

## Diários de uma pandemia (COVID-19)

### A evolução da vida diária durante e após o estado de emergência: 23 de março a 10 de maio

#### Resumo dos principais resultados:

- Entre 23 de março e 10 de maio observou-se um aumento de perto de 50% no trabalho fora de casa. O aumento foi gradual mas era já nítido antes do fim do estado de emergência. As saídas foram sempre mais frequentes nos trabalhadores da saúde mas também dos setores primário e secundário (nestes últimos o aumento relativo foi 71%), bem como nas pessoas com menor escolaridade (aumento relativo: 62%), o que sugere um desconfinamento seletivo dos trabalhadores das profissões manuais ou não especializadas, em quem o teletrabalho também decresceu mais. As saídas para trabalhar foram menos frequentes na A.M. Lisboa, onde o teletrabalho se manteve mais comum;
- Possivelmente refletindo o regresso à atividade profissional, os contactos presenciais diários com 5 ou mais pessoas fora do agregado familiar quase duplicaram entre 23 de março e 10 de maio, principalmente no Centro e no Alentejo, sendo também mais referidos pelos trabalhadores da saúde e dos setores primário e secundário, bem como pelas pessoas com menor escolaridade. Este padrão foi semelhante quando considerados os contactos diários de maior risco (5 ou mais pessoas, a menos de 2 metros durante mais de 15 minutos);
- Durante estas sete semanas, duplicaram as visitas a casa de familiares ou amigos, que foram mais frequentemente feitas pelos mais jovens. As saídas diárias para supermercados decresceram em abril e voltaram a aumentar em maio para valores semelhantes aos do fim de março. Já as idas a outros estabelecimentos comerciais duplicaram desde o fim de março até 10 de maio e foram principalmente referidas pelos homens e pelas pessoas com 60 ou mais anos;
- Embora tenha descido para menos de metade a percentagem de pessoas que referiram contactos recentes com casos suspeitos ou confirmados, houve pouca variação na autoavaliação do risco. Estes resultados sugerem que o desconfinamento poderá estar mais relacionado com a necessidade profissional, bem como com a aceitação e gestão do risco, do que com uma mudança na perceção desse risco pelos cidadãos.

#### 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. Entre 23 de março e 10 de maio de 2020, inscreveram-se para participar no estudo 13 517 pessoas, que ao longo do período em estudo preencheram mais de 200 000 questionários. Os resultados da evolução da vida diária dos participantes são apresentados nas seguintes secções: a) trabalho fora de casa e teletrabalho, b) contactos presenciais e à distância, c) saídas para estabelecimentos comerciais e d) risco de infeção.

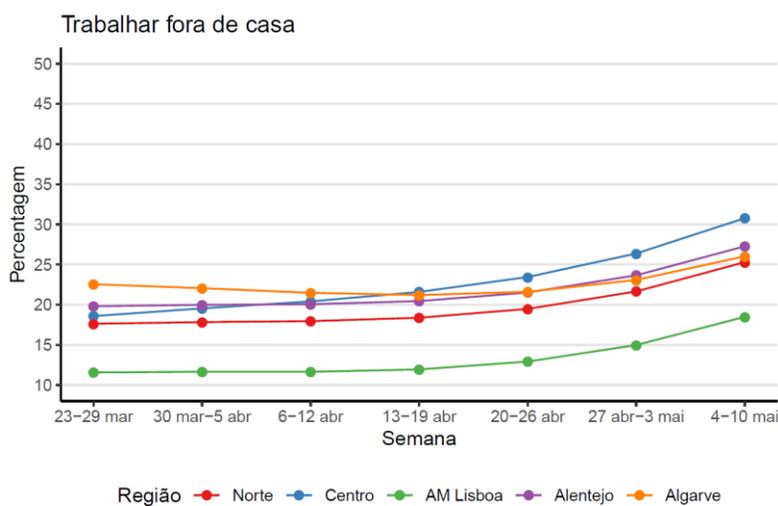
### a) Trabalho fora de casa e teletrabalho

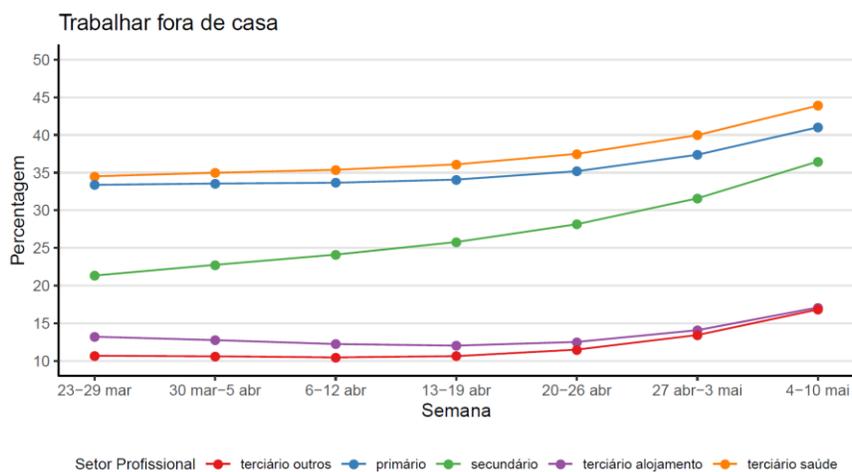
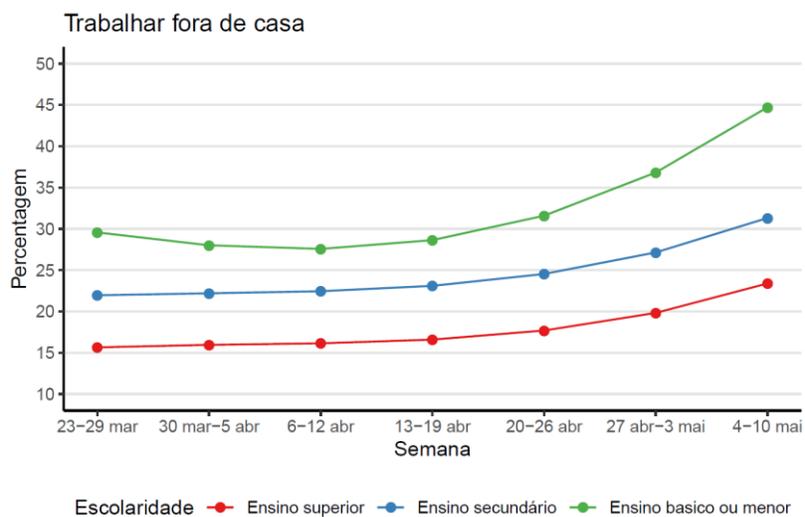
Entre o total de inquiridos empregados, 17% estavam a trabalhar fora de casa no fim de março, aumentando para 21% na última semana do estado de emergência, de 27 de abril a 3 de maio (aumento relativo desde 23-29 de março: 26%), e para 25% até 10 de maio (aumento relativo desde 23-29 de março: 48%). Esta evolução foi semelhante nas diferentes idades.

Os trabalhadores da A.M. Lisboa foram os que menos trabalharam fora de casa ao longo de todo o período de observação, de 12% no fim de março para 15% na última semana do estado de emergência (aumento relativo: 29%) e 18% até 10 de maio (aumento relativo: 60%). Nas restantes regiões de Portugal continental trabalhavam fora de casa pelo menos 18% dos inquiridos no fim de março, aumentando para percentagens entre 25% no Norte e 31% no Centro do país até 10 de maio.

O trabalho fora de casa manteve-se sempre mais frequente nos inquiridos com menor nível de escolaridade, onde atingiu o valor mais baixo na primeira quinzena de abril (28%), aumentando para 45% de 4 a 10 de maio (aumento relativo: 62%). Nos inquiridos com o ensino superior, o trabalho fora de casa foi sempre menos frequente, evoluindo de 16% no fim de março para 23% de 4 a 10 de maio (aumento relativo: 49%).

Permaneceram sempre a trabalhar fora de casa mais de um terço dos profissionais de saúde e dos trabalhadores do setor primário (ex. agricultura, produção animal e pescas). Nos profissionais de saúde estas percentagens aumentaram para 39% na última semana do estado de emergência (aumento relativo desde 23-29 de março: 16%) e para 44% até 10 de maio (aumento relativo: 27%). Nos trabalhadores do setor primário o trabalho fora de casa aumentou para 37% de 27 de abril a 3 de maio (aumento relativo: 12%) e para 41% até 10 de maio (aumento relativo: 23%). No setor secundário (ex. indústrias transformadoras, construção, eletricidade, gás e água), a percentagem de pessoas que trabalharam fora de casa aumentou ainda mais claramente, de 21% no fim de março para 32% na última semana do estado de emergência (aumento relativo: 48%) e para 36% até 10 de maio (aumento relativo: 71%).



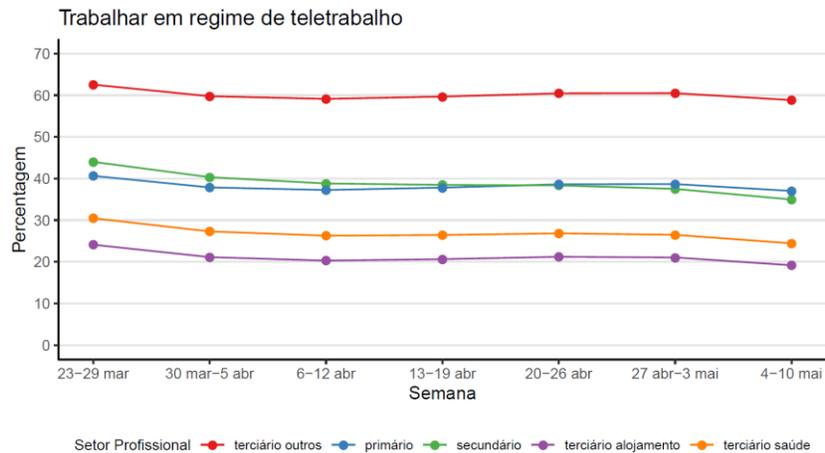
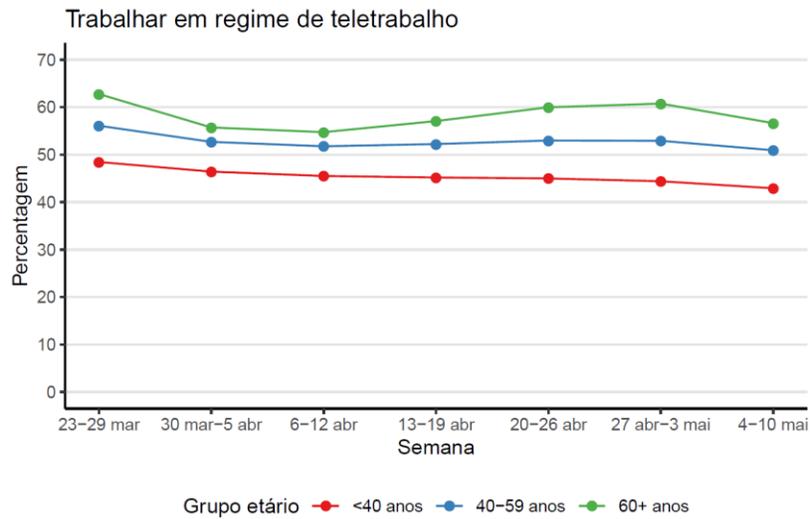


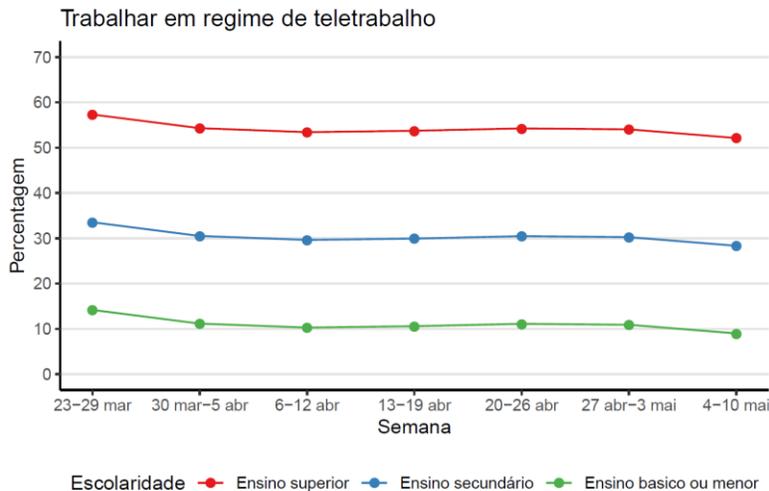
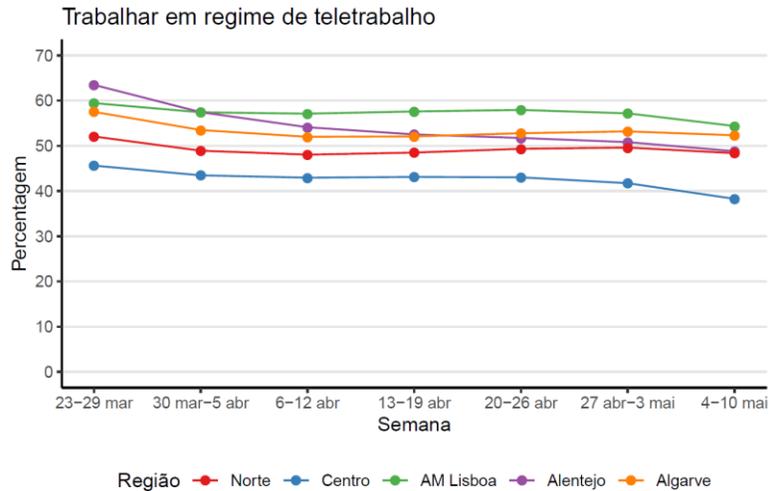
Também entre os indivíduos empregados, entre 23 e 29 de março estavam em teletrabalho 53%, observando-se uma ligeira descida para 50% na última semana do estado de emergência (diminuição relativa: 6%) e para 48% até 10 de maio (diminuição relativa: 10%). Esta diminuição pouco acentuada no teletrabalho quando comparada com o aumento notório do trabalho fora de casa poderá dever-se à adoção de modalidades mistas que combinam o teletrabalho com um regresso parcial à atividade no local de trabalho.

O teletrabalho foi sempre mais referido pelas pessoas com 60 ou mais anos de idade (perto de 60% desde o fim de março), ao passo que foi menos referido pelos menores de 40 anos (de 48% a 43% dos trabalhadores ao longo das sete semanas em estudo). Menos de um terço dos profissionais do setor da saúde e menos de um quarto dos trabalhadores do setor do alojamento, restauração e

similares estiveram em teletrabalho ao longo do período do estado de emergência. É ainda de destacar que, quanto menor o nível de escolaridade, menos frequente foi o regime de teletrabalho, e maior foi a sua diminuição percentual ao longo do tempo: verificou-se uma descida de 14% para 9% nas pessoas com o ensino básico ou menor (37% de redução percentual), comparada com uma descida de 57% para 52% nos inquiridos com o ensino superior (9% de redução percentual).

O teletrabalho foi mais frequente e diminuiu menos na A.M. Lisboa, variando entre 59% e 54% (redução relativa: 8%), e menos frequente na região Centro, onde variou entre 46% e 38% no mesmo período (redução relativa: 17%).

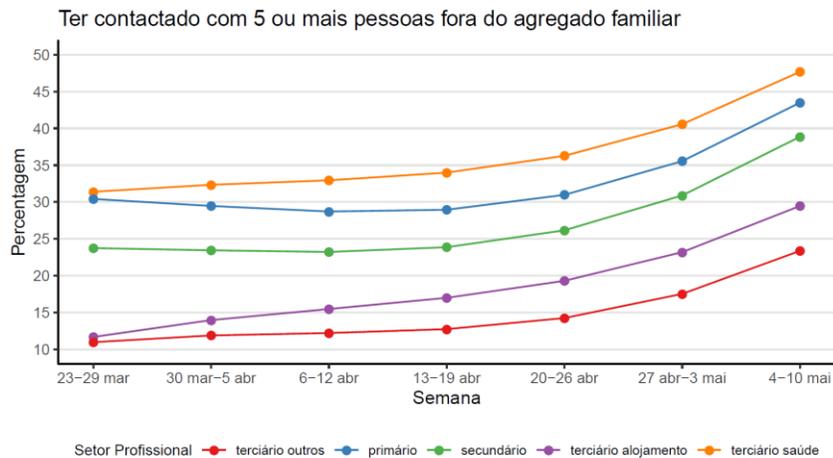
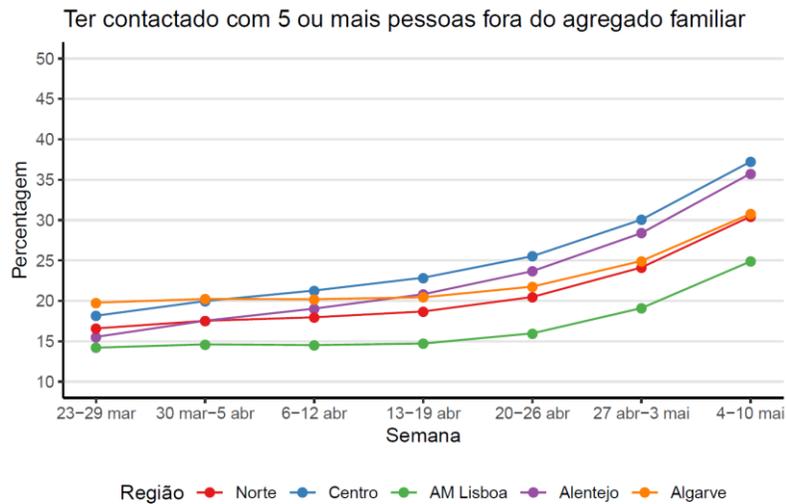




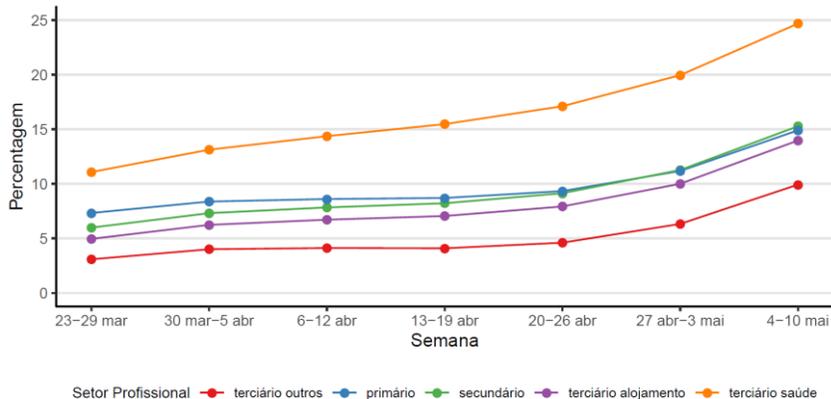
## b) Contactos presenciais e à distância

Ao longo das sete semanas de observação, quase duplicou a percentagem de pessoas que diariamente tiveram contacto presencial com 5 ou mais pessoas fora do agregado familiar, de 16% (23 a 29 de março) para 30% (4 a 10 de maio), um aumento que foi semelhante nas várias idades. Na semana de 4 a 10 de maio, os contactos diários com 5 ou mais pessoas foram mais referidos pelos residentes no Centro e no Alentejo (37% e 36%, respetivamente) e menos frequentes na A.M. Lisboa (25%). Os profissionais de saúde foram os que referiram mais contactos (48% de 4 a 10 de maio), embora neste caso se deva considerar a existência de procedimentos padronizados de utilização de equipamento de proteção individual. Estes contactos foram também frequentes nos setores primário e secundário (43% e 39%, respetivamente, de 4 a 10 de maio). Também os contactos diários de maior risco (5 ou mais pessoas, a menos de 2 metros durante mais de 15

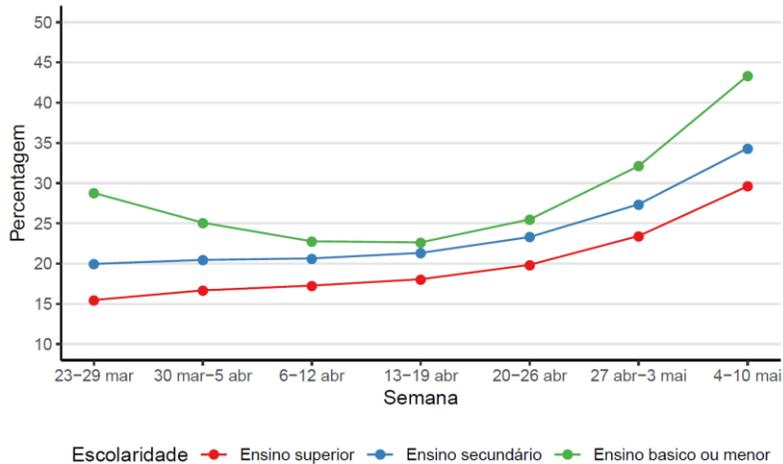
minutos) foram mais referidos pelos profissionais de saúde (25% de 4 a 10 de maio), seguidos dos profissionais dos setores primário e secundário (15% em ambos os setores, de 4 a 10 de maio). Os contactos com 5 ou mais pessoas foram também mais frequentes nas pessoas com o ensino básico ou menor: 43% na semana de 4 a 10 de maio, comparado com 34% e 30% nos indivíduos com o ensino secundário e superior, respetivamente. Também os contactos diários de maior risco (5 ou mais pessoas, a menos de 2 metros durante mais de 15 minutos) foram mais frequentes nas pessoas com o ensino básico ou menor (23% de 4 a 10 de maio), quando comparadas com as pessoas com o ensino secundário ou superior (14%, em ambos os casos, de 4 a 10 de maio).



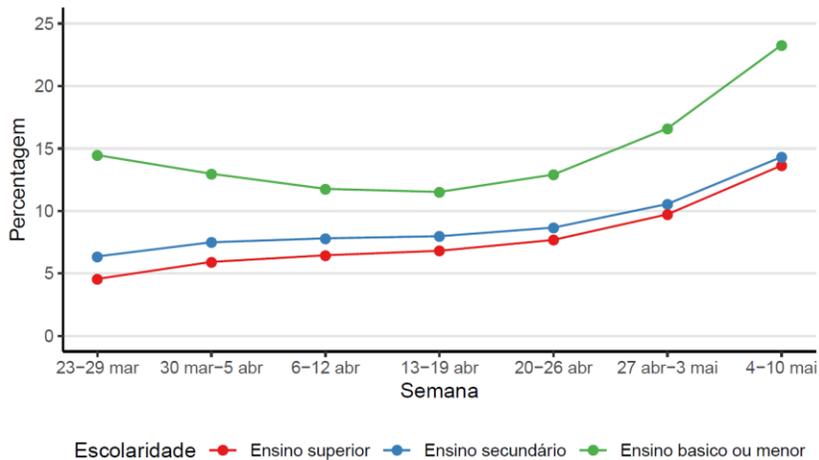
Ter contactado com 5 ou mais pessoas fora do agregado familiar, a menos de 2 metros e durante 15 minutos ou mais



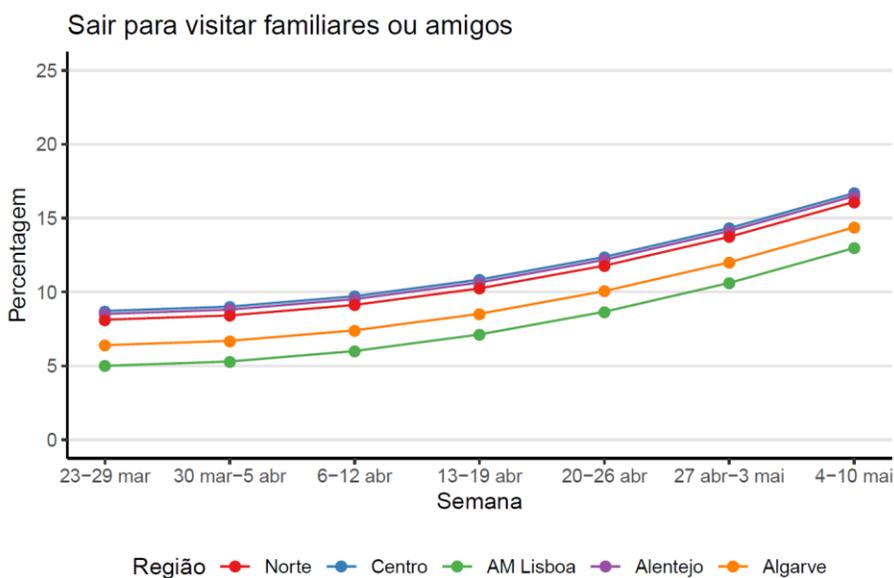
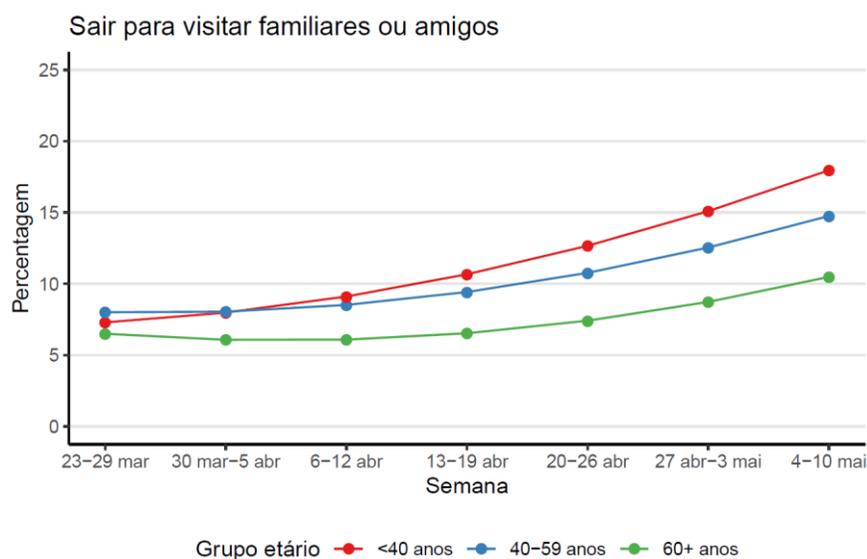
Ter contactado com 5 ou mais pessoas fora do agregado familiar



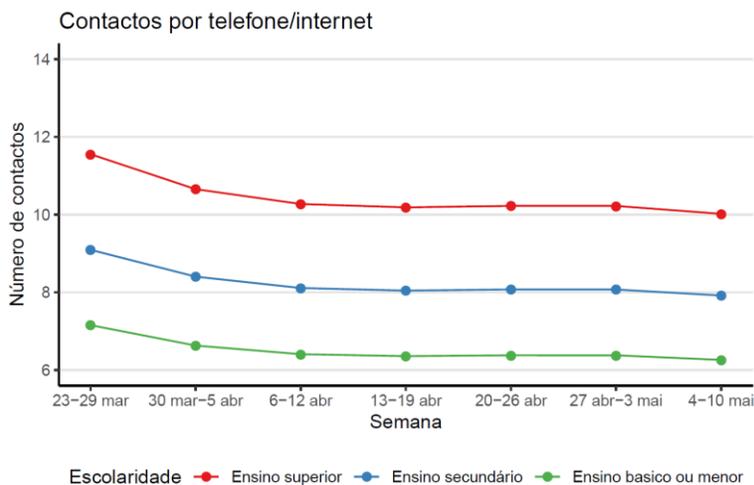
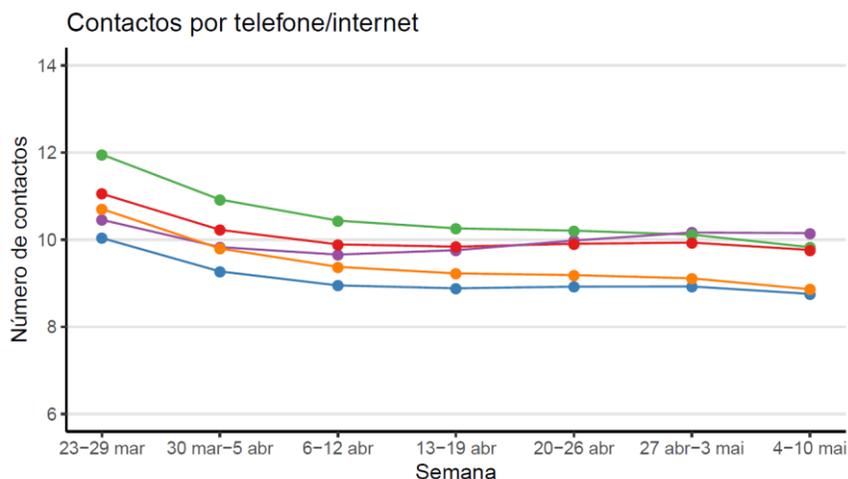
Ter contactado com 5 ou mais pessoas fora do agregado familiar, a menos de 2 metros e durante 15 minutos ou mais



Observou-se ainda que duplicaram as idas a casa de amigos ou familiares entre 23-29 de março e 4-10 de maio, de 8% para 16%. Este aumento observou-se em todas as idades, embora as visitas tenham sido sempre mais frequentemente feitas pelas pessoas mais jovens: de 7% para 18% nos menores de 40 anos e de 6% para 10% a partir dos 60 anos. As visitas a amigos ou familiares foram menos frequentes na A.M. Lisboa e mais reportadas pelos residentes no Norte, Centro e Alentejo.



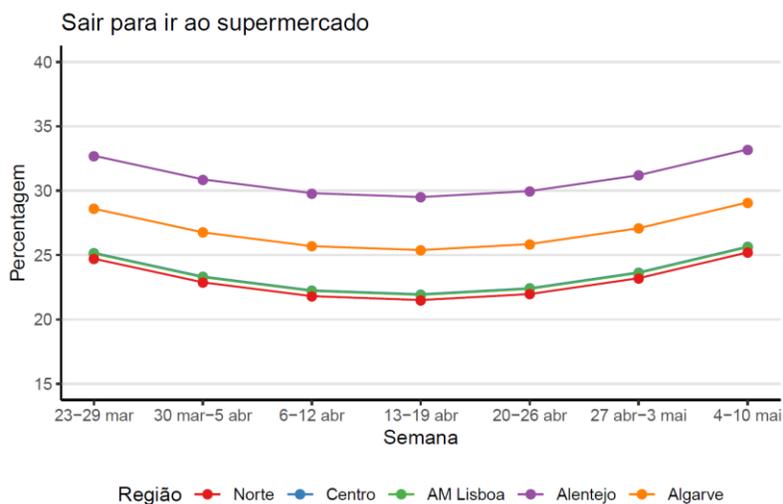
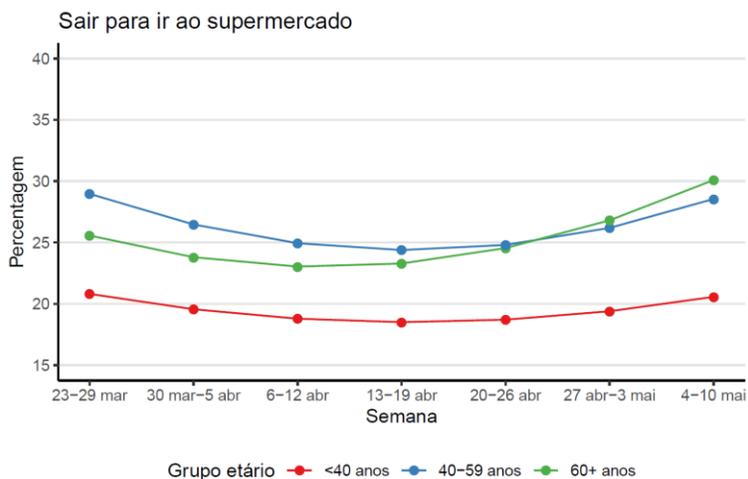
O número médio de pessoas contactadas por cada participante diariamente pelo telefone ou pela internet diminuiu 13% no período em estudo, de 11,1 (23-29 de março) para 9,6 (4-10 de maio). Os residentes na A.M. Lisboa tiveram em média mais contactos e os residentes no Centro menos contactos, embora as diferenças sejam pequenas. Já no que diz respeito à escolaridade, os inquiridos com o ensino básico ou menor contactaram entre 6 e 7 pessoas por dia, enquanto aqueles com o ensino superior contactaram entre 10 e 12 pessoas por dia. Não houve diferenças relevantes no número de contactos por idade.

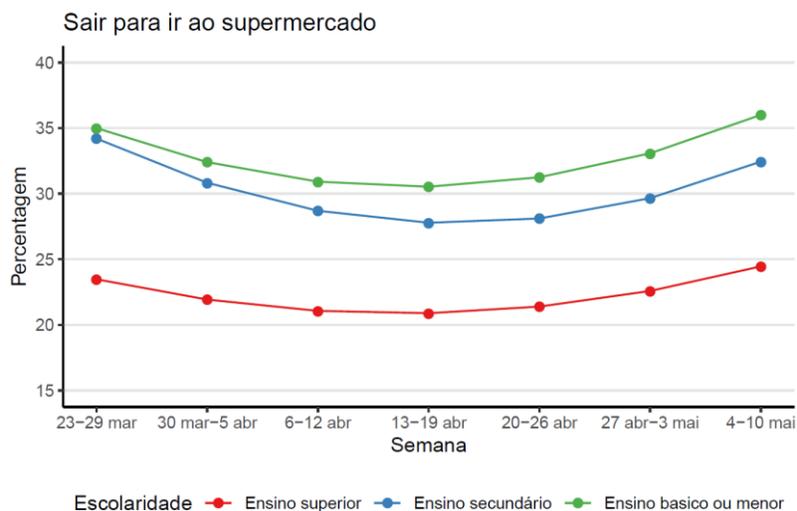


### c) Saídas para estabelecimentos comerciais

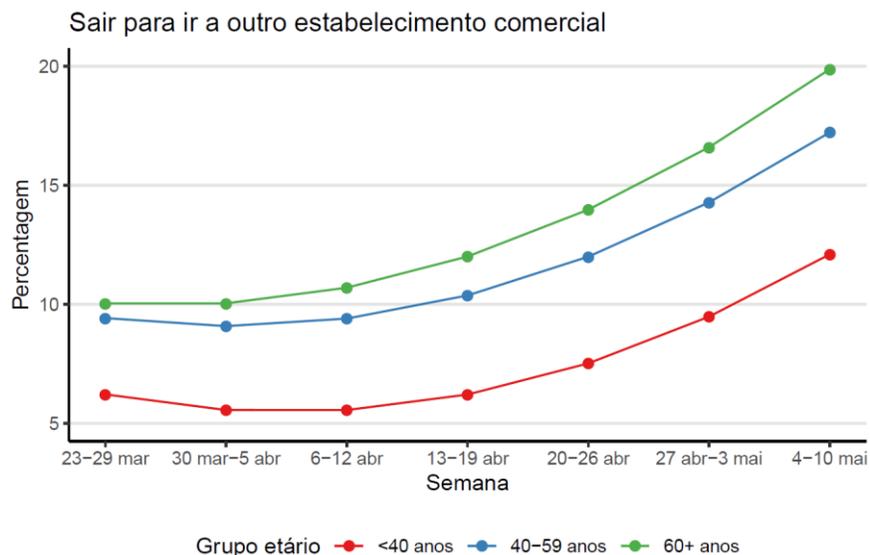
As idas a supermercados, hipermercados ou mercearias nas 24 horas anteriores mantiveram-se relativamente semelhantes ao longo das sete semanas de seguimento, sendo no mínimo 22% entre 13 e 19 de abril e no máximo 26% de 4 a 10 de maio. Estas saídas foram mais referidas pelas pessoas com 40 ou mais anos, das quais, no período de 4 a 10 de maio, mais de um quarto tinha ido a um

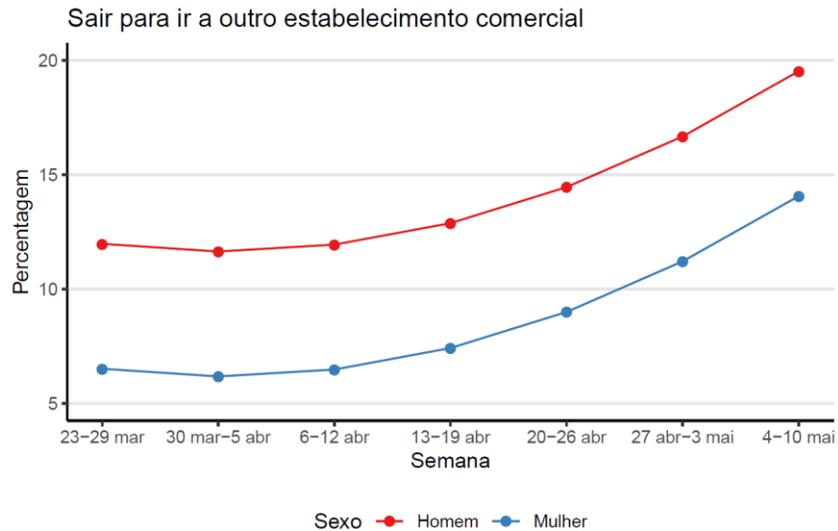
supermercado no dia anterior, comparado com um quinto dos mais jovens. As idas diárias a supermercados, hipermercados ou mercearias foram mais reportadas nas regiões do Alentejo e do Algarve, o que se poderá relacionar com a menor oferta de grandes superfícies nestas regiões. As pessoas com menor escolaridade reportaram mais frequentemente ter ido presencialmente a supermercados, variando entre 31% e 36% nos inquiridos com o ensino básico ou menos, ao passo que se deslocaram a supermercados entre 21% e 24% das pessoas com o ensino superior ao longo do período estudado. Serão neste caso de ter em conta possíveis barreiras no acesso às encomendas online bem como diferente disponibilidade financeira para volumes elevados de compras.





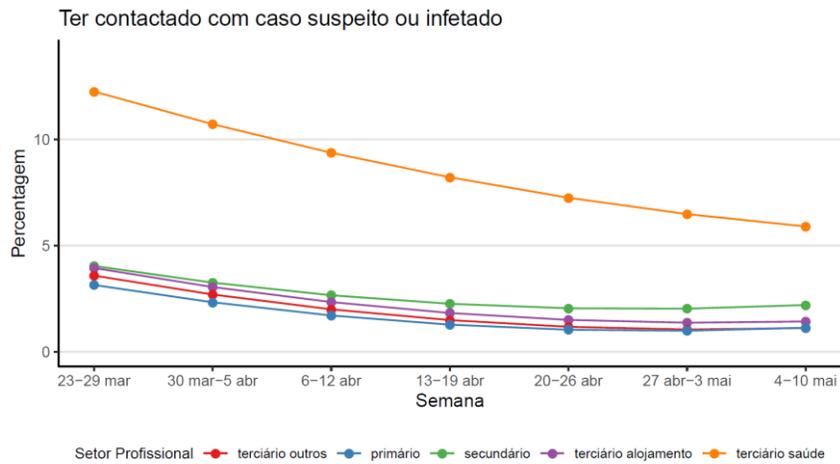
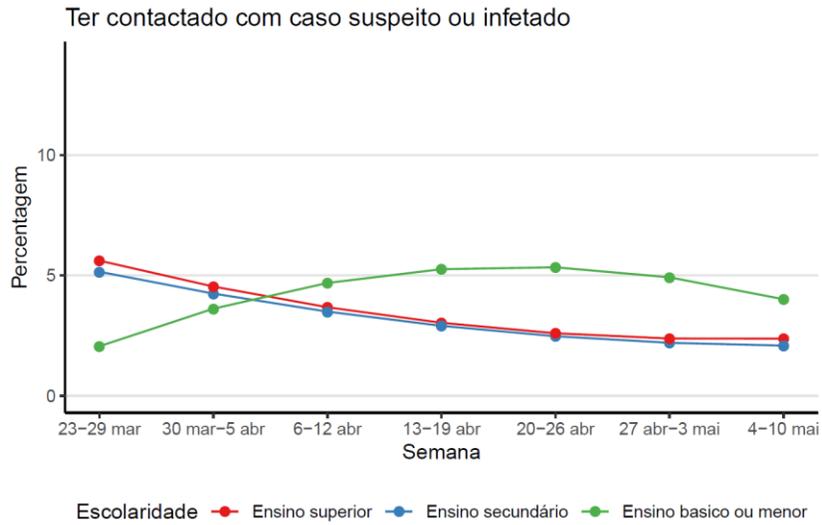
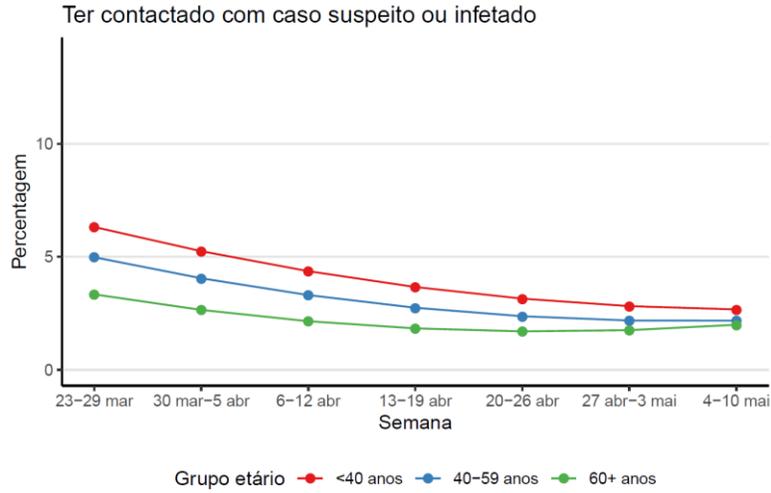
Já as deslocações a outros estabelecimentos comerciais, excluindo supermercados e farmácias, duplicaram, de 8% de 23 a 29 de março para 16% de 4 a 10 de maio, embora já tivessem aumentado para 12% na última semana do estado de emergência. É de salientar que as pessoas com 60 ou mais anos foram sempre mais a estabelecimentos comerciais, de 10% entre 23 e 29 de março a 20% entre 4 e 10 de maio, enquanto a subida foi de 6% para 12% nos menores de 40 anos. Estas saídas foram sempre mais frequentes nos homens, variando de 12% a 20% no período estudado (aumento relativo: 63%), ao passo que nas mulheres foram menos frequentes, mas mais que duplicaram, de 6% para 14%.





#### d) Risco de infecção

O contacto com pessoas com infeção suspeita ou confirmada pode ser visto como uma medida relativamente objetiva embora restrita do risco. Das pessoas seguidas, 5,5% tinham tido contacto com um caso suspeito ou confirmado nas 24 horas anteriores na semana de 23 a 29 de março. Essa proporção desceu para menos de metade (2,4%) na semana de 4 a 10 de maio. Nas primeiras semanas estes contactos foram mais frequentes nos mais jovens (6,3% nos menores de 40 e 3,3% nas pessoas com 60 ou mais), tendo as diferenças sido atenuadas ao longo do tempo. É de salientar que os contactos com casos suspeitos ou confirmados diminuíram nos inquiridos com maior escolaridade, mas isso não aconteceu nos inquiridos com o ensino básico ou menor, dos quais 2% reportavam estes contactos no fim de março, aumentando para 5% no fim de abril, o que pode refletir o regresso ao trabalho fora de casa. Como seria de esperar, os profissionais do setor da saúde tiveram sempre mais contactos conhecidos com casos suspeitos ou confirmados, tendo a frequência diminuído para metade, de 12% no fim de março para 6% de 4 a 10 de maio.



Do total de participantes, 16% consideravam ter risco de infeção alto ou muito alto nas primeiras duas semanas (23 de março a 5 de abril). O risco percebido foi mais baixo na semana de 20 a 26 de abril (12%), tendo aumentado ligeiramente na semana seguinte, embora a variação ao longo do tempo tenha sido comparativamente pouco acentuada. Ao longo das seis semanas de observação os mais jovens consideraram sempre ter risco mais elevado, embora as diferenças se tenham atenuado mais recentemente: na semana de 30 de março a 5 de abril, 17% dos menores de 40 e 9% das pessoas com 60 ou mais consideraram ter risco elevado ou muito elevado, enquanto na semana de 27 de abril a 3 de maio essas proporções foram 13% e 10%, respetivamente. A perceção de risco desceu mais no Algarve (de 20% para 10%) e no Norte (de 17% para 13%), quando comparados com as restantes regiões de Portugal continental. A perceção de risco elevado foi particularmente referida nas pessoas com o ensino básico ou menor, que foi estimada em 37% na semana de 23 a 29 de março, diminuindo para 13% entre 13 e 19 de abril, mas voltando a aumentar para 22% na semana de 27 de abril a 3 de maio. Este resultado poderá ser interpretado em conjunto com a evolução do trabalho fora de casa neste período, que seguiu uma tendência semelhante. Como seria expectável, o risco autoavaliado manteve-se mais elevado entre os profissionais do setor da saúde.

