

## **Diários de uma pandemia - evolução da vida diária em Portugal durante e após o segundo confinamento: fevereiro a abril de 2021**

### **Sumário**

- A grande maioria dos participantes - perto de 90% - manteve a intenção de ser vacinada contra a COVID-19 ao longo das 10 semanas em estudo. A intenção de ser vacinado(a) foi sempre mais frequente nos inquiridos com mais idade, embora em nenhuma classe etária estivesse abaixo dos 85% no fim do período analisado. A vacina foi mais aceite pelas pessoas com maior rendimento (no mínimo 91%) e menos pelas pessoas com menor rendimento (no mínimo 83%);

- O trabalho fora de casa subiu 49% entre o início de fevereiro e o início de abril e foi sempre mais frequente nas regiões Centro e Norte, bem como entre os trabalhadores com menor rendimento. O teletrabalho foi sempre mais frequente na A.M. Lisboa e entre as pessoas com 60 ou mais anos, bem como entre aquelas com maior rendimento, embora tenha decrescido globalmente 20% entre fevereiro e abril;

- Entre fevereiro e abril, aumentou 82% (de 33% para 60%) a proporção de inquiridos que tiveram contacto com pessoas externas ao agregado familiar a uma distância menor que 2 metros durante mais de 15 minutos. Estes contactos foram menos frequentes nos inquiridos com mais idade, bem como nos residentes na A.M. Lisboa. A utilização de transportes coletivos aumentou entre 3,2% e 5,5% nessas 10 semanas, crescendo em particular entre os menores de 30 anos e mantendo-se sempre mais elevada entre as pessoas com menor rendimento;

- As visitas a casa de amigos, familiares ou colegas aumentaram 50% no período analisado, de 14% para 21%, sendo o aumento mais expressivo nos menores de 30 anos (77%) e menor nos indivíduos com 60 ou mais anos (36%). Estas visitas foram mais frequentes entre os residentes no Norte e no Centro. No entanto, foram os inquiridos com mais idade os mais visitados em casa;

- No início de fevereiro, 20% dos inquiridos referiram não ter contacto presencial diário com quaisquer outras pessoas, diminuindo a estimativa para metade até ao início de abril. Apesar de se ter verificado um aumento de contactos presenciais em todas as idades, foram as pessoas com 60 ou mais anos quem menos contactou com outras pessoas, chegando a haver em fevereiro 24% dos mais velhos a referir total ausência de contactos presenciais. Mais de 90% dos participantes conversaram pelo telefone ou pela internet com pessoas conhecidas ao longo das 10 semanas, embora os mais velhos e as pessoas com menor rendimento tenham tido menos contactos deste tipo, principalmente durante o mês de fevereiro;

- As saídas para passear ou fazer exercício foram evitadas principalmente no início de fevereiro e aumentaram 32% até abril, quando mais de um terço das pessoas referiu ter saído por esse motivo. Quem mais saiu para passear ou fazer exercício foram os mais velhos, os residentes na A.M. Lisboa e as pessoas com maior rendimento. As idas à praia ou a espaços verdes públicos aumentaram para mais do dobro (8% para 17%) e foram também mais frequentes na A.M. Lisboa;

- As deslocações aos cuidados de saúde por motivos não relacionados com a COVID-19 diminuíram 31% ao longo do mês de fevereiro (de 8,4% para 5,8%), aumentando depois 17% até abril. Foram mais frequentes no Norte e na A.M. Lisboa. As deslocações a farmácias seguiram uma tendência semelhante, embora tenham sido mais frequentes que outros cuidados de saúde, principalmente entre os mais velhos;

- As deslocações a supermercados foram referidas por mais de um terço dos inquiridos ao longo do período analisado, embora mais evitadas a meio de fevereiro. Os mais velhos foram sempre mais a estes estabelecimentos (41% em abril, comparado com 25% nos mais novos), bem como os residentes na A.M. Lisboa e as pessoas com menor rendimento. As deslocações a estabelecimentos comerciais considerados não essenciais foram geralmente pouco frequentes mas aumentaram quatro vezes entre fevereiro e abril (4% a 16%). Foram também mais referidas pelos mais velhos e pelos residentes na A.M. Lisboa. Ao longo destas 10 semanas, as compras online de bens que pudessem ser adquiridos presencialmente diminuíram para menos de metade.

## O estudo

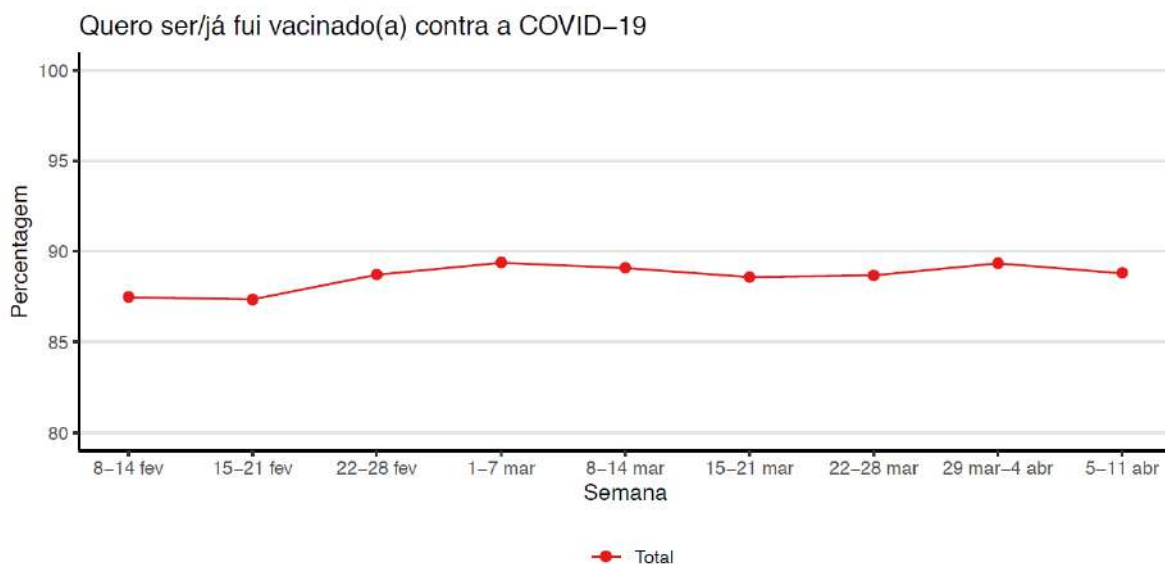
Os Diários de uma Pandemia (<https://diariosdeumapandemia.inesctec.pt/>), uma iniciativa do ISPUP e do INESC TEC com o apoio do PÚBLICO, recolhem a cada dia e através de questionários aplicados online, a experiência individual de um largo conjunto de cidadãos entre 16 e 89 anos, que se propuseram deixar relato da forma como vivem este tempo, e em particular nos informam como atuam em relação a um conjunto de situações que poderão influenciar o curso da epidemia em Portugal. Nesta análise foram incluídos os 3795 participantes que responderam aos questionários propostos entre 3 de fevereiro e 11 de abril de 2021, num total de mais de 170.000 questionários. Neste relatório analisamos os seguintes domínios: intenção de ser vacinado e novas vacinações, trabalho presencial e teletrabalho, contactos de proximidade física e transportes coletivos, socialização e lazer, utilização de serviços de saúde e utilização do comércio. Os resultados são apresentados do ponto de vista da evolução semanal ao longo das 10 semanas em estudo, tendo ainda em consideração a idade, a região de residência e a autoapreciação do rendimento do agregado familiar.

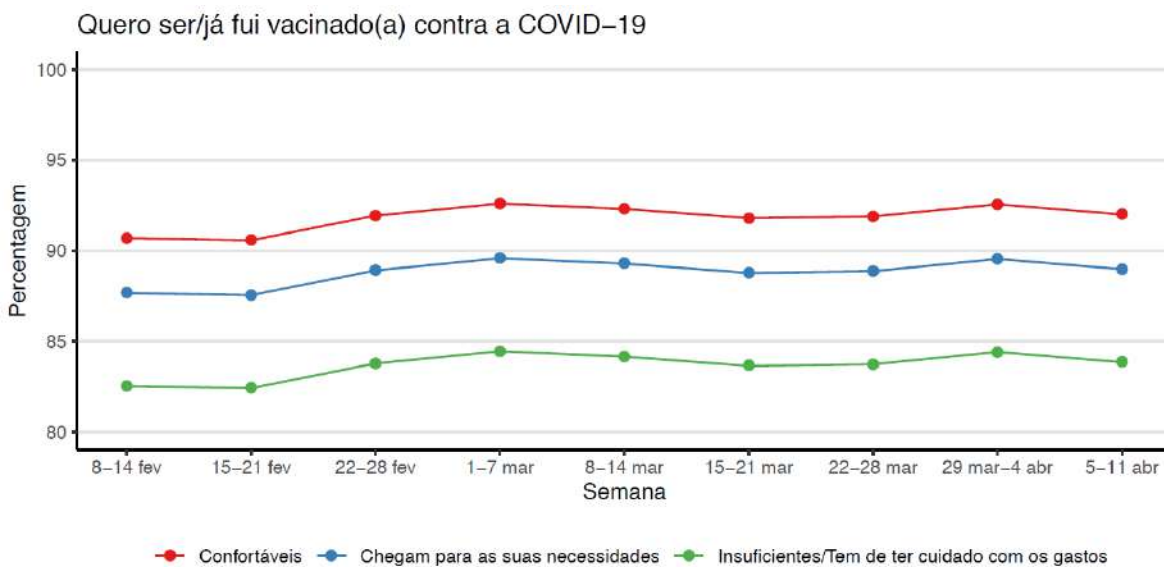
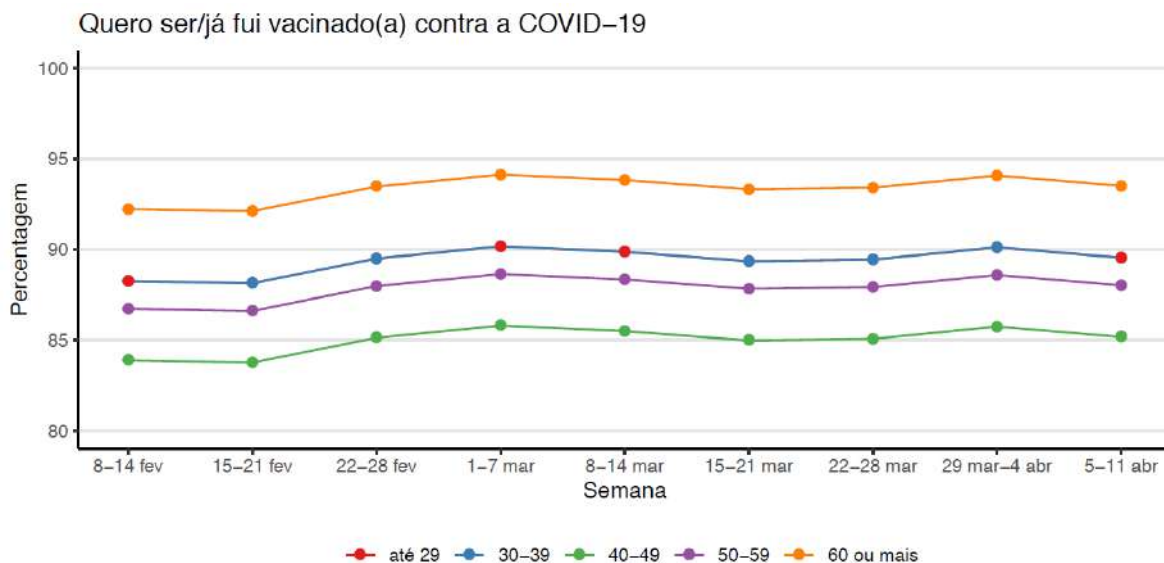
**Nota metodológica:** as estimativas apresentadas a cada semana foram obtidas através de modelos de efeitos mistos cuja variável dependente é a média dos valores de cada indicador nessa semana, modelada em função do tempo. O efeito fixo do tempo foi modelado através de funções polinomiais desde do 1º grau (linear) até ao 4º grau, quando adequado. São apresentados os valores previstos pelos modelos, nos quais se admitiram efeitos aleatórios intraindividuais (constante e declive) e se testaram efeitos de outras variáveis consideradas relevantes (idade, região de residência e rendimento), assim como as respetivas interações com o tempo.

## Resultados

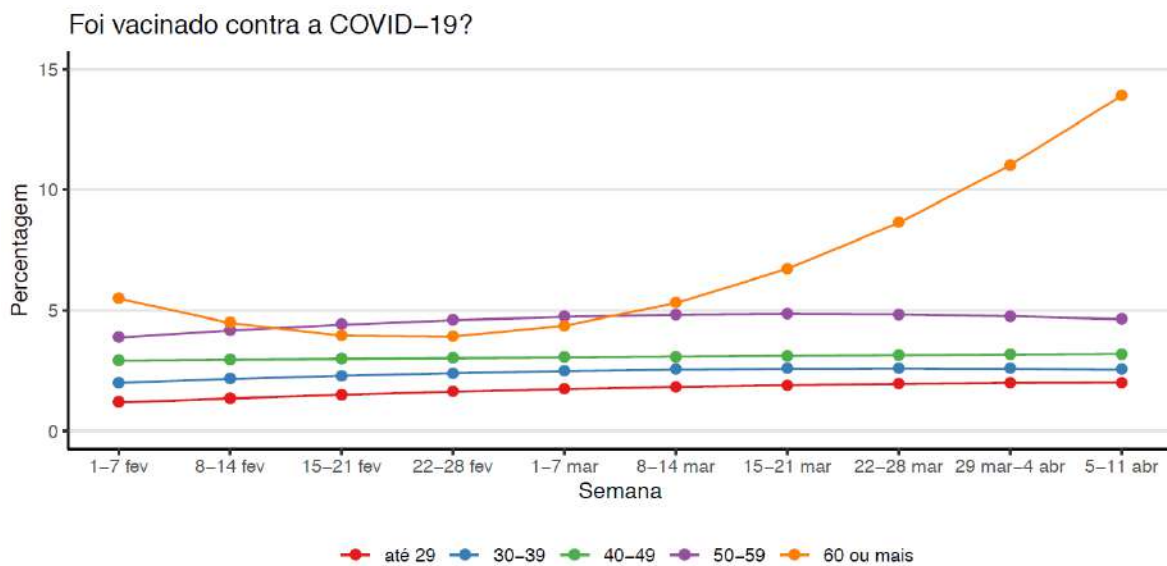
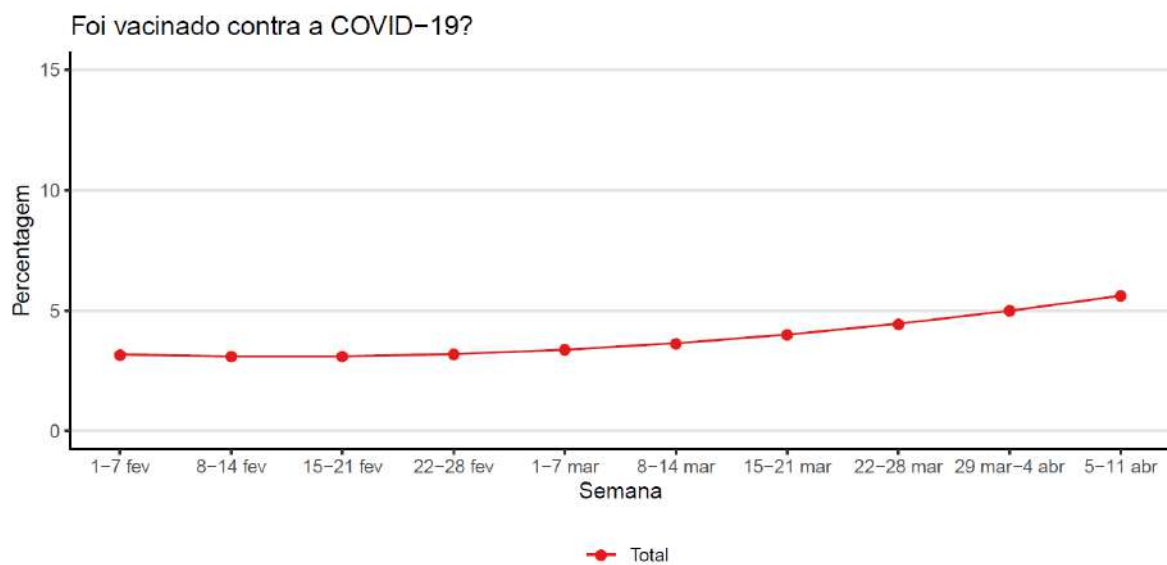
### a) Intenção de ser vacinado e novas vacinações

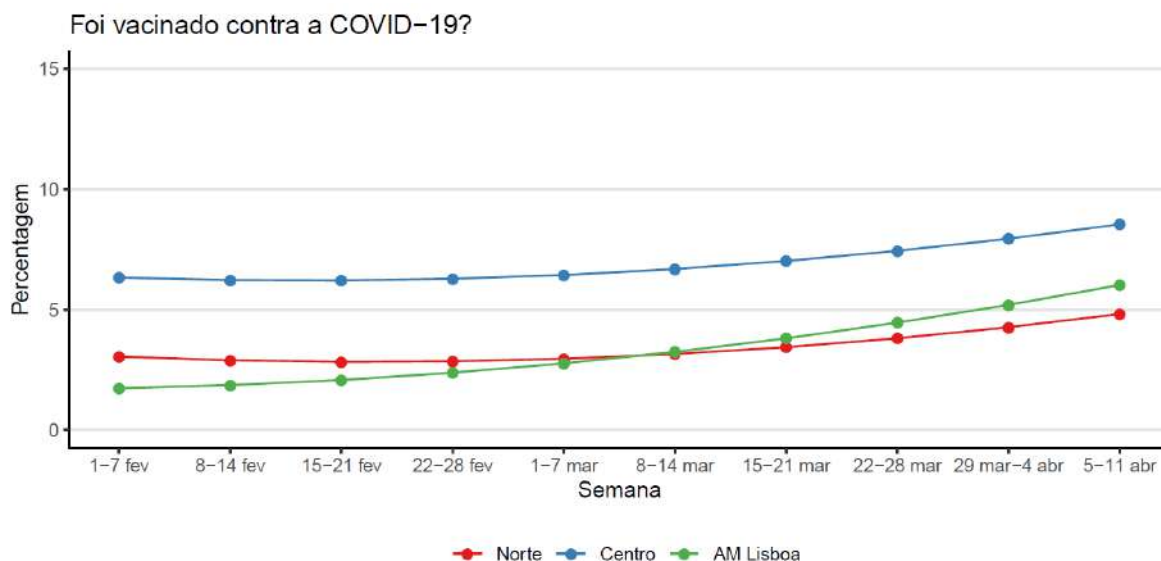
Na semana de 8 a 14 de fevereiro 87% dos participantes disseram querer ser vacinados ou já ter sido vacinados. Esta intenção manteve-se aproximadamente constante ao longo das semanas seguintes e era 89% no fim do período em análise (5 a 11 de abril). A intenção de ser vacinado foi sempre mais frequente entre os participantes com 60 ou mais anos, nos quais variou ao longo do tempo entre 92% e 95%, e menos nos indivíduos entre 40 e 49 anos, nos quais variou entre 84% e 85%. Os participantes com maior rendimento (autoapreciação de rendimento do agregado familiar “confortável”) mantiveram-se mais favoráveis à vacina - entre 91% e 93% queriam ser vacinados – enquanto essa intenção foi menos frequente entre as pessoas com menor rendimento (autoapreciação de rendimento “insuficiente/tenho que ter cuidado com os gastos”), nas quais variou entre 83% e 85% ao longo do período analisado. Não houve diferenças regionais notórias.





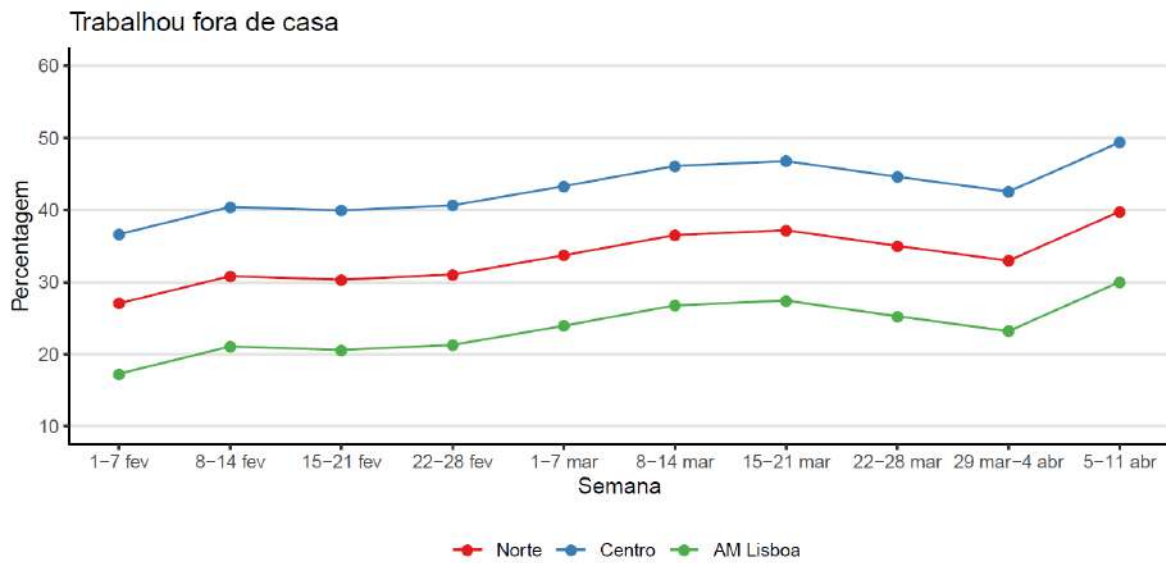
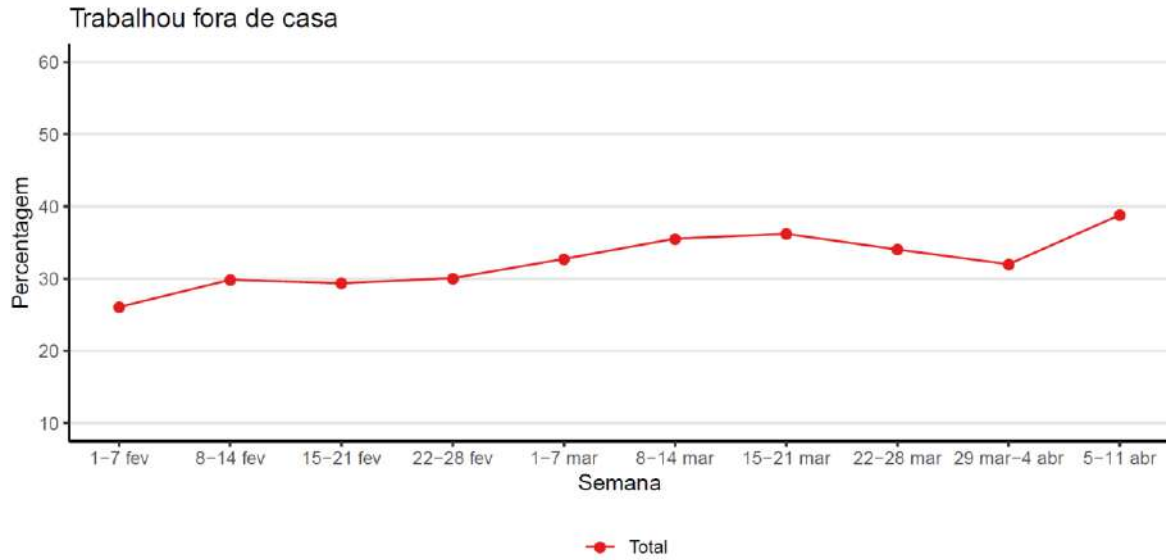
Ao longo do período analisado, a proporção de inquiridos que referiram ter sido vacinados a cada semana aumentou entre 3% e 6% - de notar que estas estimativas se referem a novas vacinações e não ao total de pessoas vacinadas na amostra. Nesse período, acelerou substancialmente a proporção dos maiores de 60 anos que referiram ter sido vacinados em cada semana, entre 5% no início de fevereiro e 14% de 5 a 11 de abril. As novas vacinações foram sempre mais frequentes nos mais velhos e a proporção de novos vacinados acelerou de forma semelhante em todas as idades abaixo dos 60 anos ao longo das 10 semanas em análise. Ao longo de todo o período, os inquiridos do Centro reportaram mais novas vacinações, o que é coerente com o relatório nacional de vacinação. Não houve diferenças na frequência de novas vacinas de acordo com o rendimento.

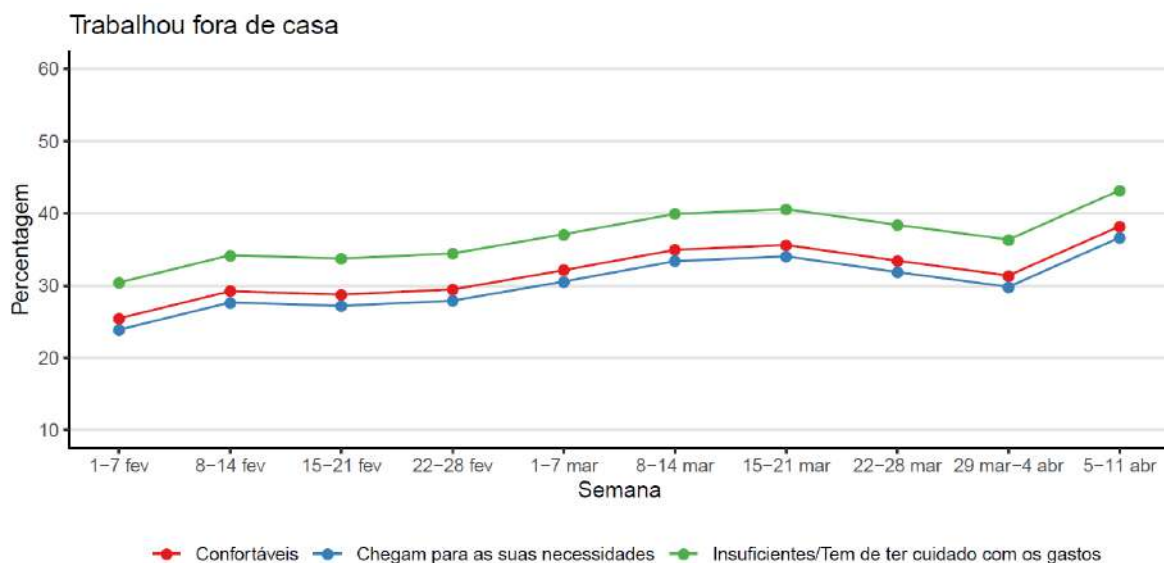




## b) Trabalho presencial e teletrabalho

Entre os 2598 participantes que estavam empregados, 26% tinham trabalhado fora de casa na semana de 1 a 7 de fevereiro, subindo até 36% de 8 a 21 de março e descendo até 32% entre 29 de março e 4 de abril (semana da Páscoa) para depois subir novamente até 39% na última semana em análise (5 a 11 de abril) – o aumento relativo em todo o período foi 49%. O trabalho fora de casa foi sempre mais frequente na região Centro (entre 37% e 49% ao longo deste período), seguida da região Norte (entre 27% e 40%), e menos frequente na A.M. Lisboa (entre 17% e 30%). O trabalho fora de casa foi sempre mais frequente entre as pessoas com menor rendimento, nas quais variou entre 30% e 43% ao longo deste período. Não houve diferenças relevantes entre grupos etários.

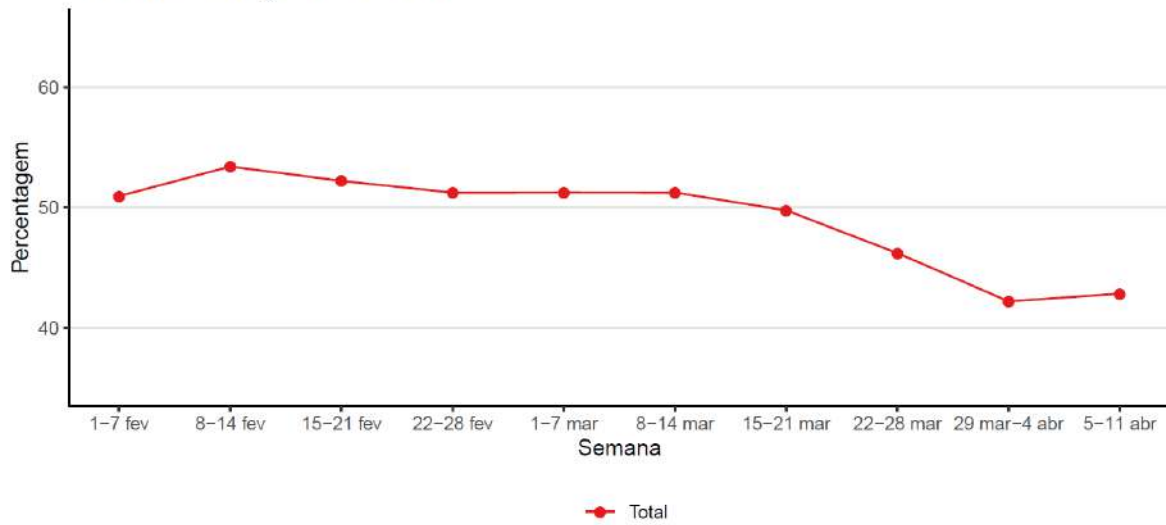




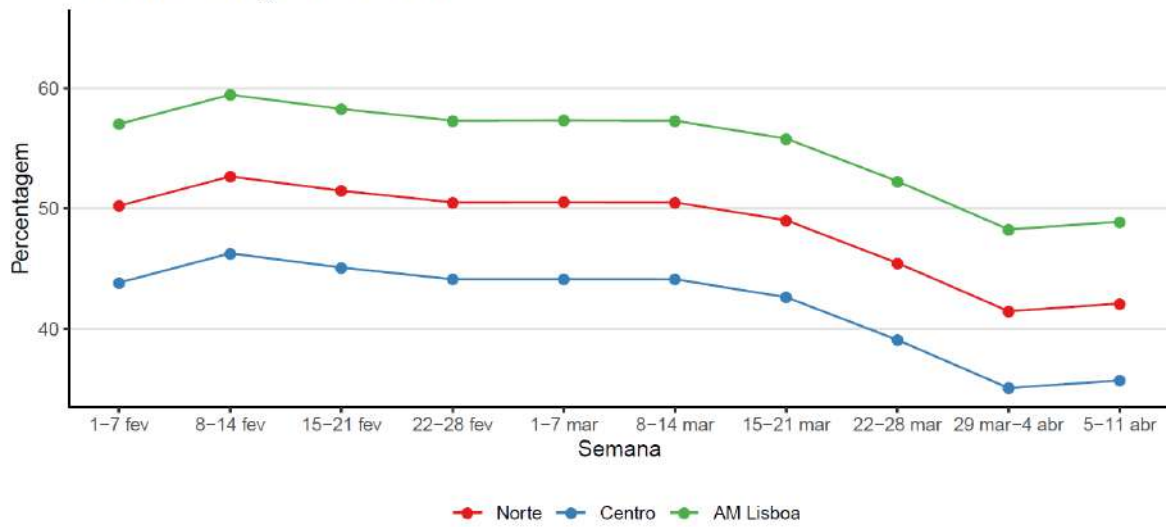
De um modo geral, o teletrabalho foi mais frequente na segunda semana de fevereiro (53% dos inquiridos), tendo decrescido para 42% entre 29 de março e 4 de abril (decréscimo relativo: 20%) e aumentado ligeiramente para 43% na semana de 5 a 11 de abril. De forma concordante com o trabalho presencial, o teletrabalho foi sempre menos frequente na região Centro (entre 46% no início de fevereiro e 35% no início de abril), intermédio na região Norte (entre 53% e 41%) e mais frequente na A.M. Lisboa (entre 59% e 49%). O teletrabalho foi sempre mais referido pelas pessoas com 60 ou mais anos (entre 59% na 2ª semana de fevereiro e 48% no início de abril) e menos pelas pessoas com menos de 40 anos (entre 50% no início de fevereiro e 39% entre 5 e 11 de abril). Ao longo de todo o período, as pessoas com maior rendimento estiveram sempre mais em teletrabalho (no mínimo 45% e no máximo 56%) quando comparadas com as que tinham rendimento intermédio ou menor (no mínimo 38% e no máximo 49%).



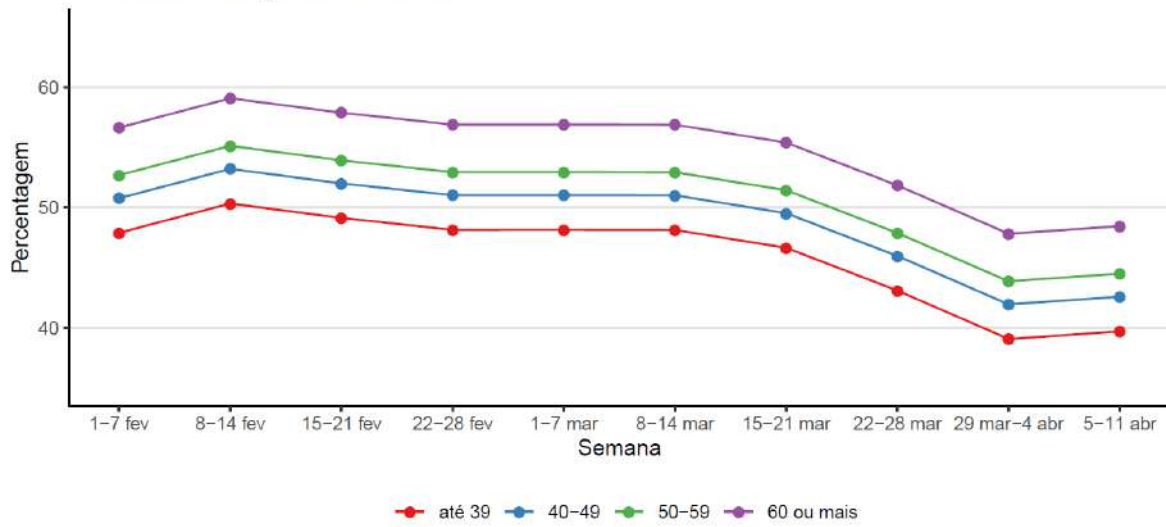
Trabalhou em regime de teletrabalho



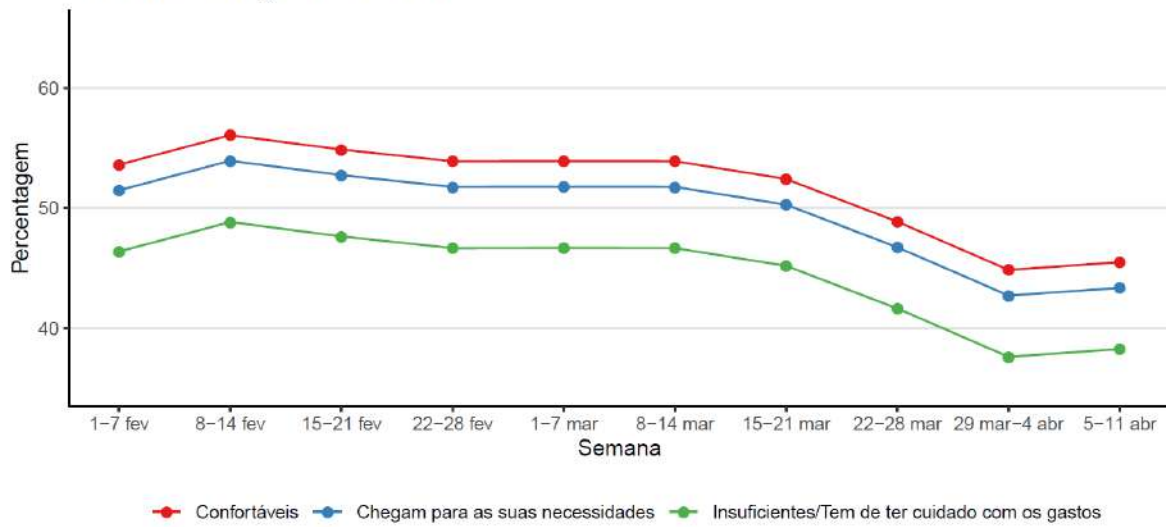
Trabalhou em regime de teletrabalho



Trabalhou em regime de teletrabalho



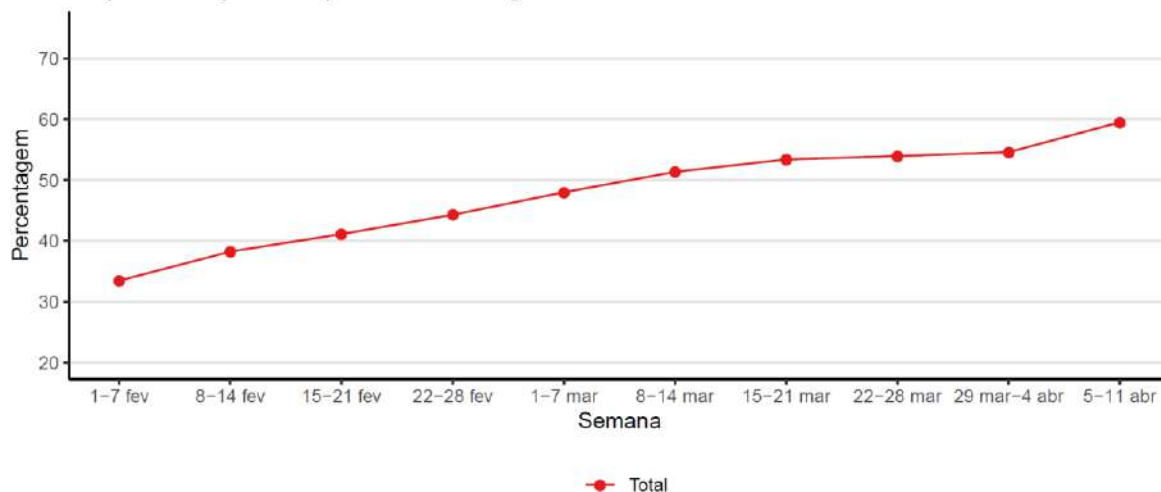
Trabalhou em regime de teletrabalho



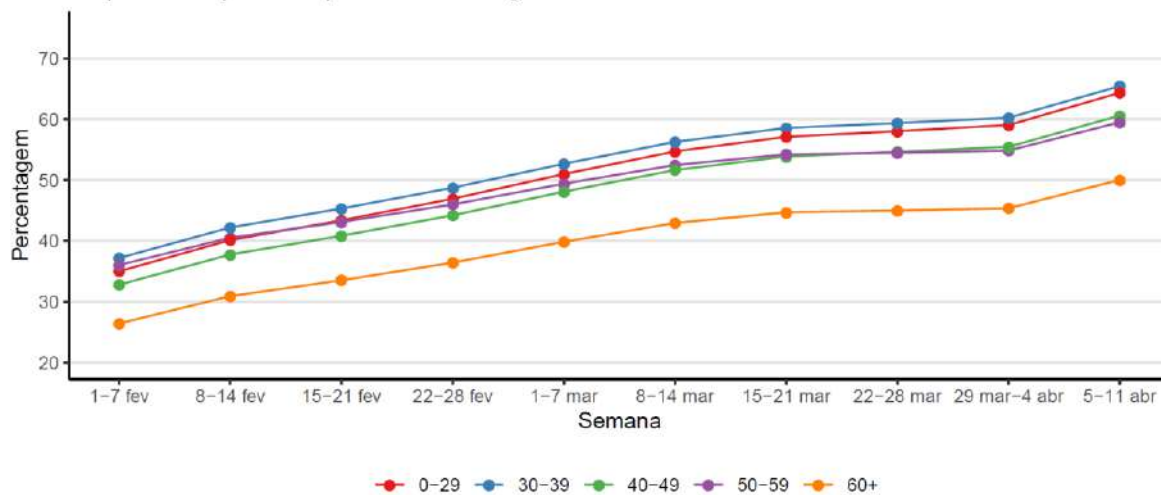
### c) Contactos de proximidade física e transportes coletivos

Ao longo de todo o período analisado, houve um aumento claro no número de inquiridos que estiveram mais de 15 minutos a uma distância inferior a 2 metros de pessoas não pertencentes ao agregado familiar, incluindo contactos profissionais e/ou com utilização de máscara, entre 33% e 60%. Estes contactos aumentaram ao longo do tempo em todas as idades, mas mantiveram-se mais frequentes dos 30 aos 39 anos (entre 37% e 65%) e mais raros a partir dos 60 anos (entre 26% e 50%). Todas as regiões analisadas verificaram também um aumento nestes contactos, embora se tenham mantido menos frequentes na A.M. Lisboa (entre 28% e 55%) e mais frequentes, de forma semelhante, nas regiões Centro e Norte. Não houve diferenças claras nestes contactos por grupos de rendimento.

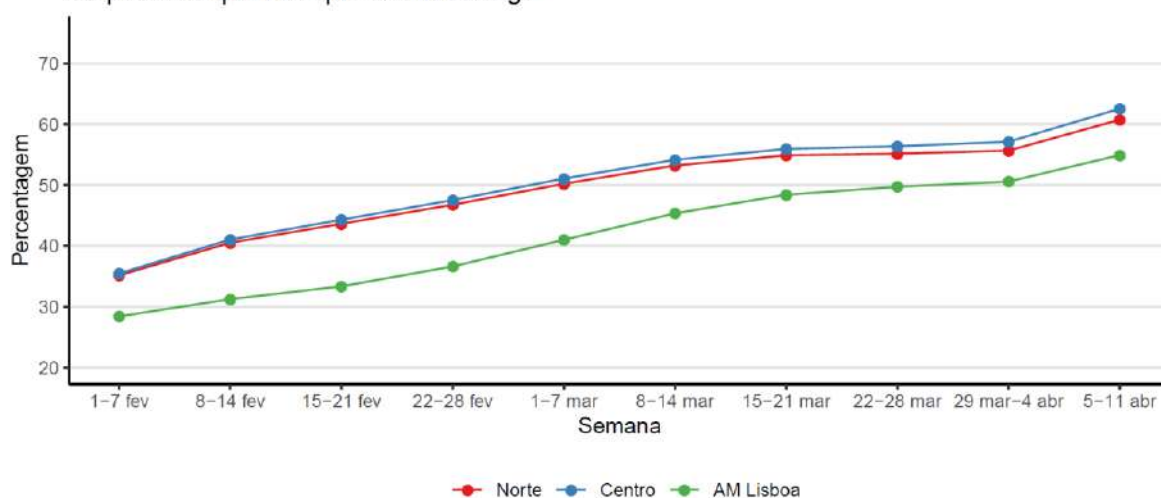
Esteve mais de 15 minutos a uma distância menor que 2 metros de pessoas que não que vivem consigo



Esteve mais de 15 minutos a uma distância menor que 2 metros de pessoas que não que vivem consigo

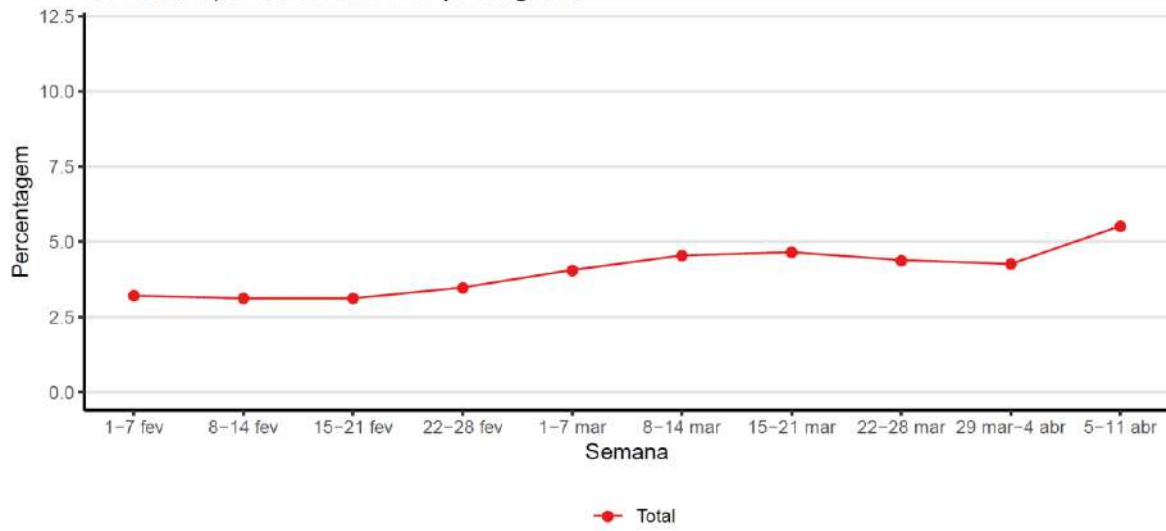


Esteve mais de 15 minutos a uma distância menor que 2 metros de pessoas que não vivem consigo

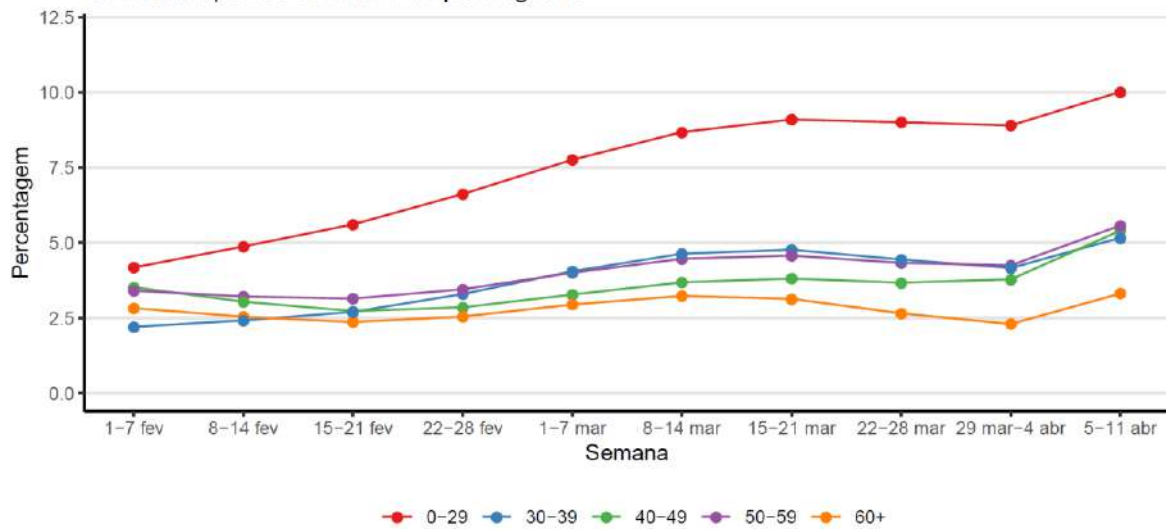


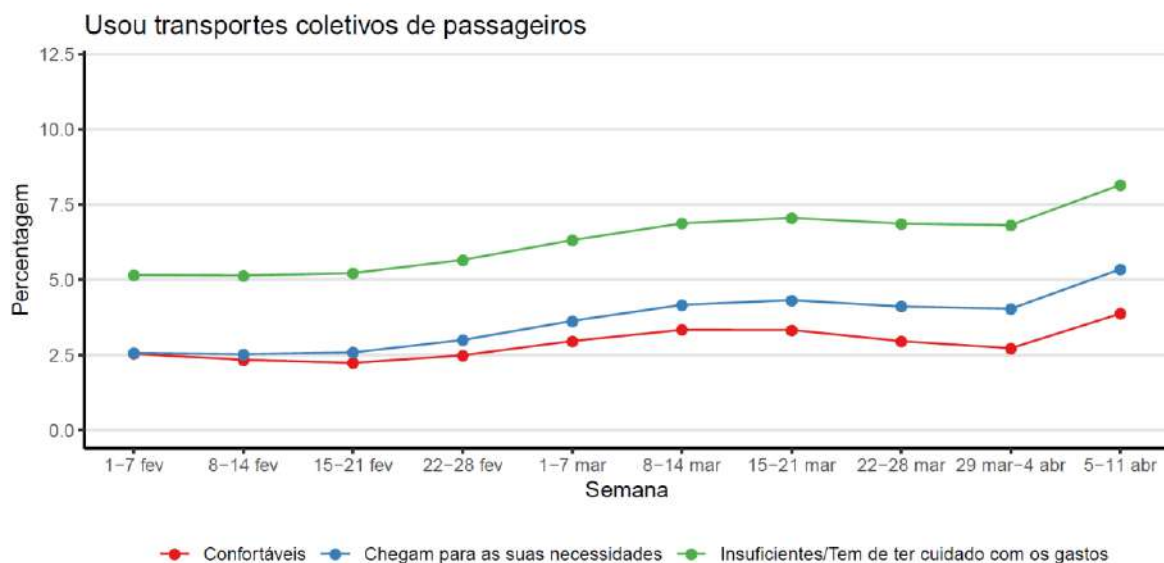
Já a utilização de transportes coletivos de passageiros foi globalmente pouco frequente nesta amostra, entre 3,2% no início de fevereiro e 5,5% de 5 a 11 de abril, tendo sido mais comum pelos indivíduos com menos de 30 anos, entre os quais aumentou entre 4,2% e 10,0% ao longo das 10 semanas analisadas. Nas pessoas com 60 ou mais anos esta proporção manteve-se em 3% ao longo do mesmo período. A utilização de transportes coletivos foi mais referida pelos inquiridos com menor rendimento durante todo o período, entre 5% e 8%, sendo sempre o dobro da referida pelas pessoas com maior rendimento. Não houve diferenças claras entre regiões.

Usou transportes coletivos de passageiros



Usou transportes coletivos de passageiros

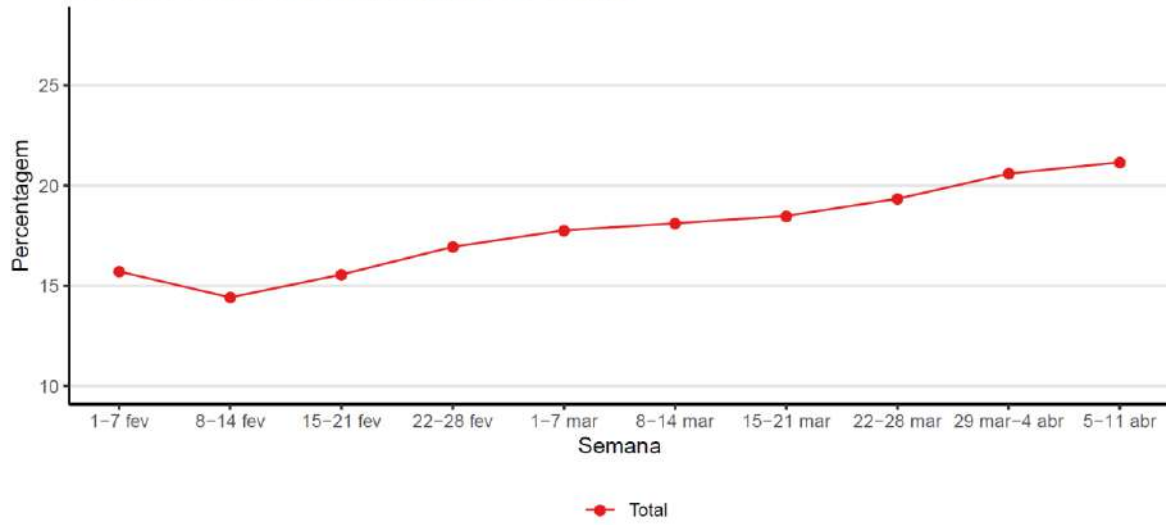




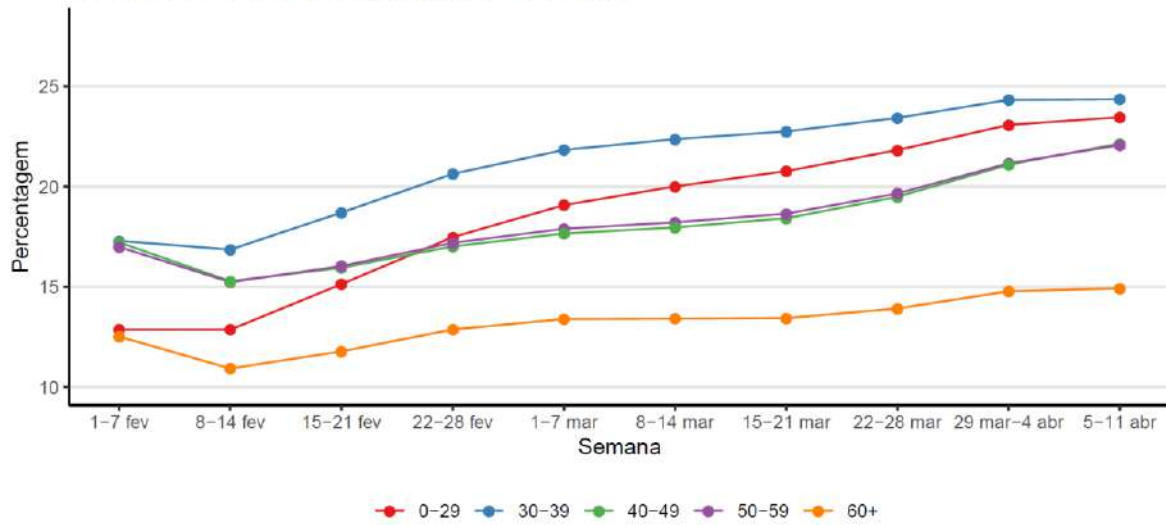
#### d) Socialização e lazer

Verificou-se um aumento gradual na proporção de pessoas que referiram ter visitado a casa de amigos, familiares ou colegas, de um mínimo de 14% entre 8 e 14 de fevereiro a 21% entre 5 e 11 de abril (aumento relativo: 50%). Os inquiridos com idade entre 30 e 39 anos foram os que mais fizeram estas visitas (de 17% até 14 de fevereiro a 24% entre 5 e 11 de abril). As pessoas com 60 ou mais anos foram as que menos relataram estas deslocações ao longo de todo o período, de 11% entre 8 e 14 de fevereiro a 15% entre 5 e 11 de abril (aumento relativo: 36%). Entre os inquiridos com idade inferior a 30 anos o aumento foi particularmente expressivo, de 13% a 23% entre a primeira e a última semana analisada (aumento relativo: 77%). As visitas a familiares, amigos ou colegas foram mais relatadas pelos residentes nas regiões Norte e Centro (de um mínimo de 15-16% entre 8 e 14 de fevereiro ao máximo de 22-23% entre 5 e 11 de abril) e menos pelos residentes na A.M. Lisboa (11% a 17% no mesmo período). Não houve diferenças claras por grupos de rendimento.

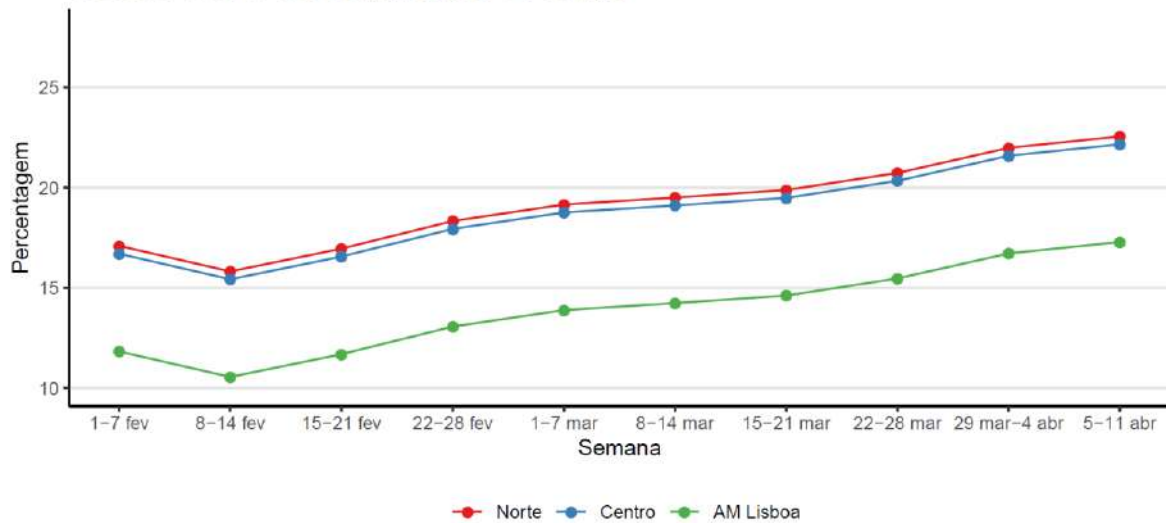
Visitou a casa de um amigo, familiar ou colega



Visitou a casa de um amigo, familiar ou colega

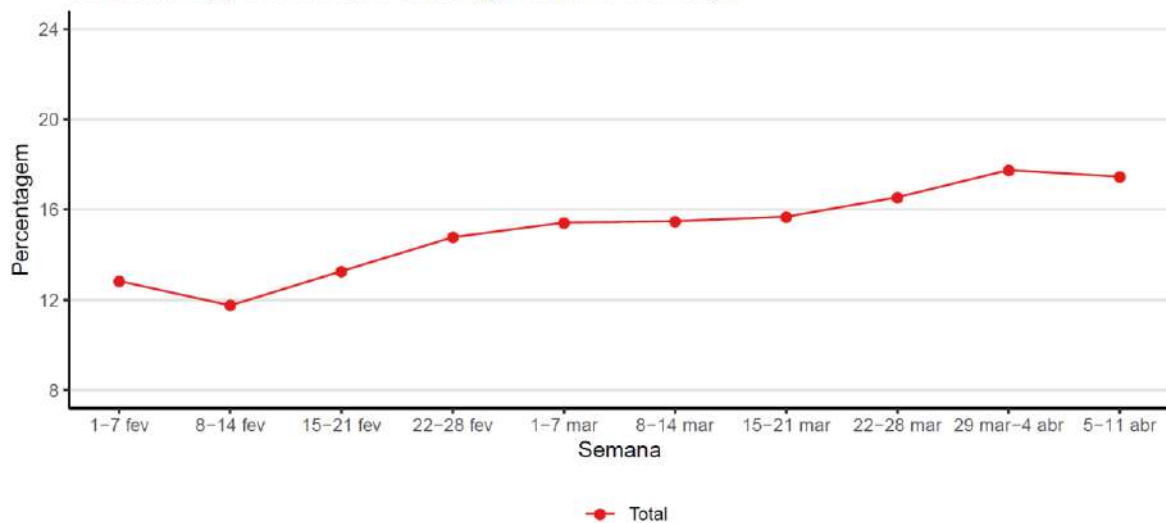


Visitou a casa de um amigo, familiar ou colega

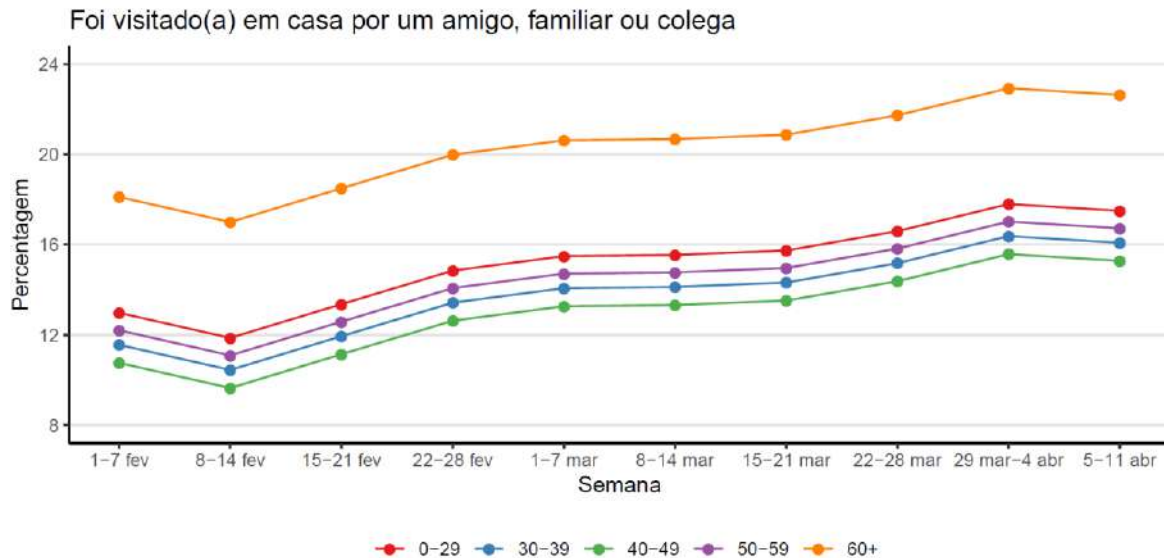


Houve também um aumento na proporção de pessoas que referiram ter sido visitadas em casa por amigos, familiares ou colegas, entre 12% na semana de 8 a 14 de fevereiro e 18% entre 29 de março e 4 de abril. Os inquiridos mais visitados foram aqueles com 60 ou mais anos (entre 17% de 8 a 14 de fevereiro e 23% no início de abril) e os menos visitados foram aqueles com idades entre 40 e 49 anos (entre 10% de 8 a 14 de fevereiro e 16% no início de abril). Não houve diferenças claras entre regiões ou grupos de rendimento.

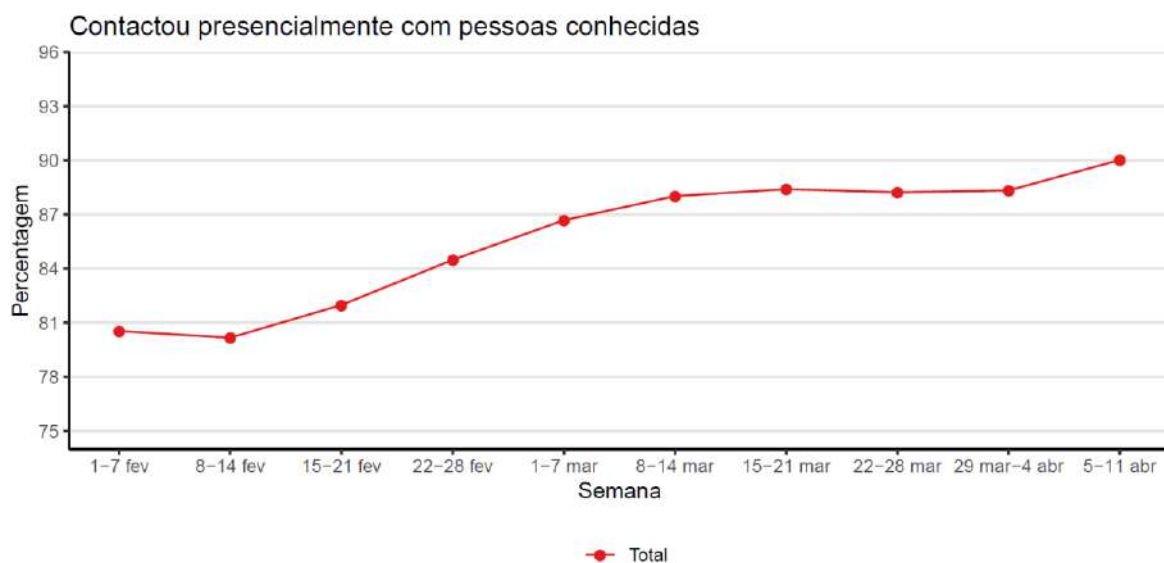
Foi visitado(a) em casa por um amigo, familiar ou colega

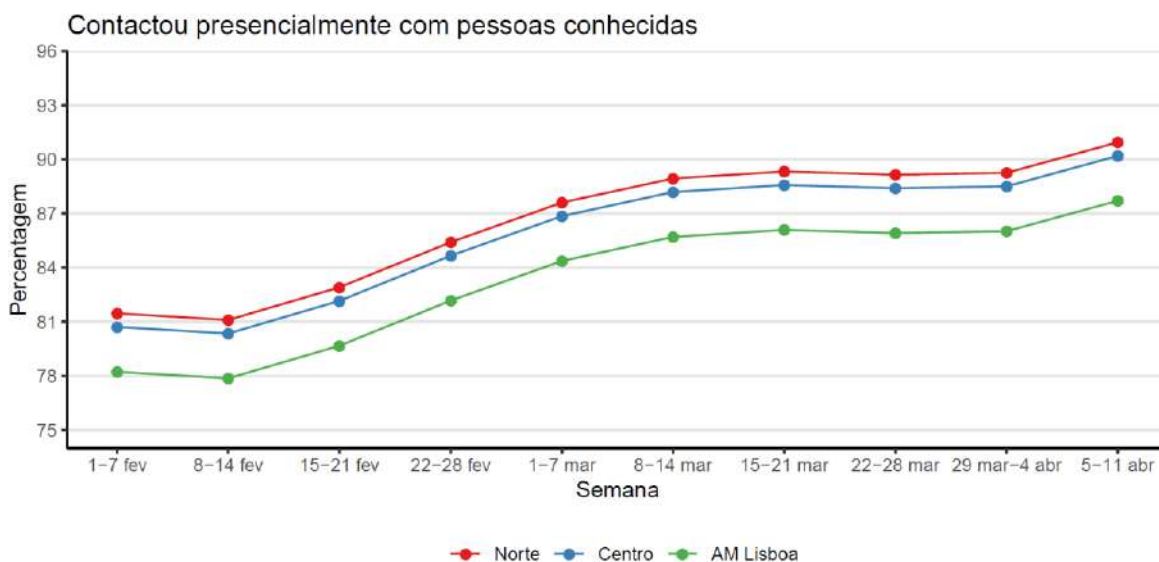
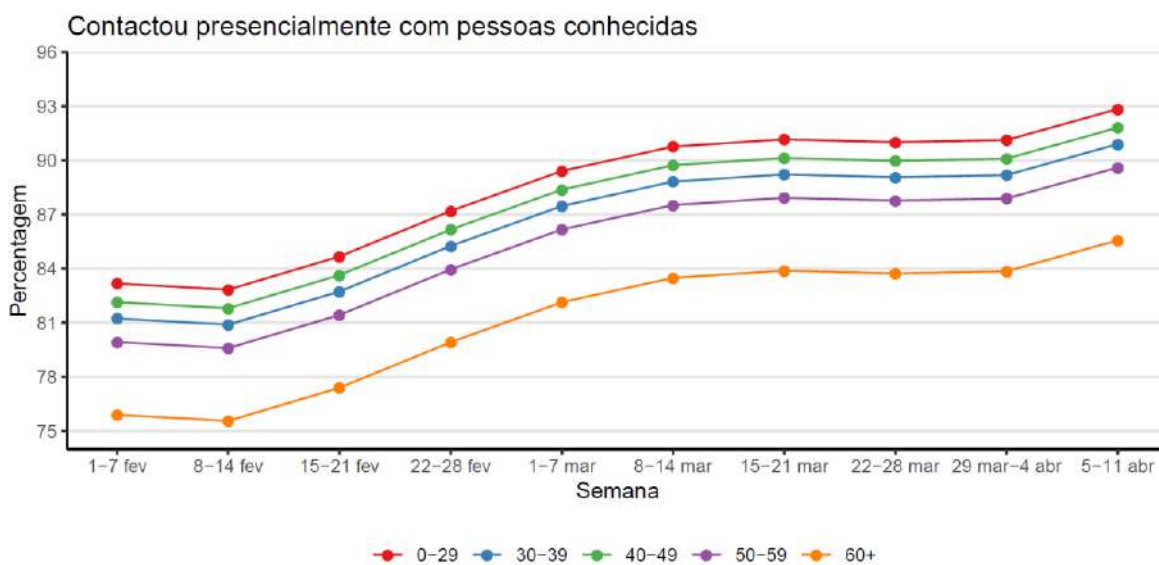






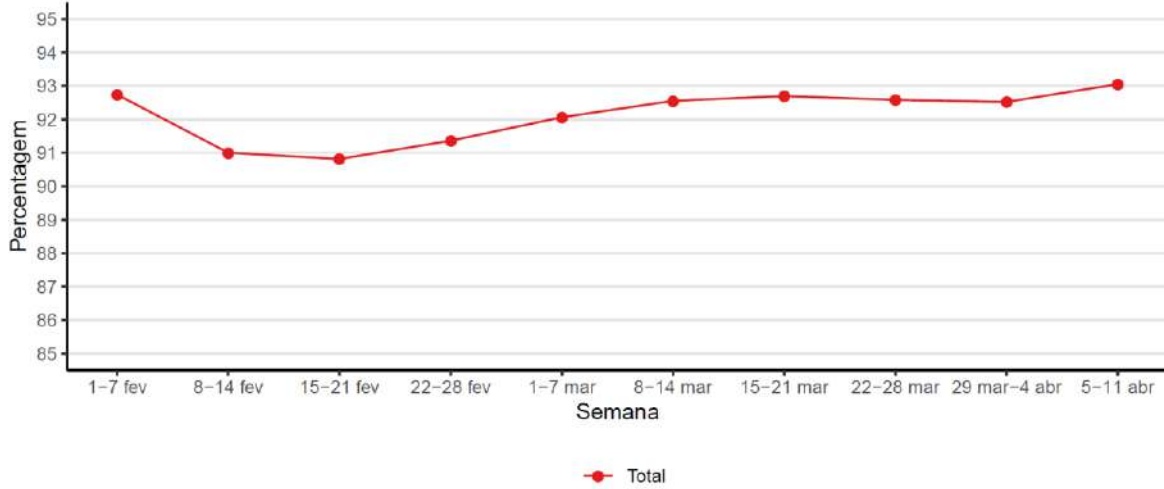
Entre 8 e 14 de fevereiro, 20% das pessoas referiram não ter contacto presencial com quaisquer outras pessoas, independentemente da proximidade física ou relacional. Esta estimativa diminuiu para metade entre 5 e 11 de abril. Os inquiridos com 60 ou mais anos tiveram menos contacto presencial com outras pessoas (entre 24% sem contactos no início de fevereiro e 14% no início de abril) ao contrário dos inquiridos com idade inferior a 30 anos (entre 17% sem contactos no início de fevereiro e 7% no início de abril). A ausência de contacto com outras pessoas foi mais frequente entre os residentes na A.M. Lisboa (entre 22% no início de fevereiro e 12% no início de abril) e menos na região Norte (entre 19% no início de fevereiro e 9% no início de abril). Não houve diferenças relacionadas com o rendimento.



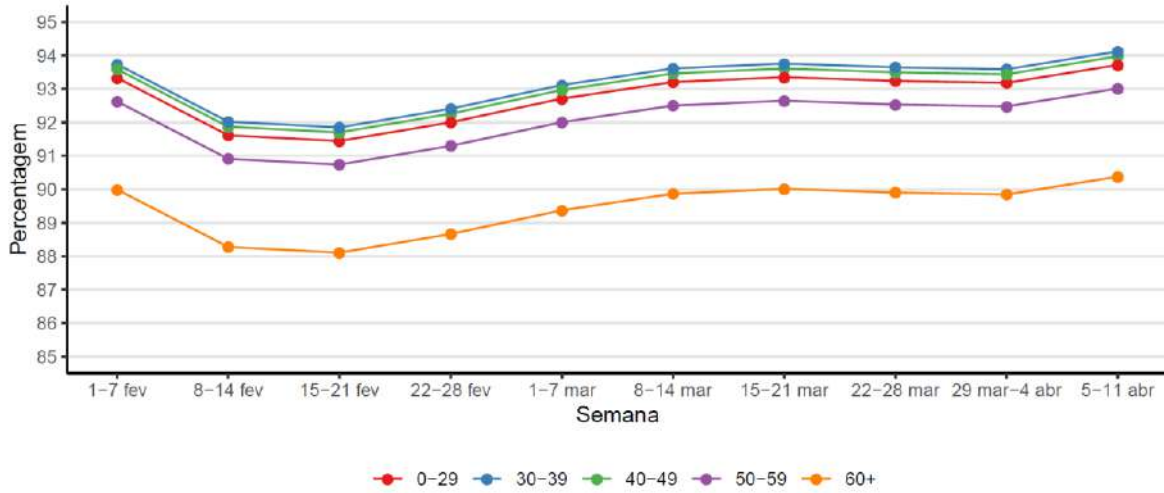


Os contactos pelo telefone ou pela internet com pessoas externas ao agregado familiar foram referidos pela larga maioria dos participantes, variando entre um mínimo de 91% a meio de fevereiro e 93% entre 5 e 11 de abril. No entanto, foram sempre menos frequentes entre as pessoas com 60 ou mais anos, onde variaram entre 88% e 90% no mesmo período. Estes contactos foram também ligeiramente menos referidos pelas pessoas com menor rendimento, não havendo diferenças claras entre as regiões analisadas.

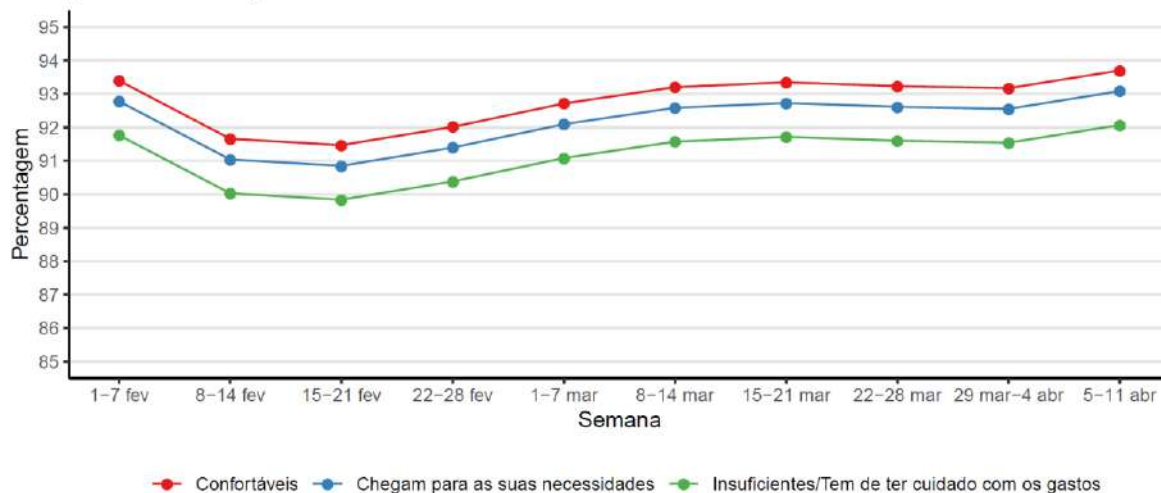
Conversou com pessoas que não vivem consigo por telefone ou pela internet



Conversou com pessoas que não vivem consigo por telefone ou pela internet

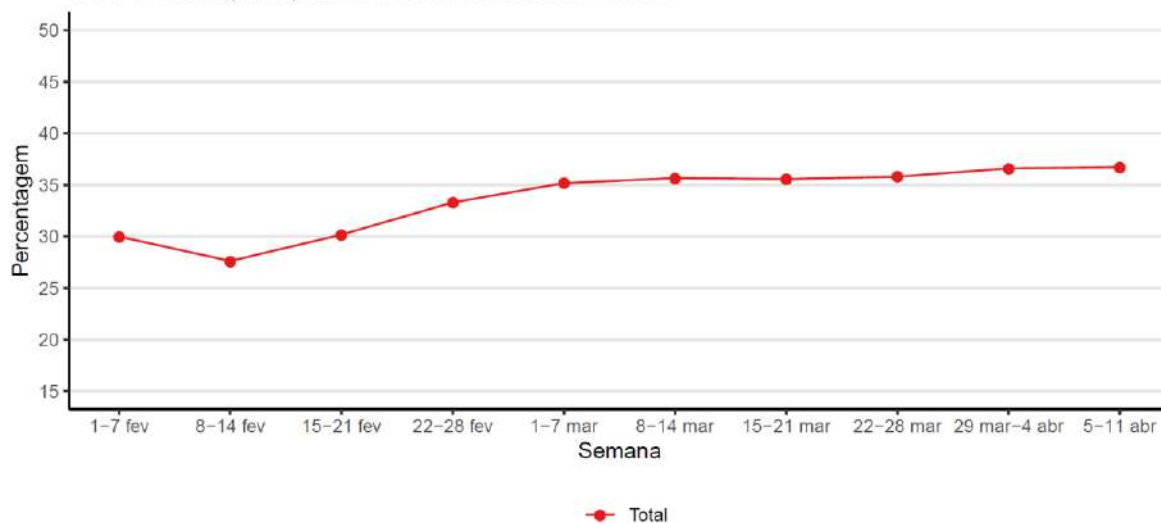


### Conversou com pessoas que não vivem consigo por telefone ou pela internet

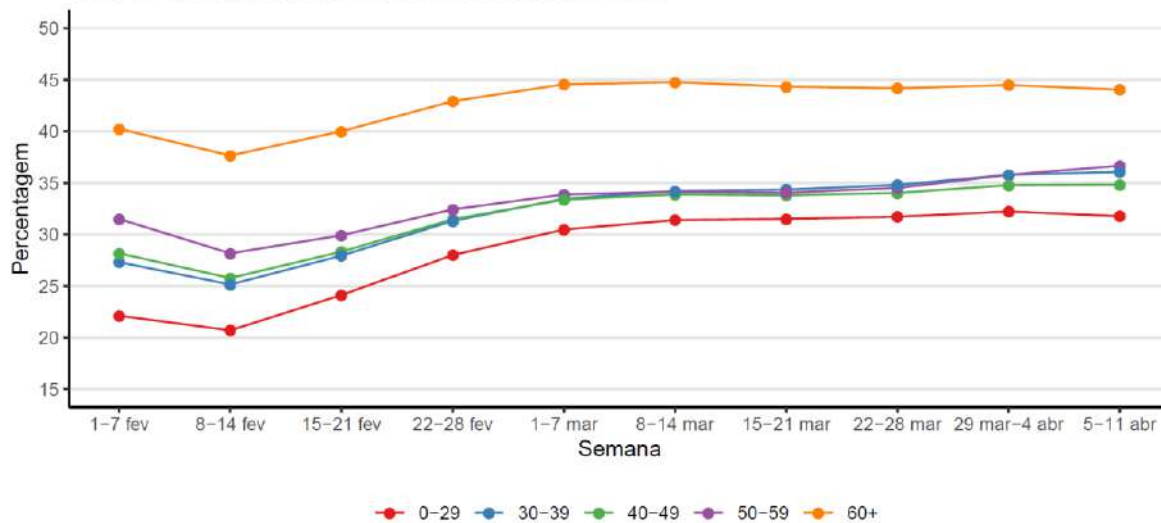


A proporção de pessoas que saíram de casa para passear ou fazer exercício físico foi menor na semana de 8 a 14 de fevereiro (28%) e aumentou até 37% na semana de 5 a 11 de abril (aumento relativo: 32%). Quem mais saiu de casa para passear ou fazer exercício foram as pessoas com 60 ou mais anos (entre 38% de 8 a 14 de fevereiro e 45% um mês depois) e quem menos saiu com este propósito foram os menores de 30 anos (entre 21% de 8 a 14 de fevereiro e 32% no início de abril). Estas saídas foram mais frequentes na A.M. Lisboa e menos no Centro (31% vs. 25% entre 8 e 14 de fevereiro e 40% vs. 34% entre 5 e 11 de abril). Foram também mais referidas pelas pessoas com maior rendimento quando comparadas com as de menor rendimento (31% vs. 24% entre 8 e 14 de fevereiro e 40% vs. 33% entre 5 e 11 de abril).

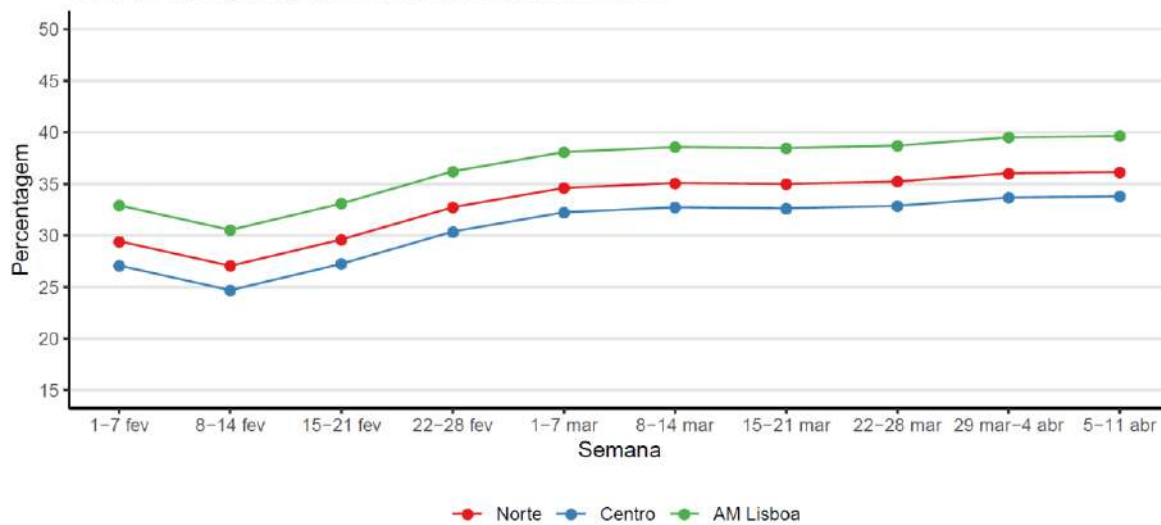
### Saiu de casa para passear ou fazer exercício físico

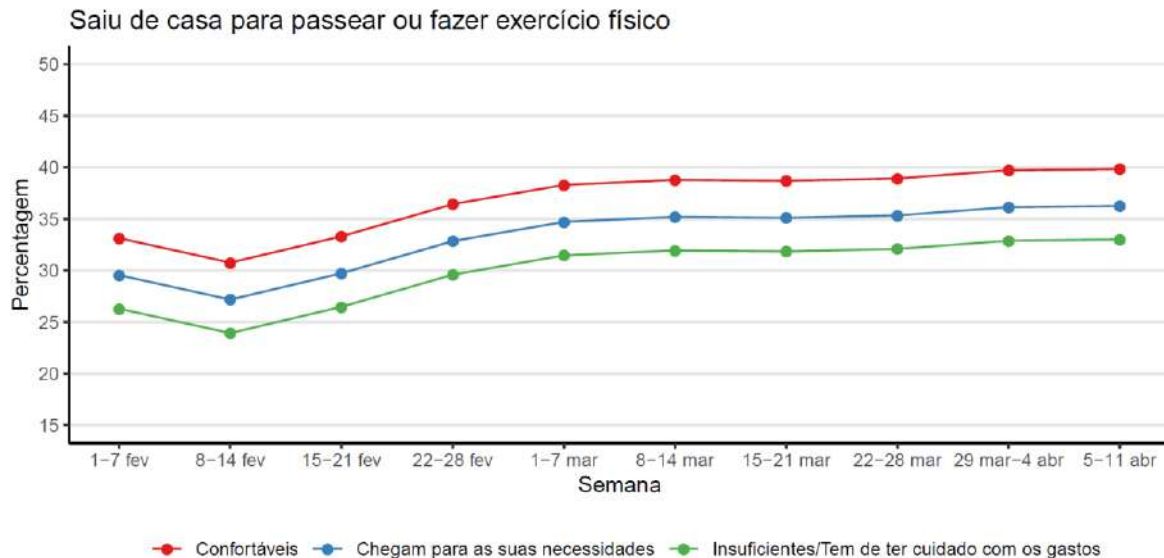


Saiu de casa para passear ou fazer exercício físico

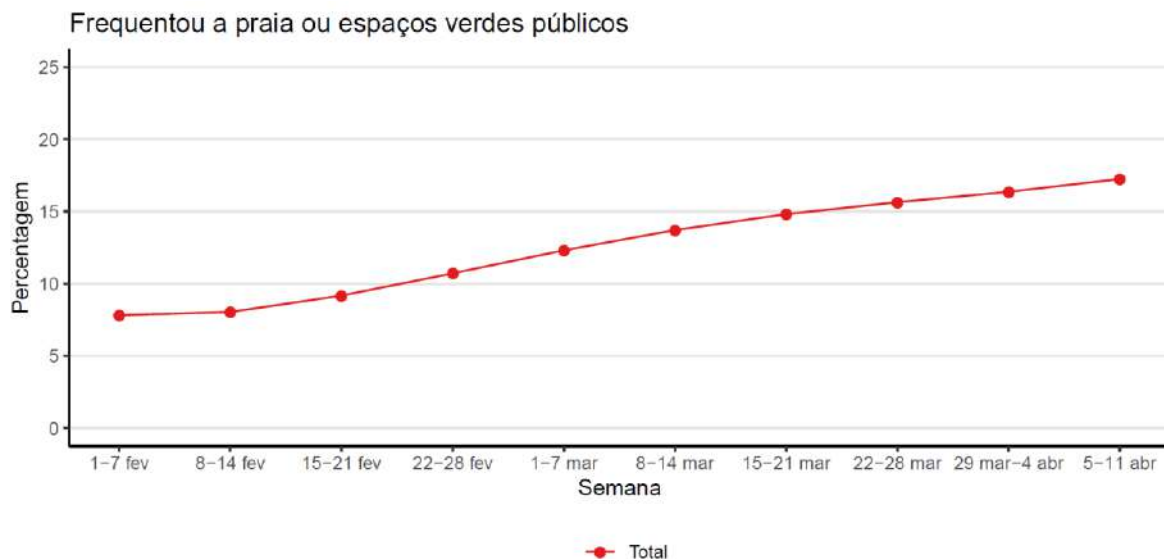


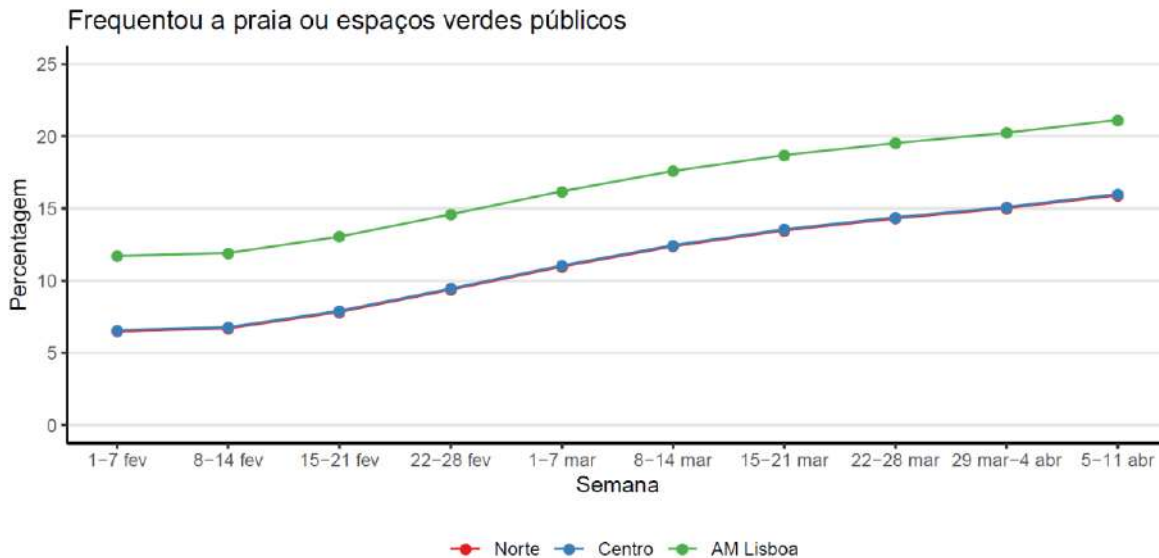
Saiu de casa para passear ou fazer exercício físico





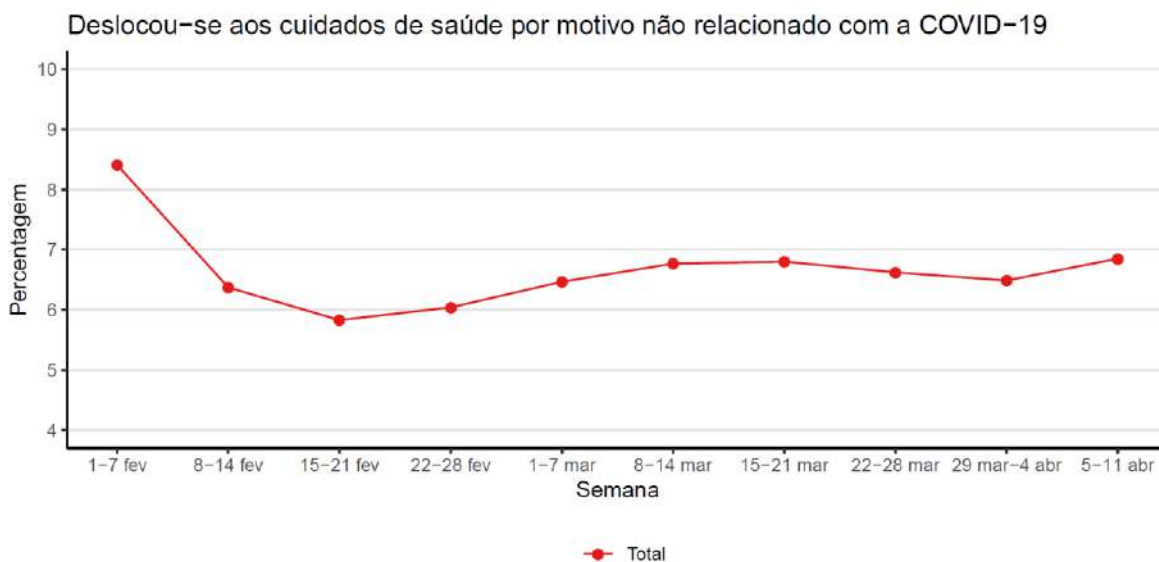
Foi sempre crescente a proporção de pessoas que referiram ter frequentado a praia ou espaços verdes públicos ao longo do período em análise, duplicando de 8% no início de fevereiro para 17% de 5 a 11 de abril. A utilização destes espaços foi sempre maior na A.M. Lisboa (entre 12% no início de fevereiro e 21% de 5 a 11 de abril). Não houve diferenças claras por idades ou por grupos de rendimento.



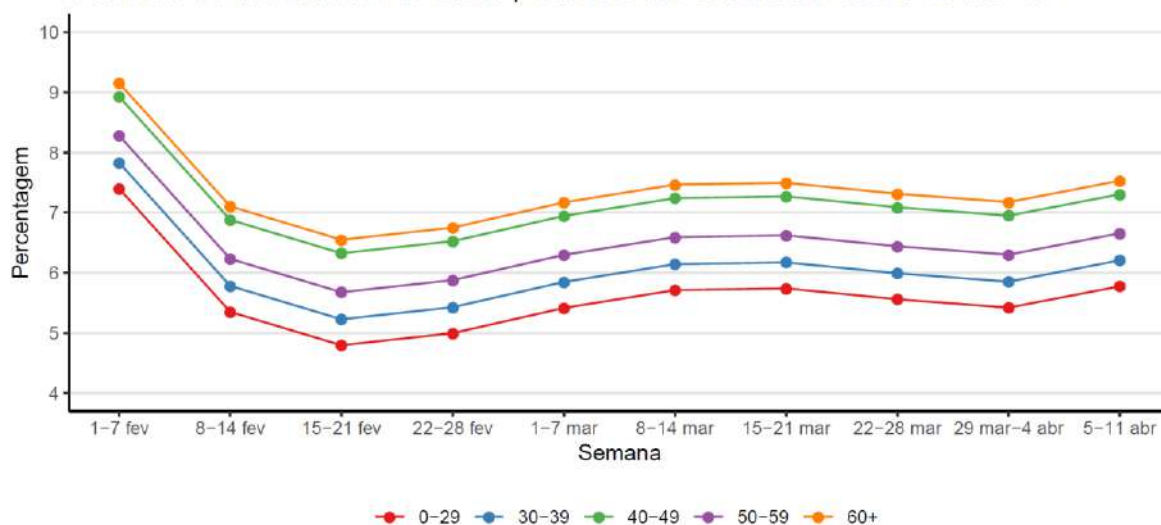


### e) Utilização de serviços de saúde

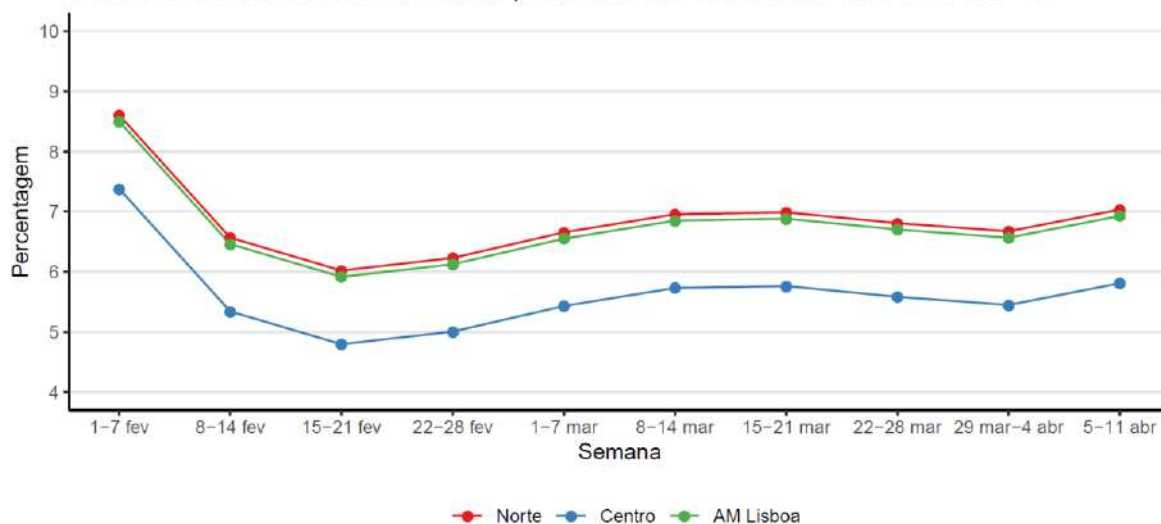
Deslocaram-se aos cuidados de saúde por motivos não relacionados com a COVID-19 8,4% dos participantes na semana de 1 a 7 de fevereiro (9,2% das pessoas com 60 ou mais anos e 7,4% das pessoas com menos de 30 anos). Estas deslocações diminuíram até 5,8% (diminuição relativa: 31%) na semana de 15 a 21 de fevereiro (6,5% nas pessoas com 60 ou mais anos e 4,8% nos menores de 30 anos) e aumentaram novamente (aumento relativo: 17%) até 6,8% (7,5% nas pessoas com 60 ou mais anos e 5,8% nos menores de 30 anos) entre 5 e 11 de abril. As idas aos cuidados de saúde foram mais frequentes no Norte e na A.M. Lisboa e menos na região Centro.



Deslocou-se aos cuidados de saúde por motivo não relacionado com a COVID-19

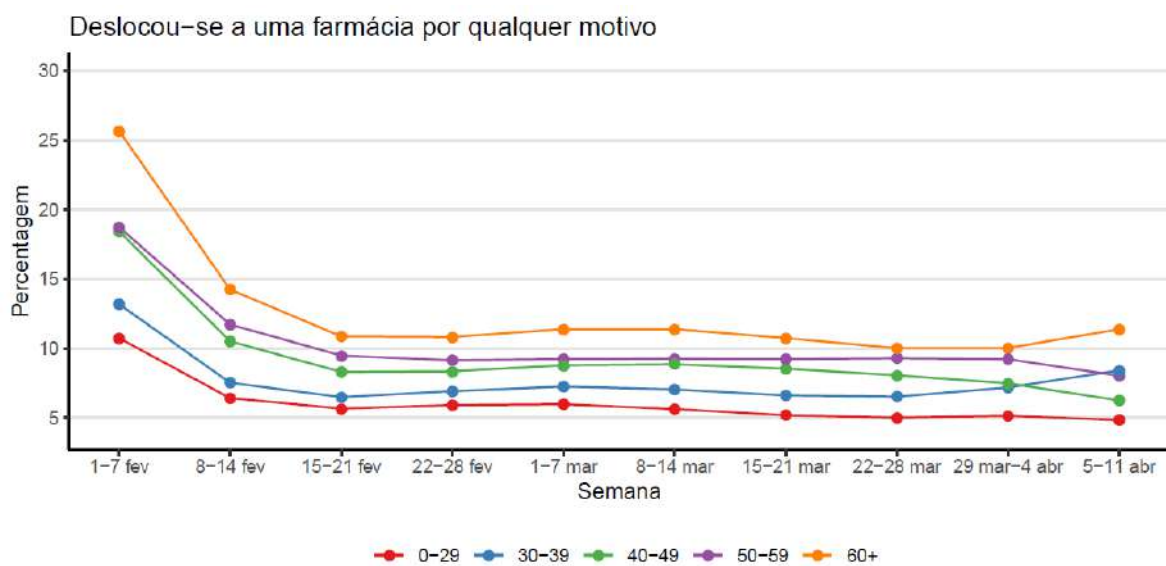
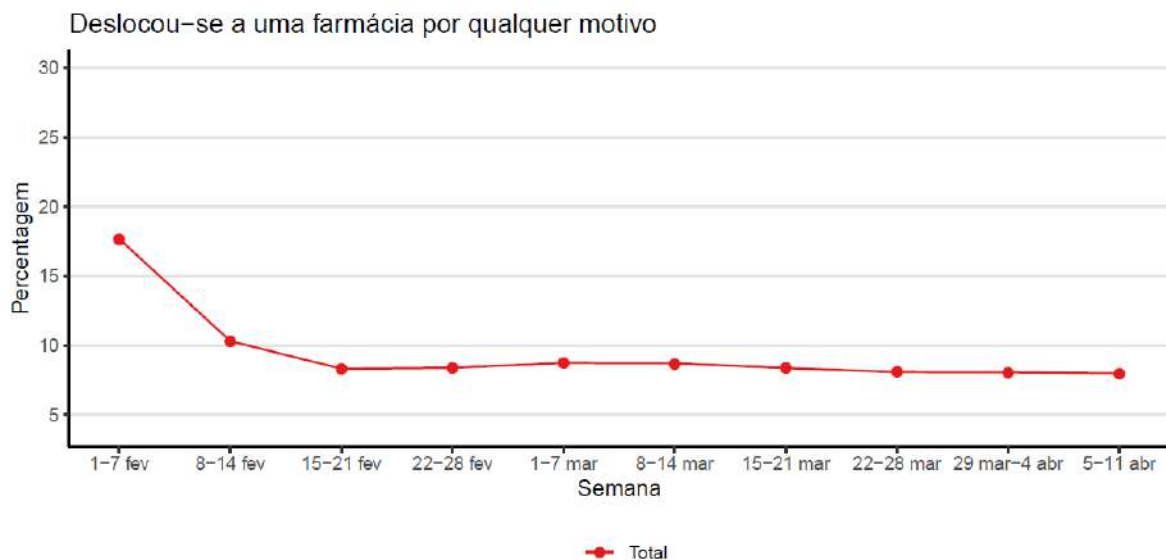


Deslocou-se aos cuidados de saúde por motivo não relacionado com a COVID-19



Entre 1 e 7 de fevereiro, 18% dos inquiridos deslocaram-se a farmácias. Essa frequência diminuiu ao longo do período em análise e estabilizou em aproximadamente 8% a partir do meio de março. Entre as pessoas com 60 ou mais anos, foram a uma farmácia 26% na primeira semana de fevereiro e 11% no princípio de abril. As idas a farmácias foram menos frequentes em idades mais jovens, sendo que, das pessoas com menos de 30 anos, foram a uma farmácia 11% na primeira semana de fevereiro e 5% no princípio de abril. Não houve diferenças relevantes por região ou rendimento.

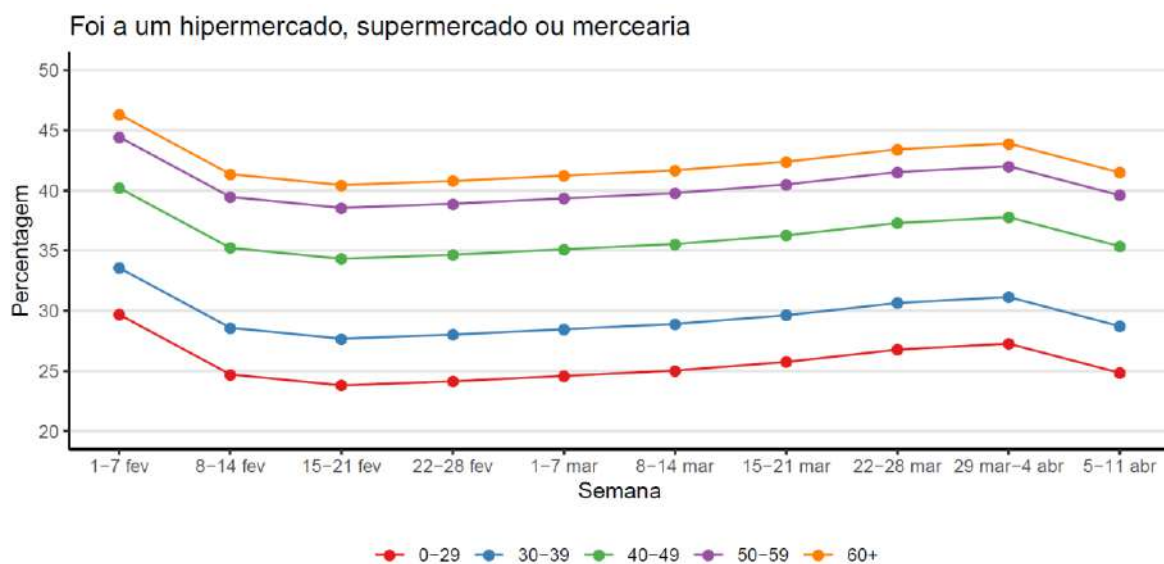
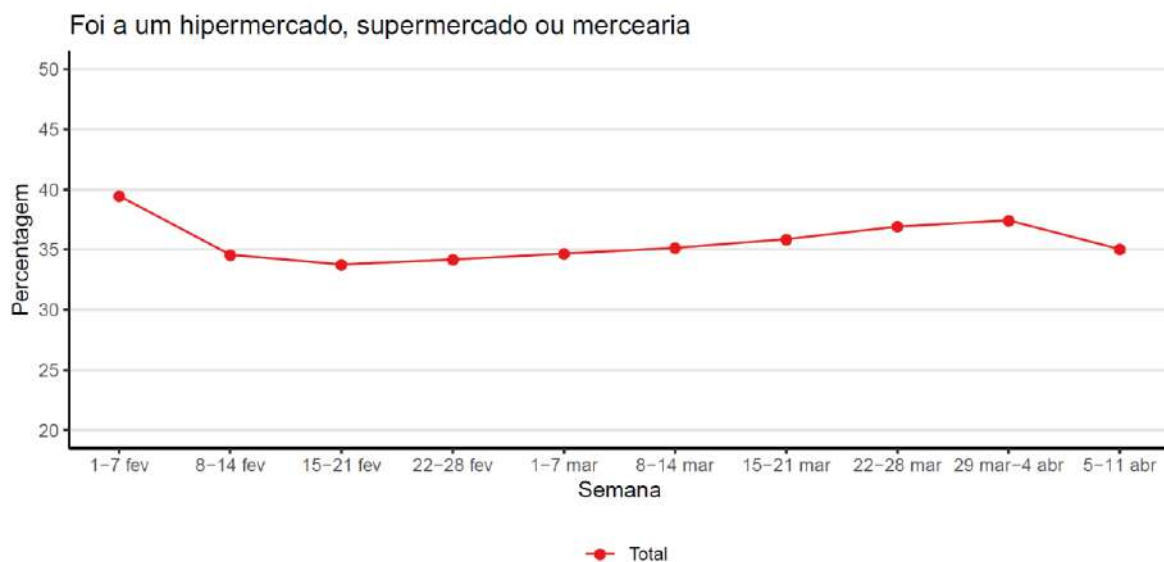


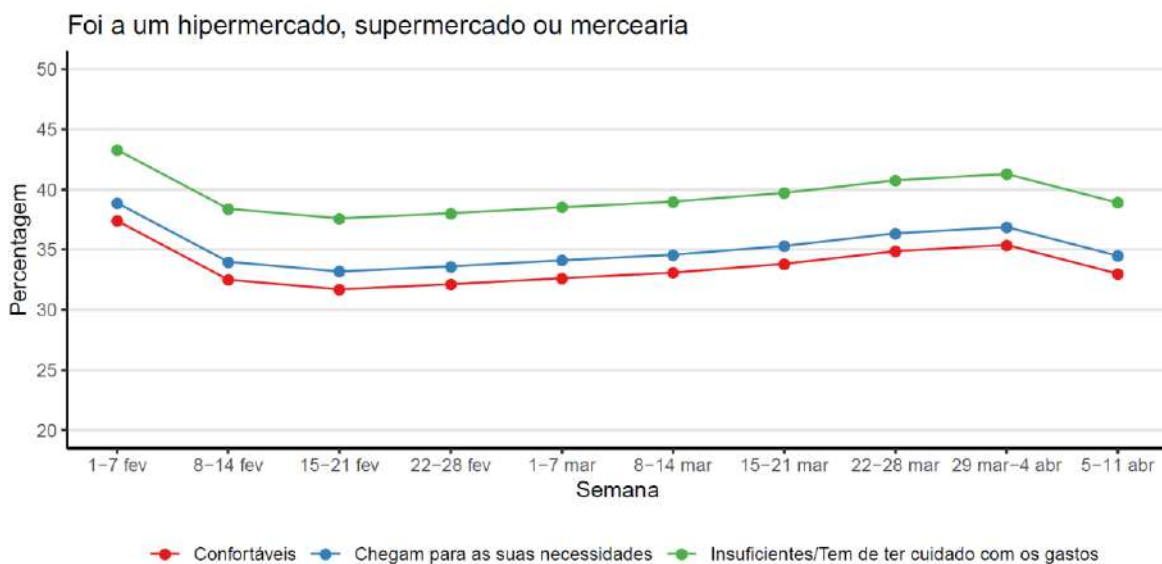
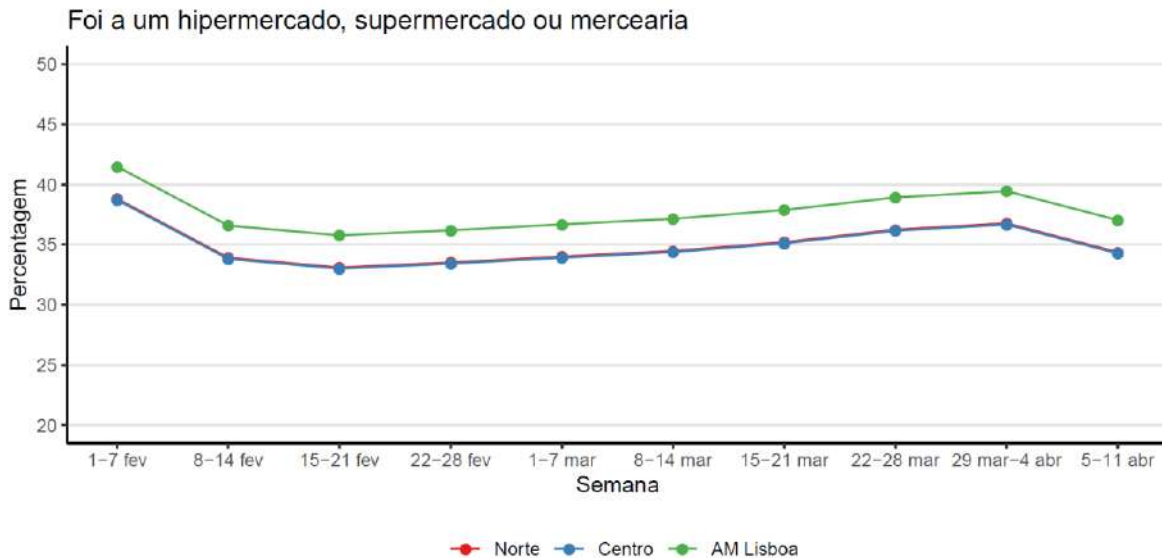


#### f) Utilização do comércio

As deslocções a supermercados, hipermercados ou mercearias foram mais frequentes na primeira semana analisada (39%, de 1 a 7 de fevereiro) e menos frequentes na segunda quinzena desse mês (34%), tendo globalmente aumentado até ao fim do período em análise. Houve uma clara relação com a idade, aumentando as idas a supermercados, hipermercados ou mercearias com a idade; entre

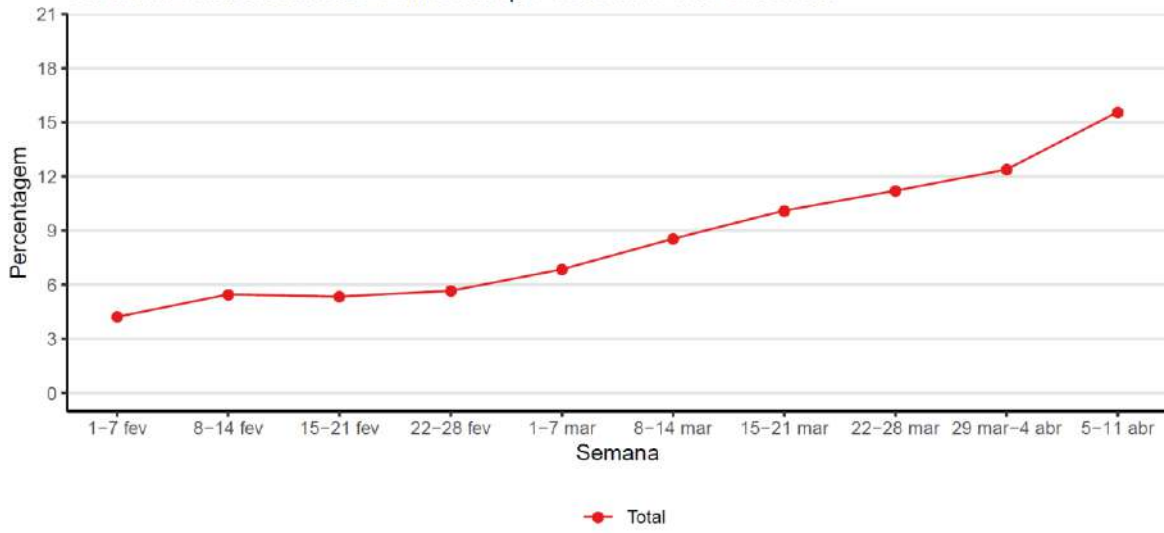
5 e 11 de abril foram referidas por 41% das pessoas com 60 ou mais anos e 25% daquelas com menos de 30 anos. Estas deslocações foram ligeiramente mais realizadas pelos residentes na A.M. Lisboa. Durante todo o período essas deslocações foram sempre mais realizadas pelas pessoas com menor rendimento (39% vs. 33% nas pessoas com maior rendimento, na semana de 5 a 1 de abril).



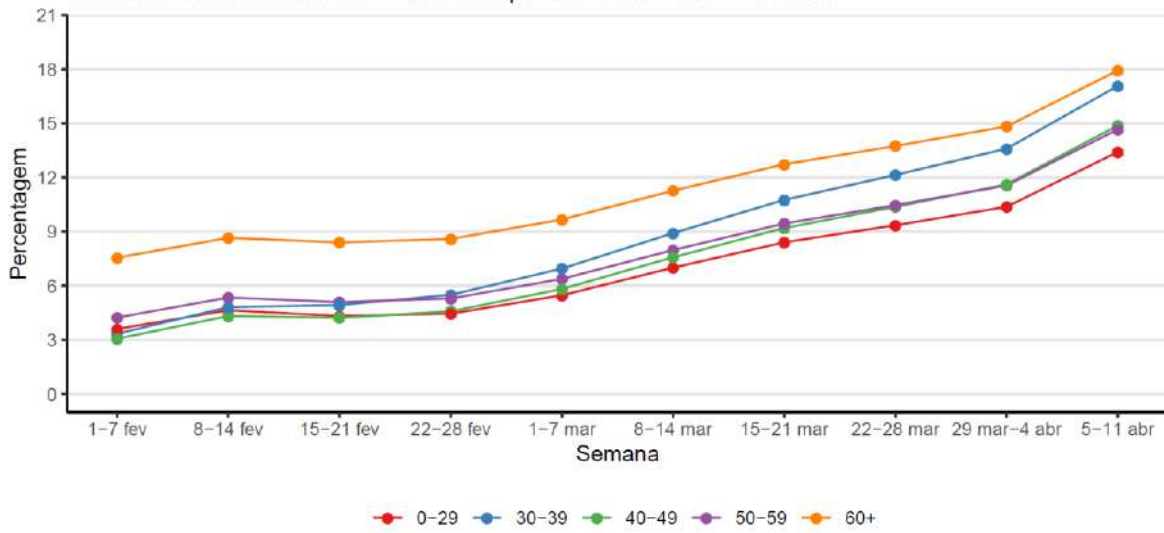


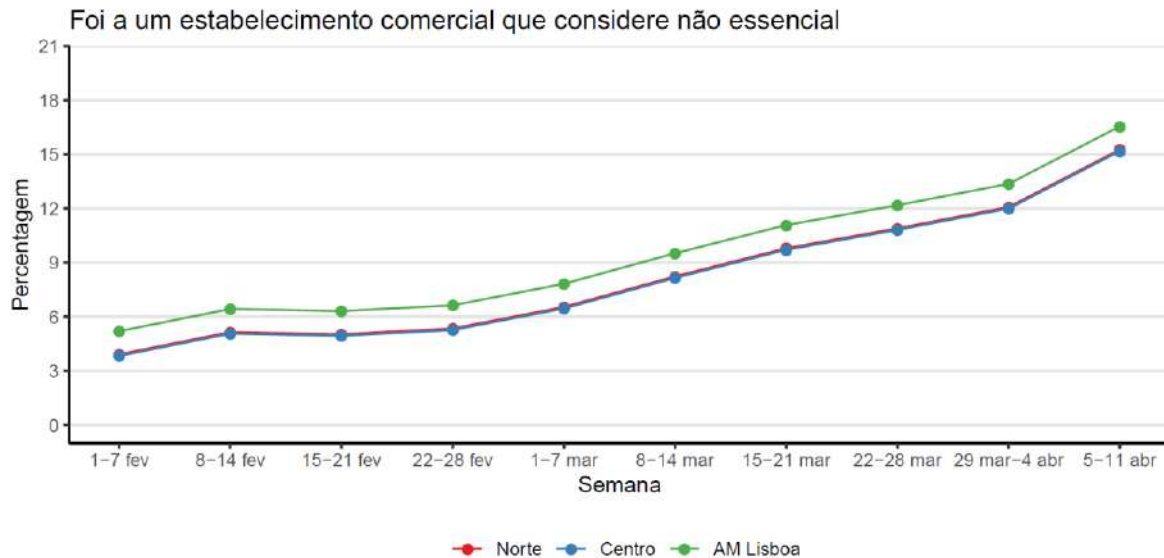
As deslocações a estabelecimentos comerciais considerados não essenciais pelos participantes foram comparativamente pouco frequentes, mas aumentaram mais de quatro vezes ao longo do período em estudo, de 4% dos participantes entre 1 e 7 de fevereiro a 16% entre 5 e 11 de abril. Estas deslocações foram sempre mais relatadas pelos inquiridos com 60 ou mais anos, entre os quais variaram entre 8% e 18% ao longo das semanas analisadas, e menos reportadas pelos menores de 30 anos, entre os quais variaram entre 4% e 13%. Foram também ligeiramente mais frequentes nos residentes na A.M. Lisboa. Não houve diferenças relevantes de acordo com o rendimento.

Foi a um estabelecimento comercial que considere não essencial

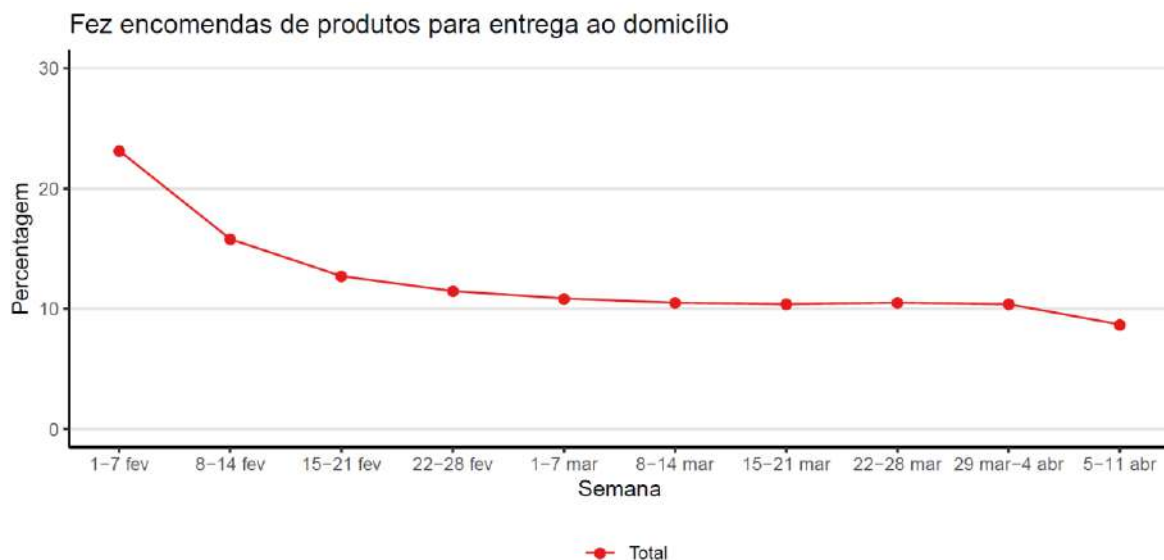


Foi a um estabelecimento comercial que considere não essencial





No sentido inverso evoluíram as encomendas online de produtos que pudessem ter sido adquiridos presencialmente. No período analisado, a proporção de inquiridos que referiram ter feito compras online diminuiu de 23% na semana de 1 a 7 de fevereiro para 9% na semana de 5 a 11 de abril (decréscimo relativo: 60%). Estas encomendas foram sempre mais frequentes entre as pessoas de 30 a 39 anos, nas quais variaram entre 26% e 12%, e menos usadas pelas pessoas com 60 ou mais anos, nas quais variaram entre 21% e 5%. Não houve diferenças assinaláveis entre regiões ou níveis de rendimento.



### Fez encomendas de produtos para entrega ao domicilio

