

<https://doi.org/10.34632/gestaoedesenvolvimento.2022.11626>

Data de receção: 17/05/2022

Data de aceitação: 13/06/2022

O IMPACTO DO ENDIVIDAMENTO NA QUALIDADE DE VIDA

THE IMPACT OF THE ENVIRONMENT ON THE QUALITY OF LIFE

*Daniela Sofia Almeida Lopes*¹

*António Mendes Ferreira*² orcid.org/0000-0002-5200-6418

*Paulo Pereira*³ orcid.org/0000-0002-3941-8274

Resumo:

O objetivo principal deste estudo passa por responder à questão: existe uma relação entre o endividamento e a qualidade de vida do indivíduo?

Para alcançar este objetivo optou-se por recorrer a uma metodologia quantitativa. Para recolha dos dados foi criado um questionário baseado nos questionários OEC-DECO (Frade, 2013) e WHOQOL-BREF (Carona et al., 2006).

Este estudo identificou uma relação positiva entre o endividamento (deter créditos bancários) e a qualidade de vida. Analisados os vários domínios da qualidade de vida (físico,

¹ Diplomada do Mestrado em Gestão Aplicada. Universidade Católica Portuguesa – Instituto de Gestão e das Organizações da Saúde. E-mail: aldanielasofia@gmail.com

² Professor Auxiliar. Universidade Católica Portuguesa – Instituto de Gestão e das Organizações da Saúde. E-mail: ajmferreira@ucp.pt

³ Professor Auxiliar. Universidade Católica Portuguesa – Instituto de Gestão e das Organizações da Saúde. E-mail: ppereira@ucp.pt

psicológico, social e meio ambiente) e a qualidade de vida em geral chegou-se à conclusão de que para o domínio psicológico e para o domínio do meio ambiente a qualidade de vida é, em média, superior para as pessoas que detêm créditos. E ainda que, para o domínio psicológico, a qualidade de vida é, em média, superior para pessoas que têm simultaneamente crédito hipotecário e não hipotecário quando comparadas com pessoas sem créditos ou com pessoas com apenas crédito hipotecário. Quanto ao domínio físico não foi possível estabelecer uma relação de causa-efeito entre o endividamento e a qualidade de vida.

Estudado o sobre-endividamento (deter prestações em atraso), para todos os domínios se verificou que, em média, a qualidade de vida das pessoas com crédito com prestações em atraso era substancialmente inferior à das pessoas com crédito, mas sem prestações em atraso.

Palavras-chave: Crédito, endividamento, sobre-endividamento, qualidade de vida.

Abstract:

The mains purpose of this study was to answer the following question: is there a relationship between indebtedness and quality of life?

To achieve this objective quantitative methodology was used. For data collection, a questionnaire was created based on the OEC-DECO (Frade, 2013) and WHOQOL-BREF (Carona et al.,2006) questionnaires.

This study identified a positive relationship between indebtedness (have credits) and quality of life. After analysing the various domains of quality of life(physical, psychological, social and environment) and the quality of life in general, it was concluded that for the psychological and the environment domains, quality of life is, on average, higher for people who hold credits. And also, for the psychological domain, the quality of life is, on average, higher for people who have both mortgage and non-mortgage credit when compared to people without credit or people with only mortgage

credit. As for the physical domain, it was not possible to establish a cause-effect relationship between indebtedness and quality of life.

After studying over-indebtedness(having arrears in instalments), for all the domains was found that, on average, the quality of life of over-indebtedness people was significant lower that those who are able to pay back their credits on time.

Keywords: Credit, indebtedness, over-indebtedness, quality of life.

INTRODUÇÃO

Para que serve a política se a mesma não servir para suprir as necessidades dos cidadãos e incentivar o seu bem-estar? Deverá a política social ser influenciada pelas medidas de felicidade dos cidadãos? (Rapley, 2003). A atual complexidade das sociedades, obriga-nos a ver para além do PIB, ganhar dinheiro não é o mais importante da vida. Citando Achim Steiner, administrador do Programa das Nações Unidas para o Desenvolvimento, é preciso analisar “*além dos rendimentos, além das médias e além do presente*” (Programa das Nações Unidas para o Desenvolvimento, 2020). Esta mentalidade iniciou-se na década de 60, onde, num discurso, Lyndon Johnson constatou que não é apenas a riqueza que mede o progresso da nação, mas sim de que forma essa riqueza melhora a qualidade de vida das pessoas (Ciconelli, 2003; Minayo et al., 2000).

Se o propósito principal da atividade económica é a produção de bem-estar humano, então medir a atividade económica exclusivamente através de indicadores relacionados com o rendimento torna-se redutor (Proctor & Anand, 2017).

Para vermos para além da riqueza, ou para além do PIB é então necessário olhar para as vertentes relacionadas com o bem-estar dos cidadãos, como por exemplo o balanço vida-trabalho, as relações sociais e bem-estar subjetivo, a segurança pessoal, a saúde, a educação, os conhecimentos e as competências, a participação na vida cívica e governação e o ambiente, ou, como resumido pelo INE, a qualidade de vida (Instituto Nacional de Estatística, 2021). E a verdade é que as evidências até ao momento disponíveis sugerem que o

aconselhamento sobre dívidas e outros programas para mitigar o stress relacionado com o endividamento são importantes ferramentas de auxílio à melhoria da saúde pública (Turunen & Hiilamo, 2014).

A realidade é que a qualidade de vida é um termo muito complexo, que engloba o domínio físico, psicológico, as relações sociais e o ambiente onde uma pessoa se insere, é “a *perceção do indivíduo sobre a sua posição na vida, dentro do contexto dos sistemas de cultura e valores nos quais está inserido e em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações*” (WHOQOL Group, 1994). E, sendo um tema tão complexo, é difícil, senão impossível, num único estudo analisar todos os fatores que têm influência sobre a mesma. Assim, este estudo pretende analisar se o fator endividamento tem impacto sobre a qualidade de vida. É importante realizar maiores investigações sobre o tema em diferentes populações e contextos e é importante estabelecer os domínios que influenciam esta variável para que se possa propor, de forma mais objetiva, formas para que os indivíduos consigam melhorar a sua qualidade de vida individual (Pereira et al., 2009).

Existe uma relativa escassez de pesquisas, quando comparada com outras áreas, acerca dos efeitos que pedir dinheiro emprestado têm sobre o bem-estar subjetivo de um indivíduo, entendendo-se por bem-estar subjetivo a *perceção/avaliação do indivíduo acerca do seu próprio bem-estar e felicidade* (Diener, 1994; Tov & Diener, 2013). E nas pesquisas existentes, existe um problema comum que é o facto de não ser possível provar uma causalidade entre os dois, por exemplo será que uma pessoa com sintomas depressivos é mais propensa a endividar-se, ou será que uma pessoa endividada é mais propensa a desenvolver depressão? (Richardson et al., 2013). O conceito de dívida mostra-se bastante relevante para os indivíduos e sociedades e é por isso que deve ser aprofundado o estudo dos efeitos que a dívida poderá ter no bem-estar subjetivo (Tay et al., 2017).

Existe igualmente um reconhecimento crescente entre os economistas de que as medidas financeiras, por si só, nem sempre são suficientes para capturar plenamente os benefícios do progresso económico para a qualidade de vida e o desenvolvimento humano (Proctor & Anand, 2017).

São também vários os estudos que indicam que a dívida é um importante indicador socioeconómico determinante de alguns aspetos relacionados com a saúde (um dos domínios da qualidade de vida), e que esse indicador deve ser explorado e estudado, nomeadamente para que se perceba que tipos de dívida têm mais implicações para a saúde (Sweet et al., 2013). É importante estabelecer uma relação entre os vários tipos de crédito oferecidos pelas instituições financeiras e a saúde daqueles que os contraem (Clayton et al., 2015).

Assim, este estudo terá como objetivo principal determinar qual, ou se existe, uma relação entre o endividamento de um indivíduo (entendendo-se por endividamento o facto de deter, pelo menos, um crédito bancário), por recurso ao crédito, e a sua qualidade de vida conforme a definição de qualidade de vida da Organização Mundial de Saúde.

Em suma, o estudo deverá responder à seguinte questão: existe uma relação entre o endividamento (por recurso ao crédito) e a qualidade de vida do indivíduo? Recorrendo ao instrumento de avaliação WHOQOL-BREF analisaram-se os domínios físico, psicológico, relações sociais e ambiente, que segundo Carona et al. (2006) trata-se de um instrumento capaz de avaliar a qualidade de vida como um todo.

1. REVISÃO DA LITERATURA E HIPÓTESES DE INVESTIGAÇÃO

1.1. Crédito

Com a sociedade capitalista tem-se assistido a uma democratização do consumo e igualmente ao aparecimento de novas necessidades. Consumir deixou de servir apenas uma necessidade individual passando a servir também uma necessidade social (sentimento de pertença a determinada classe ou grupo) (Moreira, 2011). Têm-se ainda assistido, desde o final do século XX, a uma transição para uma sociedade de hiperconsumo, onde através do ato de consumir se procura, entre outras coisas, emoções, bem-estar, qualidade de vida e saúde (Lipovetsky, 2017). Com o aumento do consumo e acumulação de bens, cresce também o desejo das pessoas de comprar algo que lhes

traga uma sentimento de gratificação, um valor hedónico (Solomon, 2017).

Assim, assiste-se cada vez mais ao recurso ao crédito como forma de financiamento do consumo (Moreira, 2011). Para Hodson, Dwyer e Neilson, o crédito é simultaneamente um recurso que permite satisfazer as necessidades atuais e uma responsabilidade que exige um pagamento futuro, por norma acrescido de juros (Hodson et al., 2014).

O crédito permite assim dispor imediatamente de rendimento que não se possui, permitindo antecipar a fruição de determinados bens, mas implica igualmente uma penhora do rendimento futuro impondo aos devedores um sacrifício financeiro por períodos de tempo mais ou menos longos (Leitão Marques & Frade, 2004). Este será benéfico ou nefasto, consoante a sua gestão pela parte do agregado familiar. Esta gestão pode ser bastante difícil, uma vez que nem mesmo a comunidade científica foi ainda capaz de identificar um rácio ideal entre os rendimentos e a dívida, ou entre os rendimentos e o consumo, ao longo de todas as fases da vida (OCR Macro, 2001).

O sobre-endividamento é uma situação a evitar uma vez que um indivíduo sobre-endividado terá de, por forma a cumprir as obrigações dos empréstimos, infligir em sacrifícios indevidamente altos e contínuos (Schicks, 2012), o que muitas vezes não é sustentável.

Existem várias motivações que fazem aumentar o endividamento das famílias, sendo que essas motivações podem ser vistas de duas perspetivas diferentes, ora através da procura por crédito, ora através da sua oferta. Por exemplo, olhando para o lado da procura, uma das motivações que poderá fazer aumentar o endividamento das famílias é a expectativa de um rendimento superior no futuro (Dyanan & Kohn, 2007; Mian et al., 2016). Olhando para a oferta, o facto de as instituições financeiras estarem dispostas a emprestar dinheiro, com custos mais baixas para o devedor, poderá também aumentar o endividamento das famílias (Mian et al., 2016).

1.2. A qualidade de vida

Entre os termos mais inconsistentemente usados nas ciências humanas está “qualidade de vida” (Rapley, 2003). “Há tantas definições para qualidade de vida como há pessoas...” (Felce & Perry,

1995). Não existe, portanto, uma definição universalmente aceita acerca deste termo. As definições variam entre autores que colocam a ênfase no bem-estar social, emocional e físico e aqueles que se debruçam sobre o impacto da saúde na vida diária (Hill, 2012).

Este termo pode ser rastreado desde o início da era filosófica (427-322 AC) (Yadav & Gupta, 2021), mas a definição de qualidade de vida só começou a ter mais relevância quando, após a Segunda Guerra Mundial, se percebeu que o crescimento econômico nos Estados Unidos da América estava desassociado das problemáticas sociais que proliferavam (Canavarro & Serra, 2010). Foi neste contexto pós-guerra, em 1964, que o conceito de qualidade de vida foi, pela primeira vez, publicamente abordado. Lyndon Johnson, à data presidente dos Estados Unidos da América referiu que os objetivos econômicos do país não poderiam ser medidos exclusivamente pelo balanço e lucro dos bancos, mas essencialmente através da qualidade de vida que os mesmos proporcionam às pessoas (Ciconelli, 2003; Minayo et al., 2000). Foi a partir deste momento que se passou a considerar a qualidade de vida como um indicador que influencia o progresso de uma nação (Rapley, 2003).

Em 1995, Farquhar, classificou as definições existentes da qualidade de vida (propostas por especialistas) em quatro grandes grupos: definições globais, definições divididas em componentes, definições focalizadas e definições combinadas (Farquhar, 1995). Em 1997, Hunt concluiu que as definições à data existentes se desdobravam em três abordagens diferentes. A primeira relacionada com a saúde, a segunda relacionada com o campo da economia da saúde que tenta relacionar o tempo estimado de vida com a qualidade da mesma (QALY) e a última em que os autores tentavam construir modelos conceituais (Hunt, 1997).

Neste estudo, em concreto, da possível relação entre o endividamento e a qualidade de vida será usada a definição de qualidade de vida da Organização Mundial de Saúde (OMS). Essa definição consiste no seguinte: *“perceção do indivíduo sobre a sua posição na vida, dentro do contexto dos sistemas de cultura e valores nos quais está inserido e em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações”* (WHOQOL Group, 1994). Esta definição

divide a qualidade de vida em seis domínios: físico, psicológico, nível de independência, relações sociais, meio ambiente e espiritualidade/religiosidade/crenças pessoais. No entanto, para realização do presente estudo recorreu-se ao instrumento WHOQOL-BREF, que ao contrário do WHOQOL-100, que tem em conta os seis domínios, divide a qualidade de vida em quatro domínios: físico, psicológico, relações sociais e ambiente. Estes domínios são depois divididos em diferentes facetas, de forma a ser possível observar estas quatro dimensões numa determinada população (Carona et al., 2006). Este instrumento é uma alternativa válida à sua versão longa, o WHOQOL-100, sobretudo nas situações em que a versão longa seja de difícil aplicabilidade (Carona et al., 2006).

1.3. Hipóteses de investigação

São vários os estudos que reportam, de uma maneira geral, uma relação negativa entre o recurso ao crédito e a saúde mental, nomeadamente que o endividamento está associado a um bem-estar mental inferior (Hiilamo, 2020), níveis elevados de stress psicológico (Brown et al., 2005), a sintomas depressivos (Bridges & Disney, 2010; P. Liu et al., 2021; Richardson et al., 2013; Sweet et al., 2013) e a uma diminuição da felicidade (Z. Liu et al., 2020).

Em menor número, existem também tentativas de analisar a possível relação entre o endividamento e a qualidade de vida física. Alguns autores mostram que altos níveis de dívida aparecem, de um modo geral, associados a uma menor perceção de saúde e a uma maior pressão arterial (Sweet et al., 2013). O endividamento surge igualmente associado a doenças ou incapacidade de longo prazo, fadiga crónica, dor de costas e maiores níveis de obesidade e além disso parece ser um ponto em comum em pessoas que cometem, ou têm pensamentos suicidas (Richardson et al., 2013). Por outro lado, existem autores que verificam que a relação entre endividamento e a qualidade de vida, pode depender do tipo de créditos obtidos, se por um lado a dívida de curto e médio prazo (sem garantias) parecem aumentar a esperança média de vida (reduzindo as mortes precoces), isto porque permitem uma resposta rápida a choques financeiros, por outro lado, a dívida de longo-prazo (sem garantias) e o crédito

hipotecário aparentam exercer um efeito negativo na saúde, uma vez que quanto maior a maturidade da dívida, mais vulneráveis ficam as pessoas a eventuais choques financeiros que possam ocorrer no futuro, colocando em risco a saúde (Clayton et al., 2015).

Em maior número são também os estudos acerca do impacto que uma situação de sobre-endividamento poderá ter sobre a qualidade de vida do indivíduo. Grande parte desses estudos mostram uma correlação positiva entre o sobre-endividamento e distúrbios mentais, sendo que a preocupação e o stress financeiro tendem a enfraquecer a saúde mental e levar a comportamentos prejudiciais para a saúde (Cai et al., 2021; Turunen & Hiilamo, 2014). O sobre-endividamento aumenta a probabilidade de uma saúde má ou muito má, independentemente do rendimento, educação e de outras dimensões do estatuto socioeconómico (Angel, 2016). A dívida, em particular a dívida excessiva, trata-se de um fator importante com implicações ao nível da saúde física e mental (Ferreira et al., 2021), nomeadamente aumentando a sensação de solidão e os pensamentos suicidas (Białowolski et al., 2019).

Tendo em conta os estudos existentes nesta área, foram formuladas as seguintes hipóteses:

H1A: existe uma relação negativa entre o endividamento e a perceção de saúde mental do indivíduo.

H2A: existe uma relação negativa entre o endividamento e a perceção de saúde física do indivíduo.

H3A: de entre os indivíduos endividados, o endividamento controlado está associado à melhor perceção de qualidade de vida do mesmo.

H4A: de entre os indivíduos endividados, o endividamento descontrolado está associado à pior perceção de qualidade de vida do mesmo.

2. METODOLOGIA

Optou-se por uma abordagem de natureza quantitativa. A população a estudar são pessoas singulares, maiores de idade (isto é, com idade igual ou superior a 18 anos) e residentes em Portugal sendo que a amostra, recolhida de forma aleatória, conta com 220 indivíduos

com as características atrás mencionadas. O instrumento utilizado para a recolha de dados foi um questionário, cujas respostas foram obtidas entre o período de junho de 2021 e outubro de 2021.

O questionário foi desenvolvido no *Google Forms* e as respostas foram obtidas abordando diretamente as pessoas na rua.

O questionário conta com um total de 48 questões e a estrutura do mesmo divide-se em três partes distintas: dados pessoais, qualidade de vida e endividamento. As questões relativas aos dados pessoais e ao endividamento foram extraídas do “Questionário OEC-DECO” (Frade et al., 2008) e as questões relativas à qualidade de vida foram extraídas do questionário WHOQOL-BREF desenvolvido pela OMS e traduzido para português de Portugal (Carona et al., 2006).

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

3.1. Análise dos resultados

De todas as pessoas inquiridas, 153 responderam deter crédito bancário o que corresponde a 69,5% da amostra em estudo. As motivações mais registadas para contrair os créditos em causa foram: aceder a bens considerados essenciais (70,6%), manter ou melhorar o estilo de vida (20,9%), facilidade de obter crédito (14,4%) e existência de dificuldades financeiras próprias no momento (13,1%). Quanto à tipologia do crédito, 85,6% das pessoas que possuem créditos detêm crédito à habitação, 68,6% detêm cartão de crédito e 41,2% detêm crédito automóvel.

Quanto ao incumprimento no pagamento de prestações apenas 5,9% das pessoas com créditos detinham, à data da resposta, prestações em atraso. Quanto à tipologia existem prestações em atraso no crédito à habitação, no crédito automóvel, no crédito para eletrodomésticos, no crédito para obras, no crédito pessoal e no cartão de crédito. Os motivos indicados como responsáveis pela existência de tais incumprimentos são bastante diversos. Podemos, no entanto, dar destaque para a gestão deficiente do agregado familiar, a deterioração das condições laborais e o desemprego.

Quanto à média dos domínios da qualidade de vida, já numa escala convertida, os resultados obtidos com a análise das respostas da

amostra foi a seguinte: domínio físico (74,43), seguido do domínio social (70,42), domínio do meio ambiente (70,1) e por último domínio psicológico (69,70). A qualidade de vida geral conta com o valor de 71,78.

De forma a analisar a consistência interna, foi utilizado o modelo do Alfa de Cronbach (Muñiz, 2010; Nunnally, 1978; Streiner, 2003). O Alfa de Cronbach foi calculado numa primeira fase para cada um dos domínios individualmente e de seguida considerando todos os 4 domínios principais (físico, psicológico, social e meio ambiente).

Nesta amostra, a consistência interna dos domínios físico ($\alpha=0,863$), psicológico ($\alpha=0,857$), social ($\alpha=0,818$) e meio ambiente ($\alpha=0,841$) é adequada e do domínio da qualidade de vida geral ($\alpha=0,680$) é aceitável. Quando considerados todos os quatro domínios a consistência interna é adequada ($\alpha=0,868$) sendo que a mesma diminuiria com a exclusão de qualquer um dos domínios.

Para análise das hipóteses foi realizado, numa primeira fase, o teste-t para médias. Com o teste verificou-se que a média de todos os domínios, incluindo a média da qualidade de vida geral apresenta valores superiores para as pessoas que possuem crédito ao invés daquelas que não possuem qualquer crédito. Assim, os resultados parecem indicar que o crédito terá um efeito positivo em todos os domínios da qualidade de vida, aumentando o nível geral da mesma. Quanto ao teste de *Levene*, que antecede o teste-t, os resultados mostram um valor de p (significância) de 0,115 no domínio físico, 0,882 no domínio psicológico, 0,057 no domínio social, 0,621 no domínio do meio ambiente e 0,093 no domínio da qualidade de vida geral. Assim, não se rejeita a hipótese nula de variâncias iguais (porque $p>0,05$). Assim o teste-t a ser utilizado é o que indica “variâncias iguais assumidas”. Tendo sido o valor das significâncias obtidas no teste-t de 0,414 para o domínio físico, 0,003 para o domínio psicológico, 0,055 para o domínio social, 0,023 para o domínio do meio ambiente e 0,307 no domínio da qualidade de vida geral. Apenas nas médias do domínio psicológico e do domínio do meio ambiente existe uma diferença significativa ($p<0,05$) entre as pessoas com e sem créditos bancários.

Desta forma o teste-t independente mostrou que, em média, as pessoas que possuem créditos bancários apresentam melhores resultados no domínio psicológico da qualidade de vida [$t(218) = 6,951$; $p < 0,05$] e no domínio do meio ambiente [$t(218) = 4,635$; $p < 0,05$] do que as pessoas sem créditos.

Apesar destes resultados o valor da significância (p), por si só, não é uma medida da magnitude do efeito, pois o mesmo pode ser influenciado pelo tamanho da amostra. Assim, torna-se importante calcular o tamanho do efeito, para tal utilizou-se o *d de Cohen* e a probabilidade de superioridade.

Para efeito do presente estudo foi considerada a seguinte fórmula para a probabilidade de superioridade (ou linguagem comum) (Espírito Santo & Daniel, 2015):

$$\text{Linguagem comum} = P(z > 0),$$
$$\text{sendo } z = \frac{d}{\sqrt{2}}$$

Notas: *d* – *d de Cohen*

A fórmula do *d de Cohen* utilizada foi a seguinte (Espírito Santo & Daniel, 2015):

$$d \text{ de Cohen} = \frac{M_1 - M_2}{DP_{\text{Combinado}}}$$

Considerando a seguinte fórmula para o Desvio Padrão Combinado (Espírito Santo & Daniel, 2015):

$$DP_{\text{Combinado}} = \sqrt{\frac{(n_1 - 1) \cdot DP_1^2 + (n_2 - 1) \cdot DP_2^2}{n_1 + n_2 - 2}}$$

Notas: M = média de cada grupo; DP = desvio-padrão de cada grupo; n = número de sujeitos. Os números 1 e 2 em índice referem-se ao grupo 1 (p. e., grupo experimental, grupo de tratamento ou grupo alvo) e ao grupo 2 (p. e., controlo ou de comparação).

Para os domínios psicológico e do meio ambiente, os efeitos obtidos com o *d de Cohen* foram pequenos, não podendo, no entanto, esta informação ser interpretada de forma rígida (Thompson, 2007), por exemplo, no caso da tendência ao suicídio, este valor pode ser de

facto bastante relevante. Quanto à probabilidade de superioridade o domínio psicológico obteve 62,3% e o meio ambiente 58,1%. Quanto à qualidade de vida geral existe uma probabilidade de 54,2% de, selecionando ao acaso uma pessoa com créditos bancários, de essa pessoa apresentar um nível de qualidade de vida superior ao de uma pessoa do outro grupo (que não possui créditos bancários).

3.2. Teste das hipóteses e discussão dos resultados

Endividamento e qualidade de vida mental (H1A)

Como enunciado o teste-t mostrou que, em média, as pessoas que possuem créditos bancários apresentam melhores resultados no domínio psicológico da qualidade de vida do que as pessoas sem créditos [$t(218) = 6,951$; $p < 0,05$] e que esse efeito é, segundo o *d* de Cohen pequeno.

Assim, os resultados mostram que a qualidade de vida média, ao nível do domínio psicológico, tende a ser superior nos indivíduos que detêm créditos bancários, ao contrário do enunciado em outros estudos (Bridges & Disney, 2010; Brown et al., 2005; Hiilamo, 2020; P. Liu et al., 2021; Z. Liu et al., 2020; Sweet et al., 2013). Tal poderá ocorrer porque o crédito permite aliviar o stress financeiro e reduzir problemas de liquidez, mantendo ou aumentando o consumo.

Desta forma dá a possibilidade ao indivíduo de se proteger de eventuais choques financeiros (Clayton et al., 2015), diminuindo o stress que, sem a obtenção de crédito, poderia afetar o indivíduo uma vez que este não teria forma de se socorrer perante problemas financeiros ou necessidades de consumo.

Com a realização do teste de *Tukey* conclui-se ainda que, para a amostra, a média da qualidade de vida ao nível do domínio psicológico é superior, de forma significativa, para as pessoas com crédito hipotecário e outros tipos de crédito, comparativamente com a das pessoas sem crédito e com as pessoas com crédito não hipotecário.

Estes resultados podem ser explicados pelo facto das pessoas com vários tipos de crédito (incluindo o crédito hipotecário) terem uma vida mais estabilizada. Pois para ser possível obterem diversas fontes de créditos bancários é necessário possuírem também rendimentos

suficientes para fazerem face ao pagamento das prestações. Se, por exemplo, existir a expectativa de que os rendimentos futuros irão aumentar, existe tendência a aumentar o consumo e o endividamento (Dyan & Kohn, 2007). Esse aumento no endividamento poderá não ser acompanhado por uma pressão psicológica maior, uma vez que o rendimento é estável e não existe stress financeiro.

Quanto ao facto de as pessoas com crédito não hipotecário apresentarem, em média, uma qualidade de vida (domínio psicológico), inferior às que possuem vários tipos de crédito pode ser explicado pelas tendências de consumo. O crédito é muitas vezes utilizado como ferramenta para alcançar ou para demonstrar um determinado status social (Sweet et al., 2013), uma vez que o crédito hipotecário é o mais difícil de obter (devido ao montante em causa e às garantias exigidas) pode não estar ao alcance de todas as famílias. Já o crédito ao consumo é mais fácil de obter, mesmo pelas pessoas de classe mais baixa com um rendimento inferior. Estas pessoas tenderão a sentir uma pressão e stress financeiros maiores, do que aquelas com rendimentos e vidas mais estabilizadas pelo que a sua qualidade de vida do foro psicológico poderá sofrer as consequências das restrições financeiras associadas aos créditos obtidos.

Tendo em conta as análises e conclusões retiradas, a Hipótese Alternativa 1 de que “Existe uma relação negativa entre o endividamento e a percepção de saúde mental do indivíduo” é rejeitada.

Endividamento e qualidade de vida física (H2A)

No domínio físico, no teste de *Levene* assumiu-se a homogeneidade de variâncias ($p > 0,05$). No entanto, ao contrário do que ocorreu com o domínio psicológico, o teste-t mostrou uma significância de 0,414 ($p > 0,05$). Isto significa que devemos rejeitar a hipótese alternativa e assumir que as médias dos grupos são iguais. Em termos práticos significa que, em média, a qualidade de vida ao nível do domínio físico é semelhante para uma pessoa que possua créditos bancários e outra que não possua qualquer crédito [$t(218) = 6,951$; $p > 0,05$].

A relação entre a qualidade de vida física e o endividamento não foi até ao momento, alvo de tanta investigação como a relação entre a qualidade de vida psicológica e o endividamento. Existem até estudos

contraditórios, enquanto muitos identificaram uma relação negativa entre o endividamento e a qualidade de vida física (Clayton et al., 2015; Richardson et al., 2013; Sweet et al., 2013), outros mostram um efeito positivo do endividamento no domínio físico da qualidade de vida (Clayton et al., 2015).

Na análise da amostra, não parece existir uma relação de causa-efeito entre o endividamento e a qualidade de vida ao nível da saúde física pelo que a hipótese alternativa 2 é rejeitada.

Tendo em conta a pouca investigação que existe neste âmbito, deixa-se um incentivo ao aprofundamento da mesma para que se perceba se de facto não existe uma relação entre estas duas variáveis, ou se, por outro lado, existem efeitos positivos e negativos que acabam por se anular.

Endividamento (des)controlado e qualidade de vida física (H3A e H4A)

De todos os 220 questionários recolhidos, 153 pessoas detinham pelo menos um crédito bancário e apenas 9 desses indivíduos identificaram deter, pelo menos, uma prestação em atraso.

Procedeu-se à análise da relação entre cada um dos domínios da qualidade de vida e as condições perante o endividamento (sem crédito, com crédito sem atraso e com crédito com atraso), tendo-se verificado que para qualquer um dos domínios da qualidade de vida, a média é inferior para as pessoas que relatam deter créditos com prestações em atraso.

Procedeu-se, posteriormente, à realização do teste ANOVA que confirmou a hipótese alternativa ($p < 0,05$) de que para todos os domínios da qualidade de vida que existe uma diferença entre a média dos grupos. Para perceber entre que grupos existe essa diferença procedeu-se à realização do teste de *Tukey* (Tukey, 1949):

Tabela 1 - Teste de Tukey: Domínios da qualidade de vida e (não) deter prestações em atraso

Variável dependente			Diferença media (I-J)	Erro Padrão	p	Intervalo de Confiança 95%	
						Limite inferior	Limite superior
Domínio 1 - Físico	Sem crédito	Crédito sem atraso	-2,96	2,35	0,419	-8,50	2,58
		Crédito com atraso	14,35*	5,64	0,031	1,05	27,65
	Crédito sem atraso	Crédito com atraso	17,31*	5,45	0,005	4,44	30,18
Domínio 2 - Psicológico	Sem crédito	Crédito sem atraso	-8,37*	2,21	0,001	-13,58	-3,17
		Crédito com atraso	15,79*	5,29	0,009	3,30	28,28
	Crédito sem atraso	Crédito com atraso	24,16*	5,12	0,000	12,07	36,25
Domínio 3 - Social	Sem crédito	Crédito sem atraso	-5,95	2,71	0,074	-12,34	0,44
		Crédito com atraso	6,61	6,50	0,567	-8,73	21,94
	Crédito sem atraso	Crédito com atraso	12,56	6,29	0,115	-2,28	27,40
Domínio 4 - Meio Ambiente	Sem crédito	Crédito sem atraso	-5,78*	1,96	0,010	-10,41	-1,15
		Crédito com atraso	13,67*	4,71	0,011	2,55	24,78
	Crédito sem atraso	Crédito com atraso	19,44*	4,56	0,000	8,69	30,20

Qualidade de Vida	Sem crédito	Crédito sem atraso	-3,31	2,38	0,346	-8,92	2,30
		Crédito com atraso	11,44	5,71	0,113	-2,03	24,91
	Crédito sem atraso	Crédito com atraso	14,76*	5,52	0,022	1,72	27,79

*. A diferença média é significativa no nível 0.05.

Por análise da tabela 1 verificamos que o teste de *Tukey* mostrou diferenças significativas nas seguintes médias:

- Domínio Físico:
 - Grupo das pessoas sem crédito e com crédito com prestações em atraso;
 - Grupo das pessoas com crédito sem prestações em atraso e com crédito, mas com prestações em atraso;
- Domínio psicológico (diferenças entre todos os grupos analisados):
 - Grupo das pessoas sem crédito e com crédito sem prestações em atraso;
 - Grupo das pessoas sem crédito e com crédito com prestações em atraso;
 - Grupo das pessoas com crédito sem prestações em atraso e com crédito, mas com prestações em atraso;
- Domínio social:
 - Não se verificam diferenças entre os grupos ($p > 0,05$);
- Domínio do meio ambiente (diferenças entre todos os grupos analisados):
 - Grupo das pessoas sem crédito e com crédito sem prestações em atraso;
 - Grupo das pessoas sem crédito e com crédito com prestações em atraso;
 - Grupo das pessoas com crédito sem prestações em atraso e com crédito, mas com prestações em atraso;
- Qualidade de vida geral:

○ Grupo das pessoas com crédito sem prestações em atraso e com crédito, mas com prestações em atraso.

Assim, quanto ao domínio físico, as pessoas com prestações em atraso apresentam uma menor qualidade de vida quando comparadas com as pessoas sem crédito ou com crédito, mas sem prestações em atraso.

No domínio psicológico e do meio ambiente, acontece exatamente a mesma situação. Acrescenta-se, no entanto, que as pessoas sem crédito apresentam, em média, menor qualidade de vida nestes domínios do que as pessoas com crédito sem prestações em atraso.

Quanto à qualidade de vida geral, em média, as pessoas com crédito sem prestações em atraso apresentam melhores resultados do que aquelas que detêm prestações em atraso.

Os resultados obtidos indiciam que o crédito parece ser algo benéfico para a vida das pessoas (Haas, 2006; Leitão Marques & Frade, 2004). Mas esta afirmação não é sempre verdadeira. Sempre que exista uma gestão financeira menos correta, tal pode levar a situações de desequilíbrio financeiro (Comissão Europeia, 2008) e a situações de incumprimento no pagamento das prestações (Leitão Marques & Frade, 2004) sendo que tal poderá causar elevados níveis de stress e preocupação. Tal corrobora as conclusões de Turunen & Hiilamo (2014), que concluíram que, todos os tipos de crédito nos quais se registava incumprimento estavam correlacionados com distúrbios mentais uma vez que a preocupação e o stress financeiro tendem a enfraquecer a saúde mental (Turunen & Hiilamo, 2014). Uma saúde mental debilitada pode levar a comportamentos prejudiciais para a saúde, como por exemplo abuso de substâncias tóxicas, compensação pela ingestão demasiada de alimentos, etc (Cai et al., 2021). Além disso, a falta de meios financeiros pode resultar numa falta de acessos a cuidados de saúde prejudicando além da saúde mental, a saúde física (Angel, 2016; Turunen & Hiilamo, 2014). Um estudo realizado em Portugal mostrou as mesmas evidências que outros estudos de outros países, que o incumprimento no pagamento das prestações aparece associado a uma saúde subjetiva inferior, à

deterioração de comportamentos que impactam a saúde e a doença física (Ferreira et al., 2021).

Além do teste ANOVA, decidiu-se proceder à realização do teste-t para analisar as médias dos domínios da qualidade de vida para os indivíduos com crédito sem prestações em atraso e com crédito mas com prestações em atraso. No teste-t (Tabela 2), com variâncias iguais assumidas, verificou-se que a significância é inferior a 0,05 para todos os domínios pelo que se rejeita a hipótese nula de médias homogêneas entre os grupos. Pelo que, em média, as pessoas com crédito sem prestações em atraso têm uma melhor qualidade de vida em todos os domínios quando comparadas com as que têm créditos com prestações em atraso.

Tabela 2 - Teste de amostras independentes: teste de Levene para igualdade de variâncias e teste-t para igualdade de médias

	Teste de Levene		teste-t
	Z	p	p
Domínio 1 - Físico	0,325	0,569	0,001
Domínio 2 - Psicológico	0,003	0,959	0,000
Domínio 3 - Social	0,122	0,728	0,033
Domínio 4 - Meio Ambiente	0,124	0,726	0,000
Qualidade de Vida	0,077	0,782	0,006

Para calcular o tamanho do efeito optou por se usar o *g de Hedges*, uma vez que o tamanho de um dos grupos é pequeno (9).

A fórmula do *g de Hedges* utilizada é a seguinte (Espírito Santo & Daniel, 2015):

$$g \text{ de Hedges} = d \text{ de Cohen} \times \left(1 - \frac{3}{4(n_1 + n_2) - 9} \right)$$

$$IC \ 95\% \text{ para } g \text{ de Hedges} = IC \ 95\% \ d \text{ de Cohen} \times \left(1 - \frac{3}{4(n_1 + n_2 - 2) - 1} \right)$$

Notas: n=número de sujeitos. Os números 1 e 2 em índice referem-se ao grupo 1 (p.e. grupo de experimental, grupo de tratamento ou grupo alvo) e ao grupo 2 (p.e. controlo ou de comparação).

Com esse cálculo verificou-se que os domínios têm os seguintes tamanhos de efeito (Sawilowsky, 2009):

- Domínio 1 – Físico: 1,18 (muito grande, $1,2 < d < 2$);
 - Linguagem Comum: 79,9%;
- Domínio 2 – Psicológico: 1,653 (muito grande, $1,2 < d < 2$);
 - Linguagem Comum: 88%;
- Domínio 3 – Social: 0,736 (médio, $0,5 < d < 0,8$);
 - Linguagem Comum: 70%;
- Domínio 4 – Meio Ambiente: 1,546 (muito grande, $1,2 < d < 2$);
 - Linguagem Comum: 86,4%;
- Qualidade de vida: 0,959 (grande, $0,8 < d < 1,2$);
 - Linguagem Comum: 75,2%.

Desta forma as hipóteses alternativas 3 “De entre os indivíduos endividados, o endividamento controlado está associado à melhor percepção de qualidade de vida do mesmo” e 4 “De entre os indivíduos endividados, o endividamento descontrolado está associado à pior percepção de qualidade de vida do mesmo” são suportadas para todos os domínios, incluindo a qualidade de vida em geral. Mesmo no domínio social, a média da qualidade de vida das pessoas com prestações em atraso é inferior às que não têm prestações em atraso, apresentando, no entanto, um efeito médio.

CONCLUSÕES

O objetivo principal deste estudo era responder à questão: existe uma relação entre o endividamento e a qualidade de vida do indivíduo?

Para alcançar este objetivo optou-se por recorrer a uma metodologia quantitativa, tendo os dados sido recolhidos através de um questionário e posteriormente analisados com o recurso à

estatística descritiva, utilizando testes-t, testes de Levene, teste ANOVA e testes de tamanho de efeitos (*d de Cohen* e *g de Hedges*).

As respostas aos questionários foram em primeira instância utilizadas para traçar o perfil da qualidade de vida e do endividamento dos inquiridos.

Quanto ao endividamento, 69,5% das pessoas responderam deter pelo menos um crédito bancário. Das pessoas com créditos, as tipologias mais mencionadas foram o crédito à habitação (85,6%), seguido do cartão de crédito (68,6%) e do crédito automóvel (41,2%). Das pessoas possuidoras de créditos bancários apenas 5,9% se encontravam, no momento da resposta, com prestações em atraso. Os motivos mais indicados para a ocorrência de atrasos no pagamento das prestações foram a gestão deficiente do agregado familiar, a deterioração das condições laborais e o desemprego.

Quanto à qualidade de vida dos inquiridos, as médias obtidas ordenam-se nos seguintes domínios: psicológico (69,70), meio ambiente (70,01), social (70,42) e físico (74,43). A qualidade de vida geral obteve uma pontuação média de 71,48 (numa escala de 0-100). Com a realização deste estudo concluiu-se que existe de facto uma relação entre o endividamento e a qualidade de vida. Numa primeira análise, os resultados obtidos indiciam que o endividamento (possuir créditos) tem um efeito positivo sobre a qualidade de vida daqueles que os detêm.

Tendo em conta a investigação empírica e as hipóteses formuladas procurou-se aprofundar esta correlação entre as variáveis. Para tal procedeu-se à realização do teste-t para médias chegando-se à conclusão que para o domínio psicológico e para o domínio do meio ambiente a qualidade de vida é, em média, superior para as pessoas que detêm créditos. Apesar de significativa, esta relação tem, segundo o *d de Cohen*, um tamanho pequeno.

Dentro do domínio psicológico decidiu-se analisar se existiria uma diferença na qualidade de vida tendo em conta a tipologia do crédito detido, uma vez que vários outros estudos encontraram diferentes resultados na qualidade de vida para diferentes tipos de crédito detidos (Clayton et al., 2015; Hiilamo, 2020; P. Liu et al., 2021; Proctor & Anand, 2017). Foi possível concluir que, para o domínio psicológico, a

qualidade de vida é, em média, superior para pessoas que têm simultaneamente crédito hipotecário e não hipotecário, quando comparadas com pessoas sem créditos ou com pessoas com apenas crédito hipotecário.

Quanto ao domínio físico não foi possível estabelecer uma relação de causa-efeito entre o endividamento e a qualidade de vida.

Outras das principais conclusões do presente estudo prendem-se com a relação entre o sobre-endividamento (deter prestações em atraso) e a qualidade de vida. Para todos os domínios se verificou que, em média, a qualidade de vida das pessoas com crédito com prestações em atraso era substancialmente inferior à das pessoas com créditos, mas sem prestações em atraso. Verificou-se um tamanho do efeito muito grande para os domínios físico, psicológico e meio ambiente, um tamanho grande para a qualidade de vida em geral e um tamanho médio para o domínio social. Estes resultados corroboram e dão força a outros estudos realizados no mesmo âmbito (Angel, 2016; Białowolski et al., 2019; Cai et al., 2021; Frade et al., 2008; Turunen & Hiilamo, 2014).

Os resultados do presente estudo, e de outros estudos semelhantes podem e devem ter implicações ao nível das políticas de concessão de crédito e das questões de literacia financeira, pois a qualidade de vida deve ser, também ela, um fator em consideração na análise da riqueza e bem-estar de um país. Apesar de ser um construto subjetivo, difícil de medir, é sem dúvida um dos motores da prosperidade de uma nação.

LIMITAÇÕES E SUGESTÕES FUTURAS

Este estudo, como qualquer outro, não está isento de limitações. À semelhança de outros estudos das ciências sociais, os resultados encontrados foram baseados em respostas autorretratadas. Isto é, refletem a opinião do próprio indivíduo acerca da sua própria qualidade de vida, pelo que poderá ocorrer um enviesamento dos resultados (Richardson et al., 2013). Além disso existem diferentes definições para o endividamento (Richardson et al., 2013) além da utilizada neste estudo que depreende que o endividamento significa

deter, pelo menos, um crédito bancário. Tal torna difícil a comparação entre o presente estudo e outros de carácter semelhante.

Existe também alguma evidência de que a relação entre a qualidade de vida e o endividamento pode estar relacionada com a tensão financeira e não o facto em si de se deter dívidas (Lange & Byrd, 1998; Selenko & Batinic, 2011)

Outra limitação está relacionada com a forma de obtenção de respostas. Como as respostas foram obtidas presencialmente, apesar de autoadministrado e tendo em conta a sensibilidade das questões colocadas podem existir respostas mais otimistas do que a realidade, nomeadamente no que toca aos rendimentos e à existência de prestações em atraso.

O estudo revelou alguns resultados contrários ao de outros estudos existentes, nomeadamente na existência de uma relação positiva entre o endividamento e os domínios psicológico e do meio ambiente. Como verificado o efeito parece, segundo o *d de Cohen* pequeno. No entanto esta análise não pode ser literal, uma vez que um tamanho do efeito pequeno pode ter resultados impactantes. Não foi, no entanto, possível comparar estes resultados com os de outros estudos, pois não foram encontrados quaisquer artigos com esta mesma conclusão. Assim sugere-se a realização de uma análise de carácter semelhante e até em diferentes populações para que se verifique se os resultados obtidos são idênticos. Tendo ainda em conta a subjetividade do termo “qualidade de vida” considera-se bastante importante o desenvolvimento de estudos qualitativos, nomeadamente com recurso a entrevistas em profundidade.

FONTES E BIBLIOGRAFIA

- Angel, S. (2016). The Effect of Over-Indebtedness on Health: Comparative Analyses for Europe. *Kylos - International Review of Social Sciences*, 69(2), 208–227.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1111/kykl.12109>
- Białowolski, P., Weźniak-Białowolska, D., & VanderWeele, T. J. (2019). The impact of savings and credit on health and health behaviours: an outcome-wide longitudinal approach. *International Journal of Public Health*, 64(4), 573–584.

- <https://doi.org/10.1007/s00038-019-01214-3>
Bridges, S., & Disney, R. (2010). Debt and depression. *Journal of Health Economics*, 29(3), 388–403.
- <https://doi.org/10.1016/j.jhealeco.2010.02.003>
Brown, S., Taylor, K., & Wheatley Price, S. (2005). Debt and distress: Evaluating the psychological cost of credit. *Journal of Economic Psychology*, 26(5), 642–663.
- <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.joep.2005.01.002>
Cai, Y., Yusof, S., Mohd Amin, R., & Mohd Arshad, M. N. (2021). The Multi-dimensional Effect of Household Debt on Urban Individual Well-Being in Klang Valley Malaysia. *Social Indicators Research*. <https://doi.org/10.1007/s11205-021-02706-7>
- Canavarro, M. C., & Serra, A. V. (2010). *Qualidade de vida e saúde: Uma abordagem na perspectiva da Organização Mundial de Saúde* (F. C. Gulbenkian (ed.)).
- Carona, C., Canavarro, M., Pereira, M., Gameiro, S., Vaz-Serra, A., Quartilho, M., Paredes, T., Rijo, D., & Simões, M. (2006). Estudos psicométricos do instrumento de avaliação da Qualidade de Vida da Organização Mundial de Saúde (WHOQOL-Bref) para Português de Portugal. *Psiquiatria Clínica*, 27(1), 41–49.
- Ciconelli, R. M. (2003). Medidas de avaliação de qualidade de vida. *Revista Brasileira de Reumatologia*, 43(2), 9–13.
- Clayton, M., Liñares-Zegarra, J., & Wilson, J. O. S. (2015). Does debt affect health? Cross country evidence on the debt-health nexus. *Social Science & Medicine*, 130, 51–58.
- <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2015.02.002>
Comissão Europeia. (2008). *Towards a common operational European definition of over-indebtedness*. Publications Office.
- <https://doi.org/doi/10.2767/17772>
- Diener, E. (1994). Assessing subjective well-being: Progress and opportunities. *Social Indicators Research*, 31(2), 103–157.
- <https://doi.org/10.1007/BF01207052>
- Dynan, K. E., & Kohn, D. L. (2007). The Rise in U.S. Household Indebtedness : Causes and Consequences. *Finance and Economics Discussion Series*, 2007(37), 1–44.
- <https://doi.org/10.17016/feds.2007.37>
- Espirito Santo, H., & Daniel, F. (2015). Calcular e apresentar tamanhos do efeito em trabalhos científicos (1): As limitações do $p < 0,05$ na análise de diferenças de médias de dois grupos |

- Calculating and reporting effect sizes on scientific papers (1): $p < 0.05$ limitations in the analysis of *m. Portuguese Journal of Behavioral and Social Research*, 1, 3–16.
<https://doi.org/10.7342/ismt.rpics.2015.1.1.14>
- Farquhar, M. (1995). Definitions of quality of life: a taxonomy. *Journal of Advanced Nursing*, 22(3), 502–508.
<https://doi.org/10.1046/j.1365-2648.1995.22030502.x>
- Felce, D., & Perry, J. (1995). Quality of life: its definition and measurement. *Research in Developmental Disabilities*, 16(1), 51–74. [https://doi.org/10.1016/0891-4222\(94\)00028-8](https://doi.org/10.1016/0891-4222(94)00028-8)
- Ferreira, M. B., de Almeida, F., Soro, J. C., Herter, M. M., Pinto, D. C., & Silva, C. S. (2021). On the Relation Between Over-Indebtedness and Well-Being: An Analysis of the Mechanisms Influencing Health, Sleep, Life Satisfaction, and Emotional Well-Being. *Frontiers in Psychology*, 12.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.591875>
- Frade, C. (2013). Sobreendividamento e soluções extrajudiciais: a mediação de dévidas. In Almedina (Ed.), *I Congresso de Direito da Insolvência*.
https://www.ces.uc.pt/ficheiros/behav/Frade_Sobreendividamento_e_solucoes_extrajudiciais.pdf
- Frade, C., Lopes, C., Jesus, F., & Ferreira, T. (2008). *Um perfil dos sobreendividados em Portugal*.
- Haas, O. J. (2006). Overindebtedness in Germany. *International Labour Organisation (ILO), Working Paper No. 44, Geneva*.
http://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_emp/documents/publication/wcms_117963.pdf
- Hiilamo, A. (2020). Debt matters? Mental wellbeing of older adults with household debt in England. *SSM - Population Health*, 12, 100658.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.ssmph.2020.100658>
- Hill, H. D. (2012). Welfare as Maternity Leave? Exemptions from Welfare Work Requirements and Maternal Employment. *Social Service Review*, 86(1), 37–67.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1086/665618>
- Hodson, R., Dwyer, R. E., & Neilson, L. A. (2014). Credit Card Blues: The Middle Class and the Hidden Costs of Easy Credit. *Sociological Quarterly*, 55(2), 315–340.
<https://doi.org/10.1111/tsq.12059>

- Hunt, S. M. (1997). The problem of quality of life. In *Quality of life research: an international journal of quality of life aspects of treatment, care and rehabilitation* (Vol. 6, Issue 3, pp. 205–212). <https://doi.org/10.1023/a:1026402519847>
- Instituto Nacional de Estatística. (2021). *Tábuas de Mortalidade em Portugal - Desagregação regional (2018-2020)*. https://ine.pt/xportal/xmain?xpid=INE&xpgid=ine_destaques&DESTAQUESdest_boui=473165032&DESTAQUESmodo=2
- Lange, C., & Byrd, M. (1998). The relationship between perceptions of financial distress and feelings of psychological well-being in New Zealand university students. In *International Journal of Adolescence and Youth* (Vol. 7, Issue 3, pp. 193–209). AB Academic Publishers. <https://doi.org/10.1080/02673843.1998.9747824>
- Leitão Marques, M. M., & Frade, C. (2004). Regular o sobreendividamento. In *Gabinete de Política Legislativa e Planeamento do Ministério da Justiça (org.), Código da Insolvência e da Recuperação de Empresas* (pp. 79–98). Coimbra Editora. <https://www.dgpj.mj.pt/sections/informacao-e-eventos/anexos/sections/informacao-e-eventos/anexos/prof-doutora-maria/downloadFile/file/MMLM.pdf?nocache=1210675423.37>
- Lipovetsky, G. (2017). *A felicidade Paradoxal. Ensaio sobre a sociedade do hiperconsumo*. Edições 70.
- Liu, P., Zhou, L., Tian, Y., & Nie, W. (2021). Association between household debt and depressive mood among Chinese residents. *Public Health, 194*, 202–207. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.puhe.2021.03.015>
- Liu, Z., Zhong, X., Zhang, T., & Li, W. (2020). Household debt and happiness: evidence from the China Household Finance Survey. *Applied Economics Letters, 27*(3), 199–205. <https://doi.org/10.1080/13504851.2019.1610706>
- Mian, A., Sufi, A., & Verner, E. (2016). Household debt and business cycles worldwide. In *Kreisman Working Papers Series in Housing Law and Policy No. 38*. <https://doi.org/10.1093/qje/qjx017>
- Minayo, M. C. de S., Buss, P. M., & Hartz, Z. M. de A. (2000). Qualidade de vida e saúde: um debate necessário. *Ciência e Saúde Coletiva, 5*(1), 7–18. <https://doi.org/https://doi.org/10.1590/S1413->

- 81232000000100002
- Moreira, F. R. (2011). O consumo e o crédito na sociedade contemporânea. *Gestão e Desenvolvimento*, 19, 91–114.
<https://doi.org/https://doi.org/10.7559/gestaoedesenvolvimento.2011.138>
- Muñiz, J. (2010). Las Teorías de los Tests: Teoría Clásica y Teoría de Respuesta a los Ítems. *Papeles Del Psicólogo: Revista Del Colegio Oficial de Psicólogos, ISSN 0214-7823, Vol. 31, N°. 1, 2010 (Ejemplar Dedicado a: Metodología Al Servicio Del Psicólogo), Pags. 57-66, 31.*
- Nunnally, J. C. (1978). *Psychometric Theory*. McGraw-Hill.
<https://doi.org/10.3102/0013189X004010007>
- OCR Macro. (2001). *Study of the problem of Consumer Indebtedness : Statistical Aspects Contract n ° : B5-1000 / 00 / 000197 Final Report.*
<https://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.183.3320&rep=rep1&type=pdf>
- Pereira, É., Santos, A., Teixeira, C., Rocha, L., Legnani, R., & Merino, E. (2009). Qualidade de vida: conceito e variáveis relacionadas. *Conexões*, 7, 14–28. <https://doi.org/10.20396/conex.v7i3.8637765>
- Proctor, J., & Anand, P. (2017). Is credit associated with a higher quality of life? A capability approach. *Progress in Development Studies*, 17(4), 322–346.
<https://doi.org/10.1177/1464993417716359>
- Programa das Nações Unidas para o Desenvolvimento. (2020). *Relatório do Desenvolvimento Humano 2020: A próxima fronteira.*
<https://www.hdr.undp.org/en/content/human-development-report-2020>
- Rapley, M. (2003). *Quality of Life Research: A Critical Introduction* (1.^a). SAGE Publications Ltd. https://books.google.pt/books?hl=pt-PT&lr=&id=61YsVlBNfNkC&oi=fnd&pg=PP1&ots=-60RExDF9k&sig=eCIVuZqCOPHyLmr4uHk8srq8ozE&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false
- Richardson, T., Elliott, P., & Roberts, R. (2013). The relationship between personal unsecured debt and mental and physical health: A systematic review and meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 33, 1148–1162. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2013.08.009>
- Sawilowsky, S. (2009). New Effect Size Rules of Thumb. *Journal of Modern Applied Statistical Methods*, 8, 597–599.

- <https://doi.org/10.22237/jmasm/1257035100>
- Schicks, J. (2012). The Sacrifices of Micro-Borrowers in Ghana - A Customer-Protection Perspective on Measuring Over-Indebtedness. *Journal of Development Studies*, 49.
<https://doi.org/10.1080/00220388.2013.775421>
- Selenko, E., & Batinic, B. (2011). Beyond debt. A moderator analysis of the relationship between perceived financial strain and mental health. *Social Science & Medicine*, 73, 1725–1732.
<https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2011.09.022>
- Solomon, M. R. (2017). *Consumer Behavior: Buying, Having, and Being* (12th ed.). Global Edition.
- Streiner, D. L. (2003). Starting at the Beginning: An Introduction to Coefficient Alpha and Internal Consistency. *Journal of Personality Assessment*, 80, 99–103.
https://doi.org/10.1207/S15327752JPA8001_18
- Sweet, E., Nandi, A., Adam, E. K., & McDade, T. W. (2013). The high price of debt: household financial debt and its impact on mental and physical health. *Social Science & Medicine* (1982), 91, 94–100. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2013.05.009>
- Tay, L., Batz, C., Parrigon, S., & Kuykendall, L. (2017). Debt and Subjective Well-being: The Other Side of the Income-Happiness Coin. *Journal of Happiness Studies*, 18(3), 903–937.
<https://doi.org/10.1007/s10902-016-9758-5>
- Thompson, B. (2007). Effect sizes and confidence intervals for effect sizes. *Psychology in the Schools*, 44, 423–432.
<https://doi.org/10.1002/pits.20234>
- Tov, W., & Diener, E. (2013). *Subjective Wellbeing*.
<https://doi.org/10.1002/9781118339893.wbeccp518>
- Tukey, J. W. (1949). Comparing Individual Means in the Analysis of Variance. *Biometrics*, 5(2), 99–114.
<https://doi.org/10.2307/3001913>
- Turunen, E., & Hiilamo, H. (2014). Health effects of indebtedness: A systematic review. *BMC Public Health*, 14, 489.
<https://doi.org/10.1186/1471-2458-14-489>
- WHOQOL Group. (1994). Development of the WHOQOL: Rationale and current status. *International Journal of Mental Health*, 23(3), 24–56. <https://doi.org/10.1080/00207411.1994.11449286>
- Yadav, J., & Gupta, N. (2021). *IOP Conference Series: Earth and Environmental Science Urban Quality of Life: Domains,*

Dimensions and Indicators for Indian Cities Urban Quality of Life: Domains, Dimensions and Indicators for Indian Cities.
<https://doi.org/10.1088/1755-1315/796/1/012032>

Creative Commons Attribution License | This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution License (CC BY). The use, distribution or reproduction in other forums is permitted, provided the original author(s) and the copyright owner(s) are credited and that the original publication in this journal is cited, in accordance with accepted academic practice. No use, distribution or reproduction is permitted which does not comply with these terms.