



CATÓLICA  
FACULDADE DE EDUCAÇÃO  
E PSICOLOGIA

---

PORTO

O PAPEL DO SEXO NA EXPERIÊNCIA DE *STRESS*  
OCUPACIONAL E SEGURANÇA FÍSICA LABORAL  
SENTIDOS PELAS FORÇAS POLICIAIS DURANTE O  
PERÍODO PANDÉMICO

Dissertação apresentada à Universidade Católica Portuguesa para obtenção do grau de Mestre  
em Psicologia e Desenvolvimento de Recursos Humanos

*José Gonçalo Ferreira Borges*

Porto, setembro 2024



CATÓLICA  
FACULDADE DE EDUCAÇÃO  
E PSICOLOGIA

---

PORTO

O PAPEL DO SEXO NA EXPERIÊNCIA DE *STRESS*  
OCUPACIONAL E SEGURANÇA FÍSICA LABORAL  
SENTIDOS PELAS FORÇAS POLICIAIS DURANTE O  
PERÍODO PANDÉMICO

Dissertação apresentada à Universidade Católica Portuguesa para obtenção do grau de Mestre  
em Psicologia e Desenvolvimento de Recursos Humanos

*José Gonçalo Ferreira Borges*

Trabalho efetuado sob a orientação de

Professora Doutora Catarina Morais

Porto, setembro 2024

### Resumo

O presente estudo teve como objetivo perceber se existiam nas forças policiais diferenças significativas entre a segurança física laboral percebida e o *stress* ocupacional e se essas diferenças são influenciadas pelo sexo, durante o primeiro confinamento provocado pelo covid-19, compreendido entre março e maio de 2020, em Portugal. Neste estudo, participaram 174 profissionais das forças policiais, sendo que os dados foram obtidos de forma online e presencial, através da aplicação de um questionário.

No que diz respeito aos resultados obtidos, verificou-se que, quanto menor a percepção de segurança física laboral sentida pelos participantes, mais elevados eram os níveis de *stress* ocupacional reportados, ou seja, a segurança física laboral foi encontrada como preditora do *stress* ocupacional, sendo que o sexo não teve influência sobre essas duas variáveis. A pesquisa realizada assim como os resultados obtidos neste estudo podem vir a providenciar um contributo pertinente na identificação e implementação de programas e estratégias que possam contribuir para a prevenção e o mitigar do *stress* percebido por estes profissionais em futuras situações de emergência.

**Palavras-chave:** covid-19; pandemia; profissionais das forças policiais; segurança física laboral percebida; *stress* ocupacional percebido

### **Abstract**

The present study aimed to understand whether significant differences existed among police forces in terms of perceived physical safety at work and occupational stress, and whether these differences were influenced by sex during the first covid-19 lockdown, which occurred between March and May 2020, in Portugal. A total of 174 police officers participated in this study, with data collected both online and in-person through the administration of a questionnaire.

Regarding the results, it was found that the lower the perception of physical safety at work, the higher the reported levels of occupational stress. In other words, physical safety at work was identified as a predictor of occupational stress, while sex did not influence these two variables. The research conducted, as well as the results obtained in this study, may provide a valuable contribution to the identification and implementation of programs and strategies that could help prevent and mitigate perceived stress among these professionals in future emergency situations.

**Keywords:** covid-19; pandemic; police officers; perceived physical safety at work; perceived occupational stress

## Índice

Introdução .....	6
Enquadramento Teórico.....	7
Stress ocupacional e as forças policiais .....	7
Segurança Física Laboral .....	8
Stress ocupacional e segurança física laboral em pandemia covid-19 .....	9
O papel do sexo .....	12
Método .....	13
Procedimento .....	13
Amostra .....	14
Instrumentos .....	14
Resultados .....	15
Análises preliminares .....	15
Teste de hipóteses .....	16
Análises Exploratórias .....	17
Discussão dos resultados .....	18
Limitações .....	22
Conclusão.....	23
Referências Bibliográficas.....	25
Anexos .....	30

**Índice de Tabelas**

Tabela 1 .....	16
Tabela 2 .....	17
Tabela 3 .....	18

### **Lista de Abreviaturas**

**PSP** – Polícia de Segurança Pública

**GNR** – Guarda Nacional Republicana

**EPI** – Equipamento de Proteção Individual

## **O papel do sexo na experiência de *stress* ocupacional e segurança física laboral sentidos pelas forças policiais durante o período pandémico**

### **Introdução**

A atividade profissional das forças policiais é considerada das mais stressantes por todo o mundo tendo em conta a natureza das funções executadas (Alexopoulos et al., 2014; Bano, 2011; Dantzer, 1987; Johnson et al., 2005). Estas funções passam pela proteção de vidas e propriedade, investigação de crimes, fazer respeitar a lei, providenciar segurança (Duran et al., 2020), entre outras, sendo que envolvem bastantes riscos para estes profissionais, quer físicos, quer mentais, como lesões fatais e não fatais (Strote et al., 2021), ameaças físicas na resistência a detenções, ter de tirar a vida a um indivíduo ou perder a própria vida e até assistir a esse acontecimento a colegas de trabalho (Hammad et al., 2012). Tendo em conta o contexto de pandemia, com o surgir do vírus covid-19 (uma doença que se espalhou rapidamente, com um alto nível de contágio), estas forças acabaram por desempenhar um papel crucial no controlo da dispersão do vírus, ficando responsáveis por coordenar encerramentos de locais, promover o distanciamento social, entre outros, enquanto cumpriam as suas funções anteriormente estabelecidas (Frenkel et al., 2021; Stogner et al., 2020). Em 11 de Março de 2020, a Organização Mundial da Saúde declara o surto da doença de covid-19 como uma pandemia global (Drew & Martin, 2020), sendo que os profissionais de forças policiais foram dos mais afetados tendo em conta que faziam parte dos trabalhadores essenciais. Pelo facto de serem parte da linha da frente e devido à natureza do seu trabalho, estes tiveram de estar presentes na comunidade de forma a protegê-la e servi-la, levando-os então a experienciar um risco acrescido visto que não eram imunes aos novos fatores de *stress* provocados por esta pandemia. Estes profissionais foram então afetados negativamente em várias dimensões como o *stress* e segurança física laboral (Drake & Altheimer, 2020; Frenkel et al., 2021; Stogner et al., 2020), com perceções diferentes do que é uma fonte de *stress* consoante o sexo (He et al., 2002; Kim et al., 2016).

Este *stress* origina então consequências a nível de saúde e económicas (ILO, 2016 as cited in Fortes et al., 2020), sendo que segundo a mesma fonte, empresas gastam anualmente biliões de euros com os seus colaboradores em problemas relacionados com a saúde mental, sendo possível observar também que o desempenho dos mesmos nas organizações é afetado (Topper, 2007). Segundo Fortes et al. (2020), este impacto causado no bem-estar pelo *stress* ocupacional levou a Organização Mundial de Saúde a reconhecer globalmente a importância da prevenção e promoção da saúde mental no local de trabalho.

Tendo isto em consideração e com um crescente número de profissionais do sexo feminino nas forças policiais, com uma imposição mínima de 15 e 20% (Lusa, 2021c), torna-se então pertinente fazer a distinção entre sexos, pois é possível concluir que as funções desempenhadas variam conforme o sexo, ou seja, os riscos à segurança física destes profissionais também (He et al., 2002; Kim et al., 2016). Por conseguinte, torna-se então pertinente estudar os fatores que impactam e originam *stress* nestes profissionais, influenciados pela segurança física laboral e o sexo dos mesmos, em contexto de pandemia, sendo este o objetivo do estudo. Como resultado, o mesmo pode contribuir para a implementação de programas de *coping* e estratégias de forma a garantir a segurança e o bem-estar destes profissionais (Nisar & Rasheed, 2020).

### **Enquadramento Teórico**

#### ***Stress ocupacional e as forças policiais***

O *stress* envolve uma sequência de eventos que inclui exigências internas e externas, um conjunto de processos avaliativos através dos quais essas exigências são percebidas como significativas (quer seja por ameaça ou impacto no funcionamento normal do indivíduo) e a constituição de uma resposta que normalmente afeta o bem-estar do mesmo, quer físico quer mental (Jiang, 2021; Mackay et al., 2004).

Quanto ao *stress* ocupacional, este refere-se ao *stress* proveniente do ambiente de trabalho (Fortes et al., 2020), que pode ser causado pelo estilo de liderança, falta de suporte e comunicação (Kop et al., 1999), ou até mesmo ao *stress* causado pela própria atividade profissional, como excesso de trabalho (Collins & Gibbs, 2003), turnos de trabalho longos (Hartley et al., 2011) e pressão exercida (Macklem, 2005 as cited in Colligan & Higgins, 2006). Recentemente, o *stress* ocupacional é reconhecido como um fenómeno global complexo.

Segundo Bano (2011), as forças policiais têm uma atividade profissional considerada como das mais stressantes por todo o mundo devido às suas funções, que envolvem bastantes riscos e conseqüentemente *stress*. Estas funções passam então pela proteção de vidas e propriedade, investigação de crimes, fazer respeitar a lei, providenciar segurança (Duran et al., 2020) entre outras. No cumprimento destas funções, estes profissionais enfrentam bastantes riscos à sua saúde física como mental, por exemplo através de lesões fatais e não fatais (Strote et al., 2021), ameaças físicas na resistência a detenções, tirar a vida a um indivíduo ou perder a própria vida e até assistir a esse acontecimento a colegas de trabalho

(Hammad et al., 2012). Em consequência, estes têm de manter um estado de atenção e vigília bastante elevado durante os seus turnos (Duran et al., 2020).

Muitos destes riscos são então considerados fatores de *stress* intrínsecos à profissão, pertencendo ao *stress* ocupacional. Estes fatores podem levar a que nestes profissionais haja um consumo excessivo de álcool (Kohan & O'Connor, 2002), diminuição da satisfação com o trabalho, problemas nas relações com os colegas e família (Violanti, 1997), nível de desempenho e bem-estar reduzido (Anderson et al., 2002; Nisar & Rasheed, 2020), e maiores níveis de fadiga, comportamentos impulsivos e depressões (Bano, 2011).

O *stress* ocupacional pode ainda ser agravado por fatores de *stress* administrativo (fatores relacionados com o departamento, como insegurança no trabalho ou baixo salário), fatores de *stress* organizacional (fatores relacionados com a perceção de apoio da organização, como passividade às necessidades dos trabalhadores) entre outros (Perrier & Toner, 1984 as cited in Violanti & Aron, 1995).

Apesar da existência de estudos que apontam os fatores de *stress* administrativo e organizacional acima mencionados (pertencentes ao *stress* ocupacional) como os fatores que mais provocam *stress* a estes profissionais (Kop et al., 1999), também existem estudos como o de Harpold and Feemster (2002) que indicam que fatores relacionados com o exercer das funções em si, que influenciam a segurança física laboral destes profissionais, são a principal fonte de *stress*. Deste modo, torna-se pertinente explorar o tópico de segurança física laboral no contexto das forças policiais.

### ***Segurança Física Laboral***

A segurança física laboral está relacionada com a minimização de perda, monitorizando os locais de trabalho e aconselhando os trabalhadores a implementar melhores práticas de forma a alterar os comportamentos no trabalho, caso necessário (Friend & Kohn, 2018). Segundo Goetsch (2010), este campo tem vindo a mudar por vários fatores como: o aparecimento de novos fatores de risco, o surgir de novas legislações e regulamentos de saúde e segurança, maior pressão por parte das entidades reguladoras, entre outros.

No entanto, no contexto deste estudo, a segurança física laboral das forças policiais está relacionada com os riscos físicos enfrentados no dia-a-dia por estes profissionais como homicídios, doenças transmissíveis e lesões, sendo que estes riscos variam conforme a tarefa que estejam a desempenhar, como por exemplo, paragens de trânsito, detenções, resposta a distúrbios, vigia de prisioneiros, entre outros (Mayhew & Graycar, 2001).

No contexto de pandemia de covid-19, o *stress* ocupacional e a segurança física laboral nas forças policiais tornaram-se um tema ainda mais importante de ser estudado, sendo que esta originou um risco acrescido à segurança física laboral destes profissionais.

### ***Stress ocupacional e segurança física laboral em pandemia covid-19***

Enquanto maioria dos incidentes críticos que envolvem as forças policiais apenas têm impacto durante um curto período de tempo e numa área geográfica delimitada, a doença covid-19 espalhou-se rapidamente por todo o mundo, tendo sido considerada como uma emergência de saúde pública por um longo período de tempo (Frenkel et al., 2021). Com a pandemia do covid-19, todos os membros da sociedade foram impactados, quer com a alteração de normas, quer por perturbações causadas. No caso das forças policiais, estes desempenharam um papel crucial no controlo da dispersão do vírus, ficando responsáveis por coordenar encerramentos de locais, promover o distanciamento social e garantir a permanência das pessoas nas suas residências enquanto cumpriam as suas funções anteriormente estabelecidas (Frenkel et al., 2021; Stogner et al., 2020).

Estes profissionais não eram imunes aos novos fatores de *stress* provocados pela pandemia do covid-19, sendo que estes foram dos mais afetados tendo em conta que faziam parte dos trabalhadores essenciais, ou seja, apesar da pandemia, deviam continuar a trabalhar no “terreno” pois assumiam um papel crucial. Devido a fazerem parte da linha da frente e devido à natureza do seu trabalho, estes tinham de estar presentes na comunidade de forma a protegê-la e servi-la, levando-os então a experienciar um risco acrescido, pois tinham uma exposição acrescida ao vírus, o que podia aumentar o nível de *stress* (Stogner et al., 2020). Com este aumento, as forças policiais podem reagir sob *stress* e de forma mais abrupta, devido ao peso de fatores como o sentido de responsabilidade de manter a segurança pública, o risco de contaminação através das interações com a comunidade e o risco de colocar as suas famílias em perigo (Frenkel et al., 2021; Stogner et al., 2020).

As políticas de combate ao covid-19 resultaram em várias alterações. Algumas destas alterações são relativas a mudanças de turnos e horas de trabalho, sendo que por exemplo, em alguns países europeus como Alemanha e a Holanda, procedeu-se à transição de trabalho presencial para teletrabalho sempre que possível, de forma a garantir o distanciamento entre estes profissionais nos departamentos (Frenkel et al., 2021). Outras alterações estão relacionadas com protocolos estabelecidos, como por exemplo, o ajustamento de práticas e respostas policiais à nova realidade de pandemia. Isto aconteceu com o objetivo de limitar a

exposição destes profissionais ao vírus, de forma a garantir que estes não eram infetados, o que também exigiu por parte destes profissionais um nível mais elevado de vigilância, sendo que esta necessidade de hiper vigilância também era fruto das interações com os colegas de trabalho, que se podiam encontrar infetados sem o saber.

Outra grande mudança foi a obrigatoriedade do uso de equipamento de proteção individual (Assembleia da República, 2020) sendo que alguns destes equipamentos, no início da pandemia, acabaram por escassear devido ao pânico, dando origem à fraude dos mesmos. Por conseguinte, a pandemia e a reposta à mesma, através da exposição diária ao *stress* e transformação constante dos protocolos de segurança, acabaram por introduzir novos fatores de *stress* e agravar os já existentes nesta atividade profissional, acabando por afetar dimensões como o desempenho, satisfação e compromisso no trabalho (Anderson et al., 2002; Nisar & Rasheed, 2020), condições laborais e segurança física laboral (Stogner et al., 2020), sendo que este estudo se foca na última. Por exemplo, de forma global, foram surgindo protestos de grande escala às medidas de combate à pandemia e não só. Garantir a segurança durante protestos de grande escala constitui uma situação stressante para estes profissionais, no entanto, no contexto de pandemia, este torna-se num desafio ainda maior, sendo que estes profissionais encontravam-se responsáveis por marcar presença no sentido de reprimir a violência, mas também a encorajar o distanciamento social e o uso de equipamento de proteção individual (Stogner et al., 2020).

Outro exemplo são as detenções e confrontos, sendo que estas violavam as políticas de distanciamento social, colocando estes profissionais em risco de serem contaminados (Frenkel et al., 2021). Este risco acaba por ser agravado por contaminação intencional (Jennings & Perez, 2020), pois, nos Estados Unidos da América por exemplo, as forças policiais foram alertadas que grupos extremistas encorajavam os seus membros já portadores de covid-19 a contaminar estes profissionais (Margolin, 2020 as cited in Jennings & Perez, 2020). Esta contaminação dá-se através de espirros, tosse ou até mesmo através do ato intencional de cuspir para estes profissionais, daí a importância do uso de equipamento de proteção individual como máscaras, luvas, viseiras para a face, fatos de proteção, entre outros, sendo que estes são eficazes em reduzir o risco de contaminação e de contrair a doença (Jennings & Perez, 2020; Strote et al., 2021). Para ajudar a mitigar ainda mais este risco, foram recomendados protocolos que incentivavam a limpeza e desinfeção de todo o equipamento antes de o voltarem a usar e a utilização de um procedimento correto para o descartar do equipamento de proteção individual e para a limpeza dos seus uniformes. (CDC, 2020 as cited in Jennings & Perez, 2020). Segundo Stogner et al. (2020), estes protocolos e equipamento

impactam o *stress* sentido por estes profissionais de duas formas. Uma é sendo que cada momento que passam a se munir, preparar e descartar equipamento, seguindo os protocolos, contribui para que não completem outras funções essenciais. A outra está relacionada com o facto de o equipamento tolher a execução normal das funções destes profissionais, sendo que este pode obstruir o campo de visão, respiração e o controlo sobre alguns objetos.

No que diz respeito ao contexto português, a segurança física destes profissionais no período pandémico também foi posta em risco por exemplo através de manifestações, desacatos e ataques e vacinação. Alguns exemplos foram: a manifestação contra a gestão da pandemia e por uma maior liberdade individual e social que juntou perto de 3000 pessoas em Lisboa, onde a grande maioria dos manifestantes não usou máscara e não cumpriu a distância social de segurança (Lusa, 2021b) e a manifestação do setor de restauração, no Porto, sendo que esta acabou em confrontos entre as pessoas que protestavam e as autoridades (Lusa & Público, 2020; TVI24, 2020).

No que concerne aos desacatos, alguns exemplos estão relacionados com o futebol, onde em Lisboa, houve desacatos entre polícia e adeptos do Sporting Clube de Portugal, levando a que vários adeptos e agentes da polícia ficassem feridos (Dantas, 2021). Outro desacato relacionado com o futebol deu-se no Porto, com adeptos do clube de futebol Manchester City, registando-se um adepto e polícia ferido, sendo também realizadas detenções (Dantas & Lusa, 2021).

No que diz respeito aos ataques, um caso ocorreu em Sintra, onde um homem de 38 anos, infetado com a doença covid-19, mordeu nas costas um agente da Polícia de Segurança Pública. Devido a este ataque, 14 polícias da esquadra tiveram de ser testados ao covid-19 (Curado, 2020).

Por fim, quanto à vacinação, segundo a agência Lusa (2021a), reportado pela Associação Sindical dos Profissionais da Polícia, houve uma garantia de 50% das vacinas para estes profissionais convocados para trabalhar na linha da frente em período de pandemia, no entanto apenas foram vacinados metade dos efetivos, ou seja, foram enviados polícias para ações de fiscalização de combate à pandemia, para cimeiras e para eventos desportivos sem estarem vacinados. Isto colocou ainda mais em risco estes profissionais, sendo que a vacinação é essencial para proteger os próprios e a restante população. Com isto, é levantada a seguinte hipótese:

*H1: A segurança física laboral prediz negativamente o stress ocupacional das forças policiais, no período pandémico.*

### ***O papel do sexo***

Segundo a literatura, em vários estudos, a distinção entre sexos nos fatores de *stress* não é realizada, sendo esta bastante escassa (He et al., 2002; Kurtz, 2012). Os estudos iniciais neste campo focavam-se principalmente em profissionais do sexo masculino (He et al., 2002) ou misturavam o sexo masculino com feminino (Violanti et al., 2016). Segundo He et al. (2002), também não era possível fazer comparações significativas devido a uma limitação da informação recolhida, ou seja, o tamanho da amostra de profissionais do sexo feminino não ser grande o suficiente comparativamente com o sexo masculino. Apesar do facto, o número de profissionais das forças policiais do sexo feminino tem vindo a aumentar (He et al., 2002; Kim et al., 2016; Lusa, 2021c), tornando-se importante fazer a distinção entre os dois sexos, pois para além de ambos terem perceções diferentes do que é perturbador, do que pode ser uma fonte de *stress*, (Kim et al., 2016) também é possível concluir que os riscos à segurança física destes profissionais variam conforme o seu sexo.

De acordo com o estudo de Hulett et al. (2007), do qual a amostra utilizada são bombeiros, uma profissão considerada de risco e da linha da frente como as forças policiais, é possível concluir que um maior número de profissionais do sexo feminino reportou problemas relacionados com equipamento não adequado (80%) comparativamente com os profissionais do sexo masculino (21%), o que pode levar a lesões tanto físicas como respiratórias, por exemplo queimaduras ou excessiva inalação de fumo.

No entanto, nas forças policiais, é possível concluir que os riscos à segurança física destes profissionais variam conforme as funções desempenhadas pelos mesmos, que variam conforme o seu sexo. Apesar dos escassos estudos neste campo, no estudo de Angehrn et al. (2021) foi concluído que profissionais do sexo feminino eram excluídas de certas situações que envolvessem detenções e uso de força e convocadas repetitivamente a situações que envolvessem mais a escuta. Este estudo vai ao encontro da literatura que aborda as forças policiais, sendo que, tradicionalmente, profissionais do sexo feminino estão menos expostas a situações ameaçadoras e violentas comparativamente com profissionais do sexo masculino, sendo que lidam com mais situações domésticas e que envolvam crianças (Angehrn et al., 2021; Brown & Heidenshohn, 2000, as cited in Burke & Mikkelsen, 2005). Também segundo Brown and Fielding (1993) e He et al. (2002) os profissionais de sexo masculino estão mais expostos a situações que envolvam detenções de indivíduos violentos e situações de manutenção de ordem pública em grande escala enquanto os profissionais de sexo feminino estão mais expostos a situações de discriminação de sexo e vítimas de ofensas sexuais. Não obstante, este estudo foca-se no período pandémico, no qual a literatura sobre este tópico é

escassa. Contudo, segundo o estudo de Huang et al. (2021), realizado no período pandêmico, é possível observar a existência de diferenças no *stress* ocupacional conforme o sexo dos profissionais das forças policiais, sendo que os profissionais do sexo masculino experienciam maior *stress* ocupacional do que as profissionais do sexo feminino, sendo que o autor supõe que chega a este resultado talvez por mais profissionais do sexo masculino trabalharem no “terreno”, onde são enfrentados fatores de *stress* originados e agravados pela pandemia. Tendo em conta os argumentos acima mencionados, é formulada a seguinte hipótese:

*H2: Relação entre a segurança física laboral e stress é mais forte (potenciado) nos homens do que nas mulheres das forças policiais, durante o período pandêmico.*

## **Método**

### **Procedimento**

O presente estudo faz parte de um projeto mais alargado, Work@frontline, que visa caracterizar a vivência dos trabalhadores da linha da frente ao longo da pandemia, com particular enfoque no primeiro momento de confinamento (iniciado a dia 18 de março de 2020 e terminado a dia 2 de maio de 2020) e o momento da recolha atual dos dados. No que diz respeito ao estudo que é apresentado nesta dissertação, este teve como principal objetivo perceber, durante o primeiro confinamento pela covid-19, se existiam diferenças significativas entre o *stress* ocupacional e a segurança física laboral e se as mesmas são influenciadas pelo sexo. Um critério de inclusão foi criado, estando este relacionado com o momento de trabalho, pelo que todos os participantes deste estudo teriam de ter trabalhado no período do primeiro confinamento. Para efeitos do projeto Work@frontline foi contruído um questionário (cf., Anexo A) em versão digital (com recurso ao *Qualtrics*) e física, sendo que o mesmo inicia-se com o consentimento informado, no qual são apresentados os objetivos do projeto e a garantia de anonimato do participante no processo de preenchimento, assegurando ao mesmo privacidade e confidencialidade dos dados fornecidos (pois as informações recolhidas não implicaram dados de teor pessoal) assim como o reforço que a participação do mesmo é voluntária, havendo possibilidade de desistência de participação. De seguida, é constituído por caracterização sociodemográfica. Após o preenchimento desta informação, foi solicitado aos participantes que nas respostas dadas em relação às variáveis em estudo, sendo elas a segurança física laboral e o *stress* ocupacional, se posicionassem quanto ao primeiro confinamento e ao momento da recolha atual. O preenchimento do questionário teve uma duração média de preenchimento de 35 minutos.

O processo de recolha de dados foi realizado ao longo do mês de março a maio de 2022, sendo que o presente estudo adotou uma metodologia quantitativa, por meio do preenchimento de um questionário online, com o apoio da plataforma *Qualtrics* e de um questionário físico. Numa vertente online, o link de acesso foi partilhado em plataformas digitais como o *Facebook*, *Whatsapp* e *Instagram* e foi estabelecido contacto com destacamentos territoriais e postos da PSP e GNR via e-mail, partilhando o estudo e solicitando a participação no mesmo. Numa vertente presencial, elementos destas forças policiais preencheram os questionários sendo estes posteriormente lançados no *software Qualtrics*.

### **Amostra**

A amostra deste estudo é composta por 174 participantes, 154 homens (89%) e 20 mulheres (11%). As idades dos mesmos estão compreendidas entre os 22 e os 60 anos de idade ( $M = 42.37$ ;  $DP = 8.70$ ). Ao nível da escolaridade, há 10 participantes com habilitações literárias correspondentes ao 3º ciclo (6%), 122 com habilitações de ensino secundário (70%) e, por fim, 42 participantes com ensino superior (24%), dos quais 31 possuem bacharelato/licenciatura e 11 possuem o mestrado. Relativamente à área de residência, os participantes são provenientes na sua maioria da região Norte de Portugal (43%), mas a amostra compreende também indivíduos da Região Centro (29%), Alentejo (12%), Lisboa (9%) e Algarve (7%). Em relação à dimensão da organização, 8 profissionais estão presentes em pequenas empresas, 4 em médias empresas e 151 em grandes empresas. Contudo, 11 participantes não souberam responder.

### **Instrumentos**

#### ***Stress ocupacional***

O *stress* ocupacional dos participantes foi medido através do Questionário de Stress Ocupacional – Versão Geral (QSO-VG; Gomes, 2010). Foi pedido aos participantes que indicassem em que medida cada uma das afirmações lhes causava *stress* no seu trabalho no momento do primeiro confinamento ( $0 = nenhum stress$ ,  $4 = elevado stress$ ). O questionário avaliou 7 dimensões: (1) relação com utentes (e.g., “Atitudes negativas relativamente ao nosso trabalho por parte das pessoas a quem presto os meus serviços (ex.: clientes, cidadãos, etc.)”, 4 itens,  $\alpha = .89$ ); (2) relação com chefias (e.g., “Conflitos e problemas com superiores hierárquicos”, 3 itens,  $\alpha = .78$ ); (3) relação com colegas (e.g., “Conflitos e problemas com

colegas de trabalho”, 3 itens,  $\alpha = .83$ ); (4) excesso de trabalho (e.g., “Trabalhar muitas horas seguidas”, 4 itens,  $\alpha = .78$ ); (5) carreira e remuneração (e.g., “A falta de possibilidades de desenvolvimento e promoção na carreira”, 4 itens,  $\alpha = .54$ ); (6) problemas familiares (e.g., “Falta de tempo para manter uma boa relação com as pessoas mais próximas (ex: cônjuge, filhos, amigos, etc.)”, 3 itens,  $\alpha = .76$ ); (7) condições de trabalho (e.g., “Falta de condições de trabalho”, 3 itens,  $\alpha = .79$ ). Foi calculado um valor para cada dimensão com base na média dos itens. Seguindo o mesmo procedimento, foi também calculado um valor geral de *stress* ocupacional ( $\alpha = .91$ ).

### ***Segurança física laboral***

A segurança física laboral dos participantes foi medida através de questões que teriam como base o Questionário “*Workplace safety and coronavirus disease (COVID-19) pandemic: survey of employees*” (Wong et al., 2020), as normas impostas pela Direção Geral da Saúde (Direção Geral da Saúde, 2021) e a dimensão “danger” do questionário *Short Health Anxiety Inventory* (Taylor, et al., 2020). Foi pedido aos participantes que indicassem a frequência com que cada uma das 20 afirmações ocorria no seu trabalho no momento do primeiro confinamento ( $1 = nunca$ ,  $5 = sempre$ ), por exemplo: “Tenho acesso a Equipamentos de Proteção Individual”. (cf. Anexo A). Para efeitos deste estudo foram usadas 12 das 20 afirmações, sendo calculado um valor único com base na média dos itens, sendo que valores mais elevados refletiam uma maior perceção de segurança física laboral ( $\alpha = .93$ ).

## **Resultados**

### **Análises preliminares**

O primeiro passo na análise destes dados foi proceder à realização da estatística descritiva e à verificação do pressuposto de normalidade através da análise da sua assimetria (*sk*) e curtose (*ku*). Tanto a perceção de *Stress* Ocupacional ( $sk = -0.05$ ,  $ku = -0.88$ ), como a perceção de Segurança Física Laboral ( $sk = 0.07$ ,  $ku = -0.79$ ) cumpriram o pressuposto em questão, uma vez que os valores se encontram dentro dos intervalos definidos ( $-3 > sk < 3$  e  $-10 > ku < 10$ , cf. Kline, 2011).

A análise geral das médias permitiu concluir que os participantes apresentaram níveis moderados de *stress* ( $M = 2.65$ ,  $DP = 0.73$ ) e níveis de perceção de segurança física laboral em torno do ponto médio da escala ( $M = 3.21$ ,  $DP = 1.03$ ). De seguida, procedeu-se à análise

do Coeficiente de Correlação de Pearson, sendo que foi possível verificar a existência de uma correlação negativa e significativa entre as mesmas, ou seja, estas variam em sentidos opostos [ $r(47) = -.235, p = .005$ ], isto é, quanto mais elevados os níveis de *stress*, menores os níveis de segurança física laboral, e vice-versa.

### Teste de hipóteses

De seguida, procedeu-se ao teste das hipóteses, sendo que se esperava que a perceção de segurança física laboral predissesse negativamente os níveis de *stress* ocupacional (H1) e que esta relação fosse moderada pelo sexo (sendo mais fraca nos homens; H2).

Para testar as duas hipóteses, foi realizada uma regressão hierárquica. No modelo 1 colocaram-se as variáveis “sexo” e “segurança física laboral” como preditores e no modelo 2, inseriu-se a variável que resulta da interação Sexo x Segurança Física Laboral (testando-se, assim, o efeito moderador da variável sexo) na variável “*stress* ocupacional”, que foi colocada como variável dependente. Os resultados mostraram que o modelo 1 é estatisticamente significativo,  $F(2, 139) = 4.01, p = .020, R^2 = .06$ . Conforme esperado, a segurança física laboral dos participantes prediz negativamente o *stress* ocupacional, ou seja, quanto menor a perceção de segurança física laboral sentida pelos participantes, mais elevados os níveis de *stress* ocupacional que estes reportam. Os resultados suportam, assim, H1.

No que diz respeito ao modelo 2, este não se mostrou estatisticamente significativo:  $F(3, 139) = 2.66, p = .051, R^2 = .06$ . Ao contrário do que era esperado, o sexo não assume um papel moderador na relação entre as duas variáveis, pelo que H2 foi refutada. Os resultados encontram-se sintetizados na Tabela 1.

**Tabela 1**

*Regressão hierárquica das variáveis Sexo, Segurança Física Laboral e produto da interação entre ambas como predictoras do Stress Ocupacional*

Preditores	<i>b</i>	<i>t</i>	$\beta$	<i>p</i>
Segurança Física Laboral	-.16	-2.83	-.24	.005
Sexo X Segurança Física Laboral	-.02	-.10	-.04	.922

## Análises Exploratórias

Com a análise anterior foi possível verificar que o sexo não assume um papel moderador na relação entre a segurança física laboral e o *stress* ocupacional, ao contrário do que era esperado. A título exploratório, procedeu-se a uma comparação dos níveis de *stress* ocupacional e de segurança física laboral entre homens e mulheres. Recorreu-se a um teste *t* para amostras independentes. Os resultados mostraram que não existem diferenças significativas entre homens e mulheres no que diz respeito aos níveis de *stress* ocupacional geral [ $t(140) = 0.17$ ;  $p = .867$ ;  $M = 2.65$ ,  $DP = 0.75$  para homens,  $M = 2.62$ ,  $DP = 0.54$  para mulheres] e segurança física laboral [ $t(170) = -1.06$ ;  $p = .290$ ;  $M = 3.18$ ,  $DP = 1.03$  para homens,  $M = 3.44$ ,  $DP = 1.05$  para mulheres] reportados.

De seguida, explorou-se se existiam diferenças entre homens e mulheres nas diferentes dimensões do *stress* ocupacional, recorrendo uma vez mais a teste *t* para amostras independentes. Os resultados encontram-se sintetizados na Tabela 2, concluindo-se que não existem diferenças significativas entre homens e mulheres nas diferentes dimensões do *stress* ocupacional.

**Tabela 2**

*Teste t para amostras independentes entre homens e mulheres nas diferentes dimensões do Stress Ocupacional*

<b>Stress Ocupacional</b>	<b>gl</b>	<b>t</b>	<b>p</b>	<b>Homens (M, DP)</b>	<b>Mulheres (M, DP)</b>
Relação com Utentes	133	0.67	.502	2.67(0.91)	2.51(0.75)
Relação com Chefias	132	0.86	.446	2.47(0.87)	2.27(0.90)
Relação com Colegas	125	-1.59	.394	1.99(0.90)	2.40(1.03)
Excesso de Trabalho	29	-1.01	.173	2.67(0.93)	2.84(0.57)
Carreira e Remuneração	140	0.68	.495	2.82(0.91)	2.65(1.04)
Problemas Familiares	138	-.33	.740	2.76(1.03)	2.84(0.83)
Condições de Trabalho	136	0.82	.413	2.67(0.94)	2.47(0.87)

Por fim, e de modo a aferir se os participantes reportavam diferentes níveis de *stress*, considerando a sua perceção de segurança física laboral, foi calculado o valor da mediana para esta última variável ( $Mdn = 3.08$ ). Com base neste valor, os participantes foram divididos em dois grupos: alta segurança física laboral ( $> 3.08$ , 87 participantes,  $M = 3.89$ ,  $DP = 0.53$ )

e baixa segurança física laboral ( $< 3.08$ , 85 participantes,  $M = 2.99$ ,  $DP = 0.51$ ). De seguida, realizaram-se Testes  $t$  para amostras independentes com o objetivo de comparar estes dois grupos nas diferentes dimensões do *stress* ocupacional. Os resultados encontram-se sintetizados na Tabela 3.

**Tabela 3**

*Teste t para amostras independentes entre grupos de alta e baixa segurança física laboral nas diferentes dimensões do Stress Ocupacional*

<b>Stress Ocupacional</b>	<b>gl</b>	<b>t</b>	<b>p</b>	<b>Baixa Segurança (M, DP)</b>	<b>Alta Segurança (M, DP)</b>
Relação com Utentes	131	3.38	<.001	2.90(0.83)	2.40(0.88)
Relação com Chefias	130	1.58	.116	2.56(0.84)	2.32(0.90)
Relação com Colegas	123	1.43	.155	2.13(0.94)	1.90(0.86)
Excesso de Trabalho	136	1.87	.063	2.83(0.96)	2.55(0.79)
Carreira e Remuneração	138	2.22	.028	2.97(0.89)	2.63(0.93)
Problemas Familiares	136	2.67	.009	2.99(0.97)	2.55(1.01)
Condições de Trabalho	134	2.76	.007	2.85(0.89)	2.42(0.92)

Os resultados mostraram que não existem diferenças significativas entre os dois grupos de segurança física laboral percebida relativamente à relação com as chefias, relação com colegas e excesso de trabalho. Contudo, existem diferenças significativas relativamente à relação com utentes, carreira e remuneração, problemas familiares e condições de trabalho.

Em suma, o grupo de baixa segurança física laboral percebe maiores níveis de *stress* na relação com utentes e relativamente a aspetos relacionados com carreira e remuneração, problemas familiares e condições de trabalho do que o grupo de alta segurança física laboral.

### **Discussão dos resultados**

Este estudo teve como principal objetivo verificar se nas forças policiais, a percepção de segurança física laboral predizia negativamente os níveis de *stress* ocupacional e se esta relação era moderada pelo sexo durante o primeiro confinamento provocado pelo covid-19, compreendido entre março e maio de 2020, em Portugal.

De uma forma geral, os resultados do mesmo demonstraram que a segurança física laboral dos participantes prediz negativamente o *stress* ocupacional que estes reportam e que em quatro de sete dimensões do *stress* ocupacional, os participantes que percecionam uma baixa segurança física laboral, percecionam maiores níveis de *stress*. No que diz respeito ao sexo, esta variável não se assumiu como significativa, sendo que para além de não assumir um papel moderador na relação entre o *stress* ocupacional e a segurança física laboral, não foram encontradas diferenças significativas entre homens e mulheres nas diferentes dimensões do *stress* ocupacional, no *stress* ocupacional geral e na segurança física laboral.

No que diz respeito à primeira hipótese, na qual se esperava que a perceção de segurança física laboral predissesse negativamente os níveis de *stress* ocupacional, os resultados corroboraram a mesma, ou seja, quanto menor a perceção de segurança física laboral sentida pelos participantes, mais elevados são os níveis de *stress* ocupacional que estes reportam. Conforme a literatura, as forças policiais já eram consideradas uma das profissões mais stressantes devido às funções exercidas (Bano, 2011), pois enfrentam riscos à sua segurança física no cumprimento das mesmas (Strote et al., 2021). Com o ocorrer da pandemia covid-19, as forças policiais experienciaram um risco acrescido à sua segurança física devido a um maior risco de contrair o vírus, pois estavam mais expostos ao mesmo no cumprimento das suas funções, amplificando assim as situações stressantes pelas quais estes profissionais já passavam, como detenções e confrontos (Frenkel et al., 2021; Jennings & Perez, 2020), manifestações (Lusa, 2021b; Lusa & Público, 2020; TVI, 2020), desacatos (Dantas, 2021; Dantas & Lusa, 2021) e ataques à integridade física (Curado, 2020). A pandemia originou também novos fatores que põem em causa a segurança física laboral destes profissionais e causam *stress* nos mesmos, por exemplo através da contaminação intencional (Margolin, 2020 as cited in Jennings & Perez, 2020), do uso obrigatório de EPI e o que este uso envolve (Stogner et al., 2020), ou seja, o protocolo de limpeza e desinfeção de todo o equipamento assim como o seu uso e forma correta de o descartar (CDC, 2020 as cited in Jennings & Perez, 2020). Face aos argumentos acima mencionados, os resultados da primeira hipótese deste estudo demonstraram-se consistentes com a literatura.

Relativamente à segunda hipótese, na qual se esperava que a relação entre o *stress* ocupacional e a segurança física laboral fosse moderada pelo sexo, os resultados demonstraram que esta foi refutada, ou seja, o sexo não assume um papel moderador na relação entre a segurança física laboral e o *stress* ocupacional. Segundo a literatura, apesar dos escassos estudos que abordam a relação que o sexo assume com o *stress* ocupacional e segurança física laboral, esta torna-se cada vez mais relevante de explorar devido ao facto de

haver cada vez mais profissionais do sexo feminino a integrar as forças policiais (He et al., 2002; Kim et al., 2016; Lusa, 2021c). Tendo em conta esta aumento, torna-se então importante fazer a distinção entre os dois sexos pois estes podem ter perceções diferentes do que é considerado uma fonte de *stress* (Kim et al., 2016) e as funções atribuídas aos mesmos também variam conforme o sexo, ou seja, os riscos à segurança física destes profissionais também (Angehrn et al., 2021; Brown & Fielding., 1993; Brown & Heidenshohn, 2000 as cited in Burke & Mikkelsen, 2005; He et al., 2002). São também relatadas situações como no estudo de Hulett et al. (2007), no qual a segurança física laboral dos profissionais de sexo feminino encontra-se em maior risco do que a dos profissionais do sexo masculino devido a desajustamento de equipamento usado e a do estudo de Huang et al. (2021), que aponta que os que os profissionais do sexo masculino experienciam maior *stress* ocupacional do que as profissionais do sexo feminino talvez por mais profissionais do sexo masculino trabalharem no “terreno”, onde são enfrentados fatores de *stress* originados e agravados pela pandemia. Neste estudo, os resultados relativos à segunda hipótese vão contra a literatura, talvez por particularidades contextuais em duas vertentes e pela amostra. Primeiramente, tendo em conta a variedade entre países e contextos na forma como cada departamento trabalha, por exemplo no que toca a distribuição de funções, equipamento fornecido, políticas internas, entre outras, tornando-se mais complicado retirar as mesmas conclusões para países diferentes. Em segundo lugar, a cultura de um país em relação às forças policiais e ao sistema de justiça pode influenciar a frequência e a magnitude do tipo situações enfrentadas por profissionais o que por sua vez, afeta o papel do sexo na relação entre a segurança e o stress (Burke & Mikkelsen, 2005). Por fim, no que diz respeito à amostra, é possível que tanto o tamanho como a diferença proporcional entre os profissionais do sexo masculino e feminino tenham influenciado a capacidade de identificar o sexo como variável moderadora na relação entre o stress ocupacional e a segurança física laboral, ou seja, a dimensão da amostra e a distribuição desproporcional entre homens e mulheres podem ter sido fatores que limitaram o impacto do sexo (He et al., 2002).

Por consequência, a título exploratório, procedeu-se à comparação dos níveis de *stress* ocupacional e de segurança física laboral entre homens e mulheres, sendo que também não foram verificadas diferenças significativas. De seguida, e de forma a esgotar a informação que a variável sexo podia oferecer, explorou-se se existiam diferenças entre homens e mulheres nas múltiplas dimensões do *stress* ocupacional, sendo que, tal como referido acima, as funções atribuídas variam conforme o sexo assim como a perceção do que pode ser considerado fonte de *stress*. Uma vez mais, não foram verificadas diferenças significativas

entre sexos. Consistente com a literatura, o tamanho da amostra do sexo feminino em comparação com o sexo masculino pode estar na origem de não haver diferenças significativas entre sexos na relação entre ambas as variáveis, sendo que em estudos anteriores, segundo He et al. (2002), o tamanho da amostra de profissionais do sexo feminino também se apresentava como uma limitação para fazer comparações significativas.

Por fim, e ainda a título exploratório, de modo a aferir se os participantes reportavam diferentes níveis de *stress* ocupacional nas suas várias dimensões, considerando a sua perceção de segurança física laboral, os mesmos foram divididos em dois grupos, baixa segurança física laboral e alta segurança física laboral. Através da leitura dos resultados, é possível verificar que existem diferenças significativas entre os dois grupos de segurança física laboral percecionada relativamente à relação com utentes, carreira e remuneração, problemas familiares e condições de trabalho, sendo que o grupo de baixa segurança física laboral perceciona maiores níveis de *stress* nessas dimensões do que o grupo de alta segurança física laboral.

Relativamente a problemas familiares, o resultado obtido para esta dimensão pode estar relacionado com conflito entre trabalho e família. A baixa segurança física laboral sentida pelos profissionais, sendo que no cumprimento das suas funções estes enfrentam riscos quer físicos, quer mentais (Strote et al., 2021), pode afetar não só as suas vidas numa vertente profissional, mas também pessoal (Violanti, 1997), talvez por colocarem as suas famílias em risco (Frenkel et al., 2021; Stogner et al., 2020), por colocarem as suas vidas em perigo mortal ou por ferimentos sofridos (Hammad et al., 2012).

No que diz respeito à carreira e remuneração e condições de trabalho, segundo Stogner et al. (2020), a segurança física laboral foi uma das dimensões afetadas pela pandemia e a resposta à mesma, sendo que esta acabou por introduzir novos fatores de *stress* e agravar os já existentes nesta atividade profissional. Outras dimensões afetadas foram o desempenho, satisfação, compromisso no trabalho (Anderson et al., 2002; Nisar & Rasheed, 2020) e condições laborais (Stogner et al., 2020). Assim sendo, uma baixa perceção de segurança física laboral poderá exacerbar o *stress* sentido nas dimensões de carreira e remuneração e condições de trabalho. Exemplificando, segundo a Lusa (2021a), foram enviados polícias para ações de fiscalização de combate à pandemia, para cimeiras e para eventos desportivos sem estarem vacinados, o que poderá ter afetado o *stress* destes profissionais ao sentir a sua segurança, assim como da comunidade, posta em risco. Este exemplo acaba também por estar diretamente ligado a dimensão da interação com utentes, sendo que os profissionais que percecionam baixa segurança física laboral terão percecionado

mais stress nesta dimensão talvez por em interações como detenções e confrontos, serem violadas políticas de distanciamento social e uso obrigatório de máscaras, colocando estes profissionais em risco de serem contaminados (Lusa, 2021b; Frenkel et al., 2021; Lusa & Público, 2020; TVI, 2020), o que poderia acontecer de forma intencional (Jennings & Perez, 2020).

No entanto, também é possível verificar, através da leitura dos resultados, que não existem diferenças significativas entre o grupo que percebe baixa segurança física laboral e o grupo que percebe alta segurança física laboral no que concerne à relação com as chefias, relação com colegas e excesso de trabalho. A ausência de diferenças significativas entre estes pode ser explicada talvez pelo suporte oferecido pelos colegas e chefia. Este suporte assume um papel importante no colmatar do stress percebido por estes profissionais pois, para estes, a o tipo de stress por qual passam apenas pode ser totalmente compreendido pelos seus colegas de trabalho (Graf, 1986 as cited in He et al., 2002). Posto isto, a partilha de experiências e desafios enfrentados, como situações de risco e excesso de trabalho respetivamente, podem contribuir para um ambiente de ajuda entre estes profissionais, o que consequentemente, pode influenciar a forma como estas experiências são vivenciadas. Concluindo, este suporte pode então resultar no minimizar do impacto que variáveis percebidas individuais, como a segurança física laboral, possa ter no stress ocupacional, nomeadamente nas três dimensões acima mencionadas.

### **Limitações**

Algumas limitações que devem ser tidas em consideração neste estudo passam pela recolha de dados e pela amostra. Em relação à recolha de dados, tendo em conta que as perguntas do questionário envolvem a posição do participante no início da pandemia, ou seja, durante o primeiro confinamento (março a maio de 2020) e este foi entregue aos participantes entre março e maio de 2022, num momento em que vacinas já se encontravam asseguradas e via-se um aumento da imunidade, é possível que as respostas aos itens do questionário sejam desvalorizadas ou sobrevalorizadas sendo que os participantes tinham de recordar como se sentiram e as suas percepções num momento específico de tempo, ou seja as suas memórias e percepção podem estar enviesadas o que irá afetar os resultados e posteriormente, a análise dos mesmos. No que toca à amostra, tanto em relação à sua dimensão como à diferença de profissionais de sexo masculino e feminino, seria vantajoso obter uma amostra maior e um maior equilíbrio entre o número de profissionais de sexo masculino e feminino, de forma a obter resultados mais robustos e que representem uma realidade mais abrangente.

Desta forma, torna-se então importante para estudos futuros a redução desta janela temporal assim como a preservação dum equilíbrio na amostra entre as diferentes variáveis a ser analisadas, no caso deste estudo, entre profissionais do sexo masculino e feminino.

### **Conclusão**

Este estudo procura dar a conhecer a realidade que estes profissionais enfrentaram na pandemia e de que forma se relacionaram com as variáveis em estudo, sendo que as conclusões retiradas do mesmo demonstram a importância de se avaliar o *stress* ocupacional percebido por estes profissionais e de que forma este é influenciado pela segurança física laboral e o sexo dos mesmos. Também é de notar as repercussões que a pandemia teve nestes profissionais da linha da frente, tanto a nível físico, como psicológico, ou seja, a pesquisa sobre como a pandemia veio alterar a natureza do trabalho destes profissionais torna-se crucial para compreender as fontes de *stress* específicas às funções destes profissionais e os riscos que as mesmas carregam.

Para estudos futuros, espera-se que a pesquisa realizada assim como os resultados que foram obtidos possam vir a providenciar um contributo pertinente em duas vertentes. Por um lado, para o desenvolvimento de melhores condições no que diz respeito a: segurança física laboral e *stress* ocupacional percebido, assim como outras importantes variáveis a abordar como por exemplo a saúde mental, combatendo os desafios que os mesmos enfrentam a este nível, de forma a contribuir para o bem estar dos mesmos e consequentemente a eficácia nas suas funções; condições de trabalho e apoio organizacional, ou seja como as organizações policiais podem adaptar as suas políticas e cultura na resposta a novos desafios (por exemplo os desafios enfrentados consequentes da pandemia), sendo que estas também desempenham um papel crucial no *stress* que pode ser percebido por estes profissionais e no apoio oferecido aos mesmos. Por outro lado, que alerte para a importância da prevenção e intervenção, sendo que por vezes, a última acaba por não ser necessária se a primeira for tida em conta, sendo necessário para tal perceber os riscos a que estes profissionais estão expostos, estando informado e preparado para lidar com as mesmas, de forma a melhorar a qualidade de vida destes profissionais.

Em suma, estes estudos podem trazer à luz informação e experiências destes profissionais face a estes e outros desafios enfrentados, sendo que a mesma deve ser tida em conta para futuras situações de emergência, pois pode ajudar a identificar uma variedade de programas e estratégias que sejam realmente eficazes no combate e no mitigar do *stress*

sentido pelos mesmos. Desta forma, é facilitado a estes profissionais e organizações a possibilidade de tomar um papel proativo no combate a elevados níveis de *stress* e trauma que possam surgir de novos ou atuais desafios, contribuindo assim para uma força policial mais resiliente.

### Referências Bibliográficas

- Alexopoulos, E. C., Palatsidi, V., Tigani, X., & Darviri, C. (2014). Exploring stress levels, job satisfaction, and quality of life in a sample of police officers in Greece. *Safety and Health at Work*, 5(4), 210–215. <https://doi.org/10.1016/j.shaw.2014.07.004>
- Anderson, G. S., Litzenberger, R., & Plecas, D. (2002). Physical evidence of police officer stress. *Policing: An International Journal of Police Strategies & Management*, 25(2), 399–420. <https://doi.org/10.1108/13639510210429437>
- Angehrn, A., Fletcher, A. J., & Carleton, R. N. (2021). “Suck it up, buttercup”: Understanding and overcoming gender disparities in policing. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(14), 7627. <https://doi.org/10.3390/ijerph18147627>
- Assembleia da República. (2020). Lei n.º 62-A/2020, de 27 de outubro. *Diário da República*, 1.ª série, n.º 209, 2.º Suplemento, 43-(2) a 43-(4). <https://dre.pt/application/file/a/113677826>
- Bano, B. (2011). Job stress among police personnel. *International Proceedings of Economics Development and Research*, 4, 290–293. <http://www.ipedr.com/vol4/56-F10027.pdf>
- Brown, J., & Fielding, J. (1993). Qualitative differences in men and women police officers' experience of occupational stress. *Work & Stress*, 7(4), 327–340. <https://doi.org/10.1080/02678379308257072>
- Burke, R. J., & Mikkelsen, A. (2005). Gender differences in policing: Signs of progress? *Employee Relations*, 27(4), 425–436. <https://doi.org/10.1108/01425450510605732>
- Colligan, T. W., & Higgins, E. M. (2006). Workplace stress: Etiology and consequences. *Journal of Workplace Behavioral Health*, 21(2), 89–97. [https://doi.org/10.1300/J490v21n02\\_07](https://doi.org/10.1300/J490v21n02_07)
- Collins, P. A., & Gibbs, A. C. C. (2003). Stress in police officers: A study of the origins, prevalence and severity of stress-related symptoms within a county police force. *Occupational Medicine*, 53(4), 256–264. <https://doi.org/10.1093/occmed/kqg061>
- Curado, M. (2020, junho 15). Infetado com Covid-19 morde PSP no Cacém. *Correio da Manhã*. <https://www.cmjornal.pt/portugal/detalhe/infetado-com-covid-19-morde-psp-no-cacem>
- Dantas, M. (2021, maio 12). Desacatos entre polícia e adeptos do Sporting mancham festejos. *Público*. <https://www.publico.pt/2021/05/12/desporto/noticia/desacatos-policia-adeptos-sporting-mancham-festejos-marques-zona-tensa-1962171>
- Dantas, M., & Lusa. (2021, maio 29). Ferido e detido em confrontos na Ribeira entre adeptos ingleses e a polícia. *Público*. <https://www.publico.pt/2021/05/29/desporto/noticia/ferido->

[detido-confrontos-ribeira-1964610](https://doi.org/10.1007/BF02806523)

- Dantzer, M. L. (1987). Police-related stress: A critique for future research. *Journal of Police and Criminal Psychology*, 3(3), 43–48. <https://doi.org/10.1007/BF02806523>
- Drake, G., & Altheimer, I. (2020). Officer wellness during a global pandemic: Long term recommendations for police leaders as they navigate the aftermath of COVID-19. *Policing: A Journal of Policy and Practice*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1093/police/paaa056>
- Drew, J. M., & Martin, S. (2020). Mental health and well-being of police in a health pandemic: Critical issues for police leaders in a post-COVID-19 environment. *Journal of Community Safety and Well-Being*, 5(2), 31–36. <https://doi.org/10.35502/jcswb.133>
- Duran, F., Woodhams, J., & Bishopp, D. (2020). The relationships between psychological contract violation, occupational stress, and well-being in police officers. *International Journal of Stress Management*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1037/str0000214>
- Fortes, A. M., Tian, L., & Huebner, E. S. (2020). Occupational stress and employees complete mental health: A cross-cultural empirical study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(10), 3629. <https://doi.org/10.3390/ijerph17103629>
- Frenkel, M. O., Giessing, L., Egger-Lampl, S., Hutter, V., Oudejans, R. R. D., Kleygrewe, L., Jaspaert, E., & Plessner, H. (2021). The impact of the COVID-19 pandemic on European police officers: Stress, demands, and coping resources. *Journal of Criminal Justice*, 72, 101756. <https://doi.org/10.1016/j.jcrimjus.2020.101756>
- Friend, M. A., & Kohn, J. P. (2018). *Fundamentals of occupational safety and health* (7th ed.). Rowman & Littlefield.
- Goetsch, D. L. (2010). *Occupational safety and health for technologists, engineers, and managers* (8th ed.). Pearson.
- Gomes, A. R. (2010). Questionário de Stress Ocupacional – Versão Geral (QSO-VG). Relatório técnico não publicado. Universidade do Minho.
- Hammad, M., Awan, S., Akhtar, S., & Imdadullah, M. (2012). Investigating stress and employee performance in traffic police. *International Proceedings of Economics Development and Research*, 63(15), 73–77. <https://doi.org/10.7763/IPEDR>
- Harpold, J., & Feemster, S. (2002). Negative influences of police stress. *FBI Law Enforcement Bulletin*, 71(9), 1–8.
- Hartley, T. A., Burchfiel, C. M., Fekedulegn, D., Andrew, M. E., & Violanti, J. M. (2011). Health disparities in police officers: Comparisons to the U.S. general population.

- International Journal of Emergency Mental Health*, 13(4), 211–220.
- He, N., Zhao, J., & Archbold, C. A. (2002). Gender and police stress: The convergent and divergent impact of work environment, work-family conflict, and stress coping mechanisms of female and male police officers. *Policing: An International Journal of Police Strategies & Management*, 25(4), 687–708. <https://doi.org/10.1108/13639510210450631>
- Huang, Q., Bodla, A. A., & Chen, C. (2021). An exploratory study of police officers' perceptions of health risk, work stress, and psychological distress during the COVID-19 outbreak in China. *Frontiers in Psychology*, 12, Article 632970. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.632970>
- Hulett, D. M., Bendick, M., Jr., Thomas, S. Y., & Moccio, F. (2007). Enhancing women's inclusion in firefighting. Bendick and Egan Economic Consultants, Incorporated.
- Jennings, W. G., & Perez, N. M. (2020). The immediate impact of COVID-19 on law enforcement in the United States. *American Journal of Criminal Justice*, 45(4), 690–701. <https://doi.org/10.1007/s12103-020-09536-2>
- Jiang, Q. (2021). Stress response of police officers during COVID-19: A moderated mediation model. *Journal of Investigative Psychology and Offender Profiling*, 18(1), 64–77. <https://doi.org/10.1002/jip.1569>
- Johnson, S., Cooper, C., Cartwright, S., Donald, I., Taylor, P., & Millet, C. (2005). The experience of work-related stress across occupations. *Journal of Managerial Psychology*, 20(2), 178–187. <https://doi.org/10.1108/02683940510579803>
- Kim, J. L., Wells, W., Vardalis, J. J., Johnson, S. K., & Lim, H. (2016). Gender difference in occupational stress: A study of the South Korean National Police Agency. *International Journal of Law, Crime and Justice*, 44, 163–182. <https://doi.org/10.1016/j.ijlcrj.2015.09.001>
- Kohan, A., & O'Connor, B. P. (2002). Police officer job satisfaction in relation to mood, well-being, and alcohol consumption. *Journal of Psychology: Interdisciplinary and Applied*, 136(3), 307–318. <https://doi.org/10.1080/00223980209604158>
- Kop, N., Euwema, M., & Schaufeli, W. (1999). Burnout, job stress and violent behaviour among Dutch police officers. *Work & Stress*, 13(4), 326–340. <https://doi.org/10.1080/02678379950019789>
- Kurtz, D. L. (2012). Roll call and the second shift: The influences of gender and family on police stress. *Police Practice and Research*, 13(1), 71–86. <https://doi.org/10.1080/15614263.2011.596714>

- Lusa, & Público. (2020, novembro 13). Confrontos entre a polícia e manifestantes nos protestos da restauração no Porto. *Público*. <https://www.publico.pt/2020/11/13/sociedade/noticia/confrontos-policia-manifestantes-protestos-restauracao-porto-1939124>
- Lusa. (2021a, maio 30). Covid-19: Associação sindical da polícia arrasa o Governo e diz que foram destacados para eventos desportivos sem estarem vacinados. *Expresso*. <https://expresso.pt/sociedade/2021-05-30-Covid-19.-Associacao-sindical-da-policia-arrasa-o-Governo---e-diz-que-foram-destacados-para-eventos-desportivos-sem-estarem-vacinados-3a567e8e>
- Lusa. (2021b, março 20). Covid-19: Manifestação contra gestão da pandemia junta perto de 3.000 pessoas em Lisboa. *SIC Notícias*. <https://sicnoticias.pt/especiais/coronavirus/2021-03-20-Covid-19.-Manifestacao-contr-gestao-da-pandemia-junta-perto-de-3.000-pessoas-em-Lisboa-8620befb>
- Lusa. (2021c, março 7). MAI impõe números mínimos de mulheres nas forças de segurança para igualdade de género. *Público*. <https://www.publico.pt/2021/03/07/sociedade/noticia/mai-impoe-numeros-minimos-mulheres-forcas-seguranca-igualdade-genero-1953444>
- Mackay, C. J., Cousins, R., Kelly, P. J., Lee, S., & McCaig, R. H. (2004). “Management standards” and work-related stress in the UK: Policy background and science. *Work & Stress*, 18(2), 91–112. <https://doi.org/10.1080/02678370410001727474>
- Mayhew, C., & Graycar, A. (2001). Occupational health and safety risks faced by police officers. *Australian Institute of Criminology Trends & Issues*, 196, 1–6. [http://www.aic.gov.au/media\\_library/publications/tandi\\_pdf/tandi196.pdf](http://www.aic.gov.au/media_library/publications/tandi_pdf/tandi196.pdf)
- Nisar, S. K., & Rasheed, M. I. (2020). Stress and performance: Investigating relationship between occupational stress, career satisfaction, and job performance of police employees. *Journal of Public Affairs*, 20(1), Article e1986. <https://doi.org/10.1002/pa.1986>
- Stogner, J., Miller, B. L., & McLean, K. (2020). Police stress, mental health, and resiliency during the COVID-19 pandemic. *American Journal of Criminal Justice*, 45(4), 718–730. <https://doi.org/10.1007/s12103-020-09548-y>
- Strote, J., Warner, J., Scales, R. M., & Hickman, M. J. (2021). Prevalence and correlates of spitting on police officers: New risks in the COVID era. *Forensic Science International*, 322, Article 110747. <https://doi.org/10.1016/j.forsciint.2021.110747>
- Taylor, S., Landry, C. A., Paluszek, M. M., Fergus, T. A., McKay, D., & Asmundson, G. J. G.

- (2020). Development and initial validation of the COVID Stress Scales. *Journal of Anxiety Disorders*, 72, 102232. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2020.102232>
- Topper, E. F. (2007). Stress in the library workplace. *New Library World*, 108(11–12), 561–564. <https://doi.org/10.1108/03074800710838290>
- TVI. (2020, novembro 13). Manifestação da restauração acaba em confrontos com autoridades no Porto. *TVI*. <https://tvi.iol.pt/noticias/videos/manifestacao-da-restauracao-acaba-em-confrontos-com-autoridades-no-porto/5faee9260cf28e704d968762>
- Violanti, J. M. (1997). Suicide and the police role: A psychosocial model. *Policing: An International Journal of Police Strategies & Management*, 20(4), 698–715. <https://doi.org/10.1108/13639519710368107>
- Violanti, J. M., & Aron, F. (1995). Police stressors: Variations in perception among police personnel. *Journal of Criminal Justice*, 23(3), 287–294. [https://doi.org/10.1016/0047-2352\(95\)00012-F](https://doi.org/10.1016/0047-2352(95)00012-F)
- Violanti, J. M., Fekedulegn, D., Hartley, T. A., Andrew, M. E., Ma, C. C., & Burchfiel, C. M. (2016). Highly rated and most frequent stressors among police officers: Gender differences. *American Journal of Criminal Justice*, 41(4), 645–662. <https://doi.org/10.1007/s12103-016-9342-x>
- Wong, E. L. Y., Ho, K. F., Wong, S. Y. S., Cheung, A. W. L., & Yeoh, E. K. (2020). Workplace safety and coronavirus disease (COVID-19) pandemic: Survey of employees. *Bulletin of the World Health Organization*. <https://doi.org/10.2471/BLT.20.255893>

## **Anexos**

## Anexo A: Questionário



UNIVERSIDADE  
CATÓLICA  
PORTUGUESA  
PORTO



CATÓLICA  
FACULDADE DE EDUCAÇÃO  
E PSICOLOGIA  
PORTO



CATÓLICA  
CEDH - CENTRO DE INVESTIGAÇÃO PARA  
O DESENVOLVIMENTO HUMANO  
PORTO

### TERMO DE CONSENTIMENTO INFORMADO

No âmbito do Mestrado em Psicologia e Desenvolvimento de Recursos Humanos, da Universidade Católica Portuguesa, o presente estudo tem como objetivo compreender as dificuldades e repercussões vivenciadas pelos profissionais de linha da frente durante o primeiro estado de emergência pela COVID-19, que culminou no primeiro confinamento em Portugal. Assim, ser-lhe-á pedido que se posicione face a **dois momentos distintos**:

1. **Primeiro confinamento em Portugal:** aqui consideram-se os meses de março a maio de 2020.
2. **Momento atual** em que responde a este questionário.

Este estudo pressupõe uma participação voluntária, podendo interromper o preenchimento do mesmo a qualquer momento. Ressalva-se que os dados inseridos até ao momento de desistência não serão possíveis de eliminar. A privacidade, o anonimato e a confidencialidade dos dados encontram-se garantidos.

No caso de existir alguma questão relativa ao estudo, poderá contactar a equipa responsável pelo mesmo, através dos e-mails: [fsobral@ucp.pt](mailto:fsobral@ucp.pt) | [ctmorais@ucp.pt](mailto:ctmorais@ucp.pt) | [rssilva@ucp.pt](mailto:rssilva@ucp.pt) |

*Declaro ter lido e compreendido todas as informações e manifesto o meu consentimento para a realização do procedimento acima descrito. Mais declaro que tomei conhecimento sobre os objetivos do estudo e do meu papel no mesmo.*

## QUESTIONÁRIO SOCIODEMOGRÁFICO

**Esteve a trabalhar presencialmente em Portugal durante o período de março a maio de 2020?**

Sim\_

Não\_

### Área de atuação

- Profissionais de Saúde  
(Ex.: Enfermeiro, Médico, Auxiliar de Saúde, ...)
- Trabalhadores de Retalho Alimentar  
(Ex.: Operador de Caixa, Repositor, Responsável de Secção, ...)
- Trabalhadores de Serviços de Limpeza  
(Ex.: Auxiliar de Limpeza, ...)
- Estafetas de Entregas ao Domicílio (Ex.: Uber, Globo, Carteiros, Empresas Logística, ...)
- Forças Policiais e de Segurança (Ex.: Bombeiros, Polícias, Forças Militares)
- Outro

### Região

- Arquipélago da Madeira
- Arquipélago dos Açores
- Aveiro
- Beja
- Braga
- Bragança
- Castelo Branco
- Coimbra
- Évora
- Faro
- Guarda
- Leiria
- Lisboa
- Portalegre
- Porto
- Santarém
- Setúbal
- Viana do Castelo
- Vila Real
- Viseu

### Profissão

---

### Sexo

- Homem
- Mulher
- Outro/ Prefiro não responder

### Idade \_\_\_\_\_

**Escolaridade** (considere o último ano concluído)

- Até ao 4.º ano (1.º ciclo)
- 5.º-6.º ano (2.º ciclo)
- 7.º-9.º ano (3.º ciclo)
- 10.º-12.º ano (Ensino secundário)

- Bacharelato/Licenciatura
- Mestrado
- Doutoramento

**Contexto**

- Público
- Privado
- Ambos\*

\*Indique qual dos contextos é o principal. A partir deste momento **todas as questões devem ser respondidas tendo em conta esse contexto.**

- Público
- Privado

**Dimensão da Organização na qual trabalha:**

- Microempresa (9 trabalhadores ou menos)
- Pequena empresa (10 a 49 trabalhadores)
- Média empresa (50 a 249 trabalhadores)
- Grande empresa (250 ou mais trabalhadores)
- Não sei responder

**Antiguidade na empresa** \_\_\_\_ ano(s)

**Antiguidade na função** \_\_\_\_ ano(s)

**Tipo de Contrato**

- Contrato a termo certo
- Contrato a termo incerto
- Contrato de trabalho de curta duração
- Contrato sem termo
- Prestação de serviço (recibos verdes)
- Outro. Qual? \_\_\_\_\_

**Nº de horas semanais acordadas no contrato/estipuladas com a organização**

---

**Nº de horas semanais reais realizadas numa semana típica durante o primeiro confinamento (março a maio de 2020)**

---

**Nº de horas semanais reais realizadas numa semana típica no momento atual**

---

### CONDIÇÕES DE TRABALHO

Apresentam-se, seguidamente, várias **situações que podem ocorrer no exercício das suas funções**. Por favor, assinale o número que melhor indica a **frequência** destes episódios **no seu local de trabalho**, mediante o **contexto de trabalho escolhido** anteriormente (público ou privado). Se alguma das situações referidas não se aplicar ao seu caso particular, por favor assinale a opção “não se aplica”.

	Durante o primeiro confinamento (março a maio de 2020)						Momento atual					
	Não se aplica	Nunca	Raramente	Algumas vezes	Muitas vezes	Sempre	Não se aplica	Nunca	Raramente	Algumas vezes	Muitas vezes	Sempre
<b>No meu local de trabalho...</b>												
Tenho acesso a EPI's (Equipamento de Proteção Individual)	-	1	2	3	4	5	-	1	2	3	4	5
Tenho acesso a álcool gel	-	1	2	3	4	5	-	1	2	3	4	5
Tenho acesso a máscaras faciais	-	1	2	3	4	5	-	1	2	3	4	5
Tenho acesso a luvas	-	1	2	3	4	5	-	1	2	3	4	5
Tenho acesso a viseira	-	1	2	3	4	5	-	1	2	3	4	5
Tenho acesso a proteção ocular	-	1	2	3	4	5	-	1	2	3	4	5
Tenho acesso a bata descartável	-	1	2	3	4	5	-	1	2	3	4	5
Tenho acesso a cobre botas	-	1	2	3	4	5	-	1	2	3	4	5
Tenho acesso a touca	-	1	2	3	4	5	-	1	2	3	4	5
Há uma boa higienização	-	1	2	3	4	5	-	1	2	3	4	5
Realizo a automonitorização de forma regular (e.g., confirmação de ausência de sintomas de Covid-19, como por exemplo, febre, odinofagia, tosse, dispneia)	-	1	2	3	4	5	-	1	2	3	4	5
O distanciamento social é cumprido	-	1	2	3	4	5	-	1	2	3	4	5

	Durante o primeiro confinamento (março a maio de 2020)						Momento atual					
	Não se aplica	Nunca	Raramente	Algumas vezes	Muitas vezes	Sempre	Não se aplica	Nunca	Raramente	Algumas vezes	Muitas vezes	Sempre
<b>No meu local de trabalho...</b>												
Sinto-me desconfortável com o número de pessoas presentes	-	1	2	3	4	5	-	1	2	3	4	5
Estou preocupado/a com contrair o vírus	-	1	2	3	4	5	-	1	2	3	4	5
Estou preocupado/a com não conseguir proteger os meus familiares do vírus	-	1	2	3	4	5	-	1	2	3	4	5
Estou preocupado/a que o nosso sistema de saúde não consiga proteger os meus entes queridos	-	1	2	3	4	5	-	1	2	3	4	5
Estou preocupado/a que o nosso sistema de saúde não me consiga proteger do vírus	-	1	2	3	4	5	-	1	2	3	4	5
Estou preocupado/a que a higienização básica não seja suficiente para me proteger do vírus (e.g., lavar as mãos)	-	1	2	3	4	5	-	1	2	3	4	5
Estou preocupado/a que o distanciamento social não seja suficiente para me proteger do vírus	-	1	2	3	4	5	-	1	2	3	4	5
No geral, sinto a minha segurança física laboral ameaçada (e.g., descumprimento das normas de segurança, exposição exagerada ao vírus)	-	1	2	3	4	5	-	1	2	3	4	5

### STRESS OCUPACIONAL

Na secção que se segue, assinale o número que melhor indicar o nível de “**stress**” que sente geralmente no **exercício da sua atividade profissional**, mediante o **contexto de trabalho escolhido** anteriormente (público ou privado).

Em termos gerais, a minha atividade profissional provoca-me...									
Durante o primeiro confinamento (março a maio de 2020)					Momento atual				
Nenhum <i>stress</i>	Pouco <i>stress</i>	Moderado <i>stress</i>	Bastante <i>stress</i>	Elevado <i>stress</i>	Nenhum <i>stress</i>	Pouco <i>stress</i>	Moderado <i>stress</i>	Bastante <i>stress</i>	Elevado <i>stress</i>
0	1	2	3	4	0	1	2	3	4

Apresentam-se seguidamente várias fontes potencialmente geradoras de **stress na sua atividade profissional**. Por favor, assinale o número que melhor indicar o nível de **stress** gerado por cada uma delas.

	Durante o primeiro confinamento (março a maio 2020)					Momento atual				
	Nenhum <i>stress</i>	Pouco <i>stress</i>	Moderado <i>stress</i>	Bastante <i>stress</i>	Elevado <i>stress</i>	Nenhum <i>stress</i>	Pouco <i>stress</i>	Moderado <i>stress</i>	Bastante <i>stress</i>	Elevado <i>stress</i>
A falta de possibilidades de desenvolvimento e promoção na carreira	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4
Atitudes negativas relativamente ao meu trabalho por parte das pessoas a quem presto os meus serviços (ex: clientes, cidadãos, etc.)	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4
Falta de tempo para manter uma boa relação com as pessoas mais próximas (ex: cônjuge, filhos, amigos, etc.)	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4
Conflitos e problemas com colegas de trabalho	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4
Trabalhar muitas horas seguidas	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4
Viver com os recursos financeiros/salário de que disponho	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4

Falta de condições de trabalho	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4
	<b>Durante o primeiro confinamento (março a maio 2020)</b>					<b>Momento atual</b>				
	Nenhum stress	Pouco stress	Moderado stress	Bastante stress	Elevado stress	Nenhum stress	Pouco stress	Moderado stress	Bastante stress	Elevado stress
Incompreensão face ao meu trabalho por parte das pessoas a quem presto os meus serviços (ex: clientes, cidadãos, etc.)	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4
Falta de materiais e equipamentos para realizar o meu trabalho	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4
O excesso de trabalho e/ou tarefas de carácter burocrático	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4
Ter de realizar muitas horas seguidas de trabalho	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4
Conflitos e problemas com superiores hierárquicos	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4
Cumprir com aquilo que é esperado pelas pessoas a quem presto os meus serviços (ex: clientes, cidadãos, etc.)	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4
Falta de tempo para dar apoio e conviver com a minha família/amigos	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4
Falta de perspetivas de progressão na carreira	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4
A sobrecarga ou excesso de trabalho	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4
Os conflitos interpessoais com outros colegas de trabalho	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4
Falta de meios e condições de trabalho	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4
Salário inadequado/insuficiente	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4
A falta de apoio e ajuda por parte dos meus superiores	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4
Nível de exigência das pessoas a quem presto os meus serviços (ex: clientes, cidadãos, etc.)	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4
Comportamentos incorretos e/ou inadequados de colegas de trabalho	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4
Falta de tempo para estar com a família/amigos	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4

O favoritismo e/ou discriminação "encobertos" no meu local de trabalho por parte dos meus superiores	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4
--	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

## AGRADECIMENTOS

Agradecemos a sua colaboração no vigente estudo. Mais acrescentamos que a sua participação foi crucial para o desenvolvimento do mesmo.

No caso de existir alguma questão relativa ao estudo, poderá contactar a equipa responsável pelo mesmo, através dos e-mails: [fsobral@ucp.pt](mailto:fsobral@ucp.pt) | [ctmorais@ucp.pt](mailto:ctmorais@ucp.pt) | [rssilva@ucp.pt](mailto:rssilva@ucp.pt)