACONTECIMENTOS SIGNIFICATIVOS DE VIDA E FACTORES GENÉTICOS	58

4.4.2	ACONTECIMENTOS SIGNIFICATIVOS DE VIDA, ESTRUTURA DE PERSONALIDADE E TRAÇOS DE PERSONALIDADE	58
4.4.3	ACONTECIMENTOS SIGNIFICATIVOS DE VIDA E PERTURBAÇÃO MENTAL	61
5	O STRESSE	63
5.1	DISTRESS E O EUSTRESS	65
5.2	CAMINHOS DO STRESSE	67
5.3	MODELOS DE STRESSE	71
5.3.1	MODELOS DE STRESSE BASEADOS NA RESPOSTA	71
5.3.2	MODELOS DE STRESSE BASEADOS NO ESTÍMULO	73
5.3.3	O STRESSE COMO TRANSACÇÃO	74
5.3.4	MODELO DOS ACONTECIMENTOS DE VIDA	77
5.3.5	MODELO DAS EXIGÊNCIAS DO TRABALHO-CONTROLO	79
5.4	VARIÁVEIS MODERADORAS QUE INFLUENCIAM A EXPERIÊNCIA DE STRESSE	81
5.4.1	CARACTERÍSTICAS PESSOAIS	81
5.4.2	CARACTERÍSTICAS SITUACIONAIS	84
5.5	RESPOSTA AO STRESSE	86
5.6	O PROCESSO DE DOWNSIZING E O STRESS	88
	PARTE II - INVESTIGAÇÃO EMPÍRICA	89
6	METODOLOGIA	90
6.1	OBJECTIVOS DA INVESTIGAÇÃO	90
6.1.1	OBJECTIVO GERAL DA INVESTIGAÇÃO	90
6.1.2	OBJECTIVOS ESPECÍFICOS DA INVESTIGAÇÃO	90
6.2	METODOLOGIA DE RECOLHA DE DADOS	91
6.2.1	A ESCALA DE SATISFAÇÃO COM A VIDA (ESCV)	92
6.2.2	ESCALA DE AVALIAÇÃO DO STRESSE	93
6.3	PRÉ-TESTE	94
6.4	ANÁLISE E TRATAMENTO DE DADOS	94
7	APRESENTAÇÃO DE RESULTADOS	95
7.1	CARACTERIZAÇÃO DA AMOSTRA	95
7.1.1	CARACTERIZAÇÃO SÓCIO-DEMOGRÁFICA	95

7.1.2	CARACTERIZAÇÃO DO DESEMPREGO: RECURSOS ECONÓMICOS E ACTIVIDADE PROFISSIONAL ANTEIOR	97
7.1.3	QUALIDADE DE VIDA: ALTERAÇÕES DE VIDA, RECURSOS EMOCIONAIS, SATISFAÇÃO E STRESSE	99
7.2	INFLUÊNCIA DE CARACTERÍSTICAS SOCIAIS E DO DESEMPREGO SOBRE A QUALIDADE DE VIDA	101
7.2.1	INFLUÊNCIA DE CARACTERÍSTICAS SOCIAIS E DEMOGRÁFICAS DOS DESEMPREGADOS NA QUALIDADE DE VIDA (RECURSOS EMOCIONAIS, SATISFAÇÃO COM A VIDA E STRESSE)	102
7.2.2	INFLUÊNCIA DE CARACTERÍSTICAS DA SITUAÇÃO DE DESEMPREGO NA QUALIDADE DE VIDA (RECURSOS EMOCIONAIS, SATISFAÇÃO COM A VIDA E STRESSE)	105
	DISCUSSÃO GERAL E CONCLUSÕES	110
	BIBLIOGRAFIA	119
	ANEXOS	130
	ANEXO 1 INSTRUMENTOS UTILIZADOS NO ESTUDO	131
	ANEXO 2 ENTREVISTA EXPLORATÓRIA.	139
	ANEXO 3 LEGISLAÇÃO SOBRE MERCADO DE TRABALHO	142

Índice de Quadros

QUADRO 1.	TAXAS DE DESEMPREGO NA UNIÃO EUROPEIA (%)	40
QUADRO 2.	QUADRO DE EVENTOS DE VIDA COM POTENCIAL STRESSANTE (HOLMES E RAHE, 1967)	77
QUADRO 3.	QUADRO DE POSSÍVEIS EFEITOS DO PROCESSO “DOWNSIZING”	88
QUADRO 4.	CARACTERIZAÇÃO SÓCIO-DEMOGRÁFICA DOS INQUIRIDOS	96
QUADRO 5.	RECURSOS ECONÓMICOS FACE À SITUAÇÃO DE DESEMPREGO	97
QUADRO 6.	CARACTERIZAÇÃO DA ÚLTIMA ACTIVIDADE PROFISSIONAL	98
QUADRO 7.	CARACTERIZAÇÃO DAS ACTIVIDADES PROFISSIONAIS ANTERIORES (ACTIVIDADES 1 E 2)	99
QUADRO 8.	ALTERAÇÕES DECORRENTES DA SITUAÇÃO DE DESEMPREGO	100
QUADRO 9.	RECURSOS EMOCIONAIS, SATISFAÇÃO E STRESSE	100
QUADRO 10.	EFEITO PRINCIPAL DA VARIÁVEL “ESCOLARIDADE”.	102
QUADRO 11.	EFEITO PRINCIPAL DA VARIÁVEL “TIPO DE HABITAÇÃO”	103
QUADRO 12.	EFEITO PRINCIPAL DA VARIÁVEL “TIPO DE FAMÍLIA/COM QUEM VIVE”	104
QUADRO 13.	EFEITO PRINCIPAL DA VARIÁVEL “NÚMERO DE FILHOS”	104
QUADRO 14.	EFEITO PRINCIPAL DA VARIÁVEL “DURAÇÃO DO DESEMPREGO”	106
QUADRO 15.	EFEITO PRINCIPAL DA VARIÁVEL “TEMPO DE DURAÇÃO DA ÚLTIMA ACTIVIDADE PROFISSIONAL”	107
QUADRO 16.	EFEITO PRINCIPAL DA VARIÁVEL ”TIPO DE DESEMPREGO”	107
QUADRO 17.	EFEITO PRINCIPAL DA VARIÁVEL “RAZÕES DO DESEMPREGO”	108
QUADRO 18.	EFEITO PRINCIPAL DA VARIÁVEL “MODO DE SUBSISTÊNCIA”.	108
QUADRO 19.	EFEITO PRINCIPAL DA VARIÁVEL “ALTERAÇÕES ECONÓMICAS FACE À SITUAÇÃO DE DESEMPREGO”	109
QUADRO 20.	EFEITO PRINCIPAL DA VARIÁVEL “ALTERAÇÕES SOCIAIS FACE À SITUAÇÃO DE DESEMPREGO”	120

Agradecimentos

Ao longo desta jornada tive o privilégio de contar com a preciosa colaboração de várias pessoas, a quem quero expressar os meus agradecimentos.

À minha orientadora, Dra. Natália Ramos, pela disponibilidade que manifestou deste o início deste percurso e pertinência das suas sugestões.

À Dra. Maria da Cruz Moreira dos Santos, pelo seu prestigioso contributo na realização da tese, e pela pessoa maravilhosa que é.

À Dra. Leonor Nobre, por ter tornado possível este percurso e por todo o apoio prestado.

À Ana Martins, pela amizade e carinho ao longo de todos os anos.

Aos meus colegas de trabalho, em especial à Carla.

Aos meus pais.

Às minhas irmãs, Irene e Fernanda.

Ao António, companheiro dos bons e maus momentos.

A todos, muito obrigada.

INTRODUÇÃO GERAL

Os processos de modernidade e globalização têm gerado enormes convulsões no mercado de trabalho. Desenvolveram-se grandes organizações, fortemente centralizadas e hierarquizadas, preparadas para a produção em larga escala, e geradoras de condições de trabalho rígidas e estandardizadas, negociadas colectivamente com o estado e os sindicatos, que parecem ter entrado em crise, pelo que, no último quarto do século XX, foram sendo progressivamente substituídas por novas formas de organização do trabalho, nas quais impera o paradigma da flexibilidade (Madureira, 2000, *cit. in* DGEEP, 2006).

A flexibilização pode ter vários significados, desde a maior autonomia dos trabalhadores ao recurso a mão-de-obra barata, condições de trabalho precárias e facilidade de despedimento para as entidades empregadoras (*cit. in* DGEEP, 2006). Também, aos tradicionais empregos, a tempo inteiro e contratos sem termo, sucedem cada vez em maior número trabalhos em horários atípicos e contratos individualizados de curta duração (Supiot, 2001).

Todavia, as transformações tecnológicas impõem novas formas de organização do trabalho, que parecem apontar para a diferenciação entre um núcleo forte de trabalhadores altamente qualificados e criativos, com altos níveis de rendimentos e de poder, e uma maioria de empregados anónimos e descartáveis, com trabalhos rotineiros, vínculos precários, rendimentos reduzidos e sem benefícios sociais, que se encontram em situações precárias.

Com o desenvolvimento da industrialização e da automatização, o desemprego adquiriu dimensões particularmente importantes, ocorrendo actualmente à escala mundial, com particular significado nas economias desenvolvidas. Em Janeiro de 2007, aproximadamente 17,5 milhões de indivíduos estavam no desemprego na União Europeia, de acordo com dados fornecidos pelo Eurostat¹.

¹ Orgão da Comissão Europeia incumbido de produzir dados estatísticos para a União Europeia e harmonizar os métodos estatísticos entre os estados-membros.

Nos países industrializados as bolsas de pobreza estão a aumentar, em consonância com os níveis de desigualdade social e de rendimento, e novas situações de exclusão estão a emergir. Segundo o *International Institute for Labour* (1997), o desemprego de longa duração gera exclusão, que está associada à situação de desemprego, à perda dos direitos relacionados com o trabalho e ao processo de ruptura dos laços sociais e desafiliação. O excluído, para Henri Bartoli (1992) “*não é só pobre do ponto de vista material, mas aquele que tem de viver com a incerteza do amanhã, com fracos meios de poder e de pressão e com o desprezo dos outros e de si próprio*” (cit. in Amaro, 2001, p:14). O pobre é aquele que se encontra numa situação de privação por falta de recursos (Costa, 2001).

A exclusão social, segundo Costa (2001), corresponde à ruptura na relação do indivíduo com a sociedade, sendo o desemprego um ponto relevante dessa ruptura, sobretudo se for prolongado; contudo, a exclusão social é caracterizada não só pela ruptura com o mercado de trabalho, mas por rupturas familiares e afectivas. De acordo com Xiberras (1996), as formas mais visíveis da exclusão residem na rejeição ou na incapacidade de participar no mercado de trabalho.

Assim, os problemas da exclusão e da pobreza parecem aumentar e ao lado do indivíduo desprovido de trabalho, surge o trabalhador sujeito a um salário tão baixo que não lhe permite fazer face às despesas básicas de uma família. Os indivíduos mais afectados pelos processos de precarização são os que vivem em situações de grande vulnerabilidade social, entre os quais se destacam os desempregados de longa duração, população trabalhadora com baixos rendimentos, jovens não qualificados, entre outros.

Benzeval *et al.* (1995) desenvolveu um estudo sobre as desigualdades sociais, em catorze países, no qual concluiu que as desigualdades e a pobreza têm múltiplas consequências na saúde dos indivíduos, ou seja, os indivíduos que vivem em situações precárias têm mais doenças, mais sofrimento psicológico, mais deficiências e uma menor longevidade do que aqueles que vivem sem problemas económicos (cit. in Ramos, 2006). Outros autores demonstram que existe uma influência negativa do desemprego no estado de saúde, destacando-se que quanto mais longo for o período de desemprego, mais aumenta o número de sintomas declarados e mais se acentua o consumo de medicamentos (analgésicos, soníferos, sedativos, laxantes).

Gracias por visitar este Libro Electrónico

Puedes leer la versión completa de este libro electrónico en diferentes formatos:

- HTML(Gratis / Disponible a todos los usuarios)
- PDF / TXT(Disponible a miembros V.I.P. Los miembros con una membresía básica pueden acceder hasta 5 libros electrónicos en formato PDF/TXT durante el mes.)
- Epub y Mobipocket (Exclusivos para miembros V.I.P.)

Para descargar este libro completo, tan solo seleccione el formato deseado, abajo:

