



COLECCIÓN CONOCIMIENTO CONTEMPORÁNEO

Ciencias del pensamiento, comportamiento y relaciones humanas

Coords.

Manuel Bermúdez Vázquez

Alfonso Chaves Montero

Dykinson, S.L.

CIENCIAS DEL PENSAMIENTO, COMPORTAMIENTO
Y RELACIONES HUMANAS



COLECCIÓN CONOCIMIENTO CONTEMPORÁNEO

CIENCIAS DEL PENSAMIENTO,
COMPORTAMIENTO Y RELACIONES HUMANAS

Coords.

MANUEL BERMÚDEZ VÁZQUEZ
ALFONSO CHAVES MONTERO

Dykinson, S.L.

2023

CIENCIAS DEL PENSAMIENTO, COMPORTAMIENTO Y RELACIONES HUMANAS

Diseño de cubierta y maquetación: Francisco Anaya Benítez

© de los textos: los autores

© de la presente edición: Dykinson S.L.

Madrid - 2023

N.º 104 de la colección Conocimiento Contemporáneo

1ª edición, 2023

ISBN: 978-84-1122-825-1

NOTA EDITORIAL: Los puntos de vista, opiniones y contenidos expresados en esta obra son de exclusiva responsabilidad de sus respectivos autores. Dichas posturas y contenidos no reflejan necesariamente los puntos de vista de Dykinson S.L, ni de los editores o coordinadores de la obra.

Los autores asumen la responsabilidad total y absoluta de garantizar que todo el contenido que aportan a la obra es original, no ha sido plagiado y no infringe los derechos de autor de terceros. Es responsabilidad de los autores obtener los permisos adecuados para incluir material previamente publicado en otro lugar. Dykinson S.L no asume ninguna responsabilidad por posibles infracciones a los derechos de autor, actos de plagio u otras formas de responsabilidad relacionadas con los contenidos de la obra. En caso de disputas legales que surjan debido a dichas infracciones, los autores serán los únicos responsable

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN.....	11
ALFONSO CHAVES-MONTERO	

SECCIÓN I CIENCIAS DEL COMPORTAMIENTO

CAPÍTULO 1. LA INNOVACIÓN EDUCATIVA EN EL AULA PARA INDAGAR ACERCA DE LAS VARIABLES PSICOLÓGICAS QUE INFLUYEN EN EL USO PROBLEMÁTICO DE INTERNET.....	14
NIEVES GUTIÉRREZ ÁNGEL	
CAPÍTULO 2. LA INNOVACIÓN EDUCATIVA ANTE RIESGOS CIBERNÉTICOS Y EL USO PROBLEMÁTICO DE INTERNET	26
NIEVES GUTIÉRREZ ÁNGEL	
CAPÍTULO 3. LA EFICACIA DE LOS PROGRAMAS DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES EN LAS ACTITUDES DE LOS RABAJADORES HACIA LOS ACCIDENTES LABORALES. UN ESTUDIO PRELIMINAR.....	36
ALONSO ORDÓÑEZ ACEVEDO MARÍA ELVIRA ZORZO MIGUEL ÁNGEL GANDARILLAS	
CAPÍTULO 4. REDES DE SÍNTOMAS EN EL USO PROBLEMÁTICO DEL MÓVIL	51
ANA MARÍA RUIZ-RUANO GARCÍA JORGE LÓPEZ PUGA	
CAPÍTULO 5. DEVALUACIÓN DE RECOMPENSAS DEMORADAS Y USO PROBLEMÁTICO DEL MÓVIL.....	72
ANA MARÍA RUIZ-RUANO GARCÍA JORGE LÓPEZ PUGA	
CAPÍTULO 6. LA ACTITUD HACIA LA ESTADÍSTICA EN PSICOLOGÍA MODELADA CON REDES.....	88
ANA MARÍA RUIZ-RUANO GARCÍA JORGE LÓPEZ PUGA	
CAPÍTULO 7. COMPETÊNCIAS EMOCIONAIS E SOCIAIS EM CONTEXTO PÓS-PANDÉMICO, DE GUERRA E DE ALTERAÇÕES CLIMÁTICAS	106
FÁTIMA GAMEIRO PAULA FERREIRA	

CAPÍTULO 8. A PERCEÇÃO DE QUALIDADE DE VIDA EM CONTEXTO PÓS-PANDÉMICO, DE GUERRA E DE ALTERAÇÕES CLIMÁTICAS	123
PAULA FERREIRA	
FÁTIMA GAMEIRO	
CAPÍTULO 9. “DEL SOMETIMIENTO A LA FEMINEIDAD-ROSARIO CASTELLANOS”	141
EDUARDO DE LA FUENTE ROCHA	
CAPÍTULO 10. REVISIÓN SISTEMÁTICA DE LAS FUNCIONES EJECUTIVAS EN PERSONAS CON SÍNDROME DE DOWN A LO LARGO DEL CICLO VITAL	155
FRANCISCO MARTOS GILETE	
M ^a LUZ DE LOS M. FERNÁNDEZ-BLÁZQUEZ	
CAPÍTULO 11. LA IMPORTANCIA DEL CONTROL DE LA ANSIEDAD COGNITIVA PARA EL RENDIMIENTO	183
MARÍA MERINO FERNÁNDEZ	
MICHELLE MATOS DUARTE	
CAPÍTULO 12. ESTRATEGIAS DE PREVENCIÓN DE LA DESHONESTIDAD ACADÉMICA. DESAFÍOS DE LA INVESTIGACIÓN EN ENTORNOS DE EDUCACIÓN UNIVERSITARIA A DISTANCIA	204
LAURA GRANIZO GONZÁLEZ	
MARÍA ELENA ASENJO HERNANZ	
PATRICIA GONZÁLEZ ELICES	
XAVIER G. ORDÓÑEZ CAMACHO	
CAPÍTULO 13. THE ADAPTATION PROCESS OF PSYCHOLOGICAL INSTRUMENTS: A SYSTEMATIC REVIEW	223
JOANA DA GAMA	
JORGE NEGREIROS	
CAPÍTULO 14. ESTUDIO PSICOSOCIAL DE LAS ACTITUDES DE LOS TRABAJADORES SINDICALIZADOS DE MÉXICO TRAS LA REFORMA LABORAL	245
LUIS JAVIER SILVA ISLAS	
MARÍA ELVIRA ZORZO	
CAPÍTULO 15. IMPORTANCIA, MOTIVACIÓN E INTERÉS HACIA LA EDUCACIÓN FÍSICA POR LOS FUTUROS MAESTROS Y PROFESORES	273
JOSÉ MANUEL DELFA DE LA MORENA	
JUAN JOSÉ MIJARRA MURILLO	

CAPÍTULO 16. SALUD MENTAL Y ASPECTOS PSICOSOCIALES EN NIÑOS/AS Y ADOLESCENTES DURANTE EL CONFINAMIENTO POR LA COVID-19: UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA.....	292
ALEJO GARCÍA-NAVEIRA VAAMONDE ROCÍO MECA RODRÍGUEZ DE RIVERA MARÍA SOLEDAD TORÁN POGGIO MARYNA MAKEIENKO	
CAPÍTULO 17. INSTRUMENTOS DE CALIDAD DE VIDA PARA POBLACIÓN GENERAL: REVISIÓN SISTEMÁTICA	316
MAR GONZÁLEZ-NORIEGA ANA CANCELA ANA VISIERS ALEJO GARCÍA-NAVEIRA	
CAPÍTULO 18. LA CALIDAD DE VIDA DE LOS UNIVERSITARIOS EN ESPAÑA TRAS EL CONFINAMIENTO PROVOCADO POR LA PANDEMIA COVID-19.....	355
MAR GONZÁLEZ-NORIEGA ANA CANCELA ANA VISIERS ALEJO GARCÍA-NAVEIRA	
CAPÍTULO 19. RELACIÓN ENTRE LA AUTOESTIMA Y EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE PRIMARIA.....	384
QUINALUISA NARVÁEZ KATHERINE BELÉN CELORIO NARANJO JOSÉ EDUARDO LARA LARA FERNANDO	
CAPÍTULO 20. COMPARACIÓN DE TIPOS DE LIDERAZGO DE UNA MUESTRA DE LA UNIVERSIDAD DE GRANADA CON RESPECTO A LOS CADETES DE LA ACADEMIA.....	401
GENERAL MILITAR FRANCISCO JOSÉ TRUJILLO PACHECO MARÍA VÍLCHEZ VIVANCO	
CAPÍTULO 21. ACTITUD PROSOCIAL Y ODS: UN EXPERIMENTO PILOTO CON ESTUDIANTES DEL GRADO DE ADMINISTRACIÓN Y DIRECCIÓN DE EMPRESAS.....	420
AMALIA RODRIGO GONZÁLEZ ALFREDO JUAN GRAU GRAU JANNY MAGDELINE NÚÑEZ ALMONTE	
CAPÍTULO 22. LA RADIO COMO MEDIO PARA PROMOVER LA EXPRESIÓN DE LAS EMOCIONES EN LAS PERSONAS MAYORES. COMPARATIVA ENTRE LA RADIO ESPECIALIZADA PÚBLICA ESTATAL Y LOCAL	443
AMPARO SUAY MADRID	

CAPÍTULO 23. LA TÉCNICA DE MINDFULNESS: DEFINICIÓN, MODELOS Y ÁMBITOS DE APLICACIÓN.....	458
NIEVES FÁTIMA OROPESA RUIZ	
CAPÍTULO 24. LA SALUD, ¿LA RAZÓN PARA JUGAR AL GOLF?	478
MARIA DEL MAR MARTÍN GARCÍA	
CAPÍTULO 25. USO DE UN MODELO DE DIAGNÓSTICO COGNITIVO EN EL ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS DE UN TEST APLICADO A FUTUROS ESTUDIANTES DE INGENIERÍA.....	496
CAMILA VILLANUEVA-MORALES	
PABLO CÁCERES-SERRANO	

SECCIÓN II CULTURA, SOCIOLOGÍA Y CAMBIO SOCIAL

CAPÍTULO 26. UNIDAD DIDÁCTICA PARA APREHENDER LA CALIDAD SENSORIAL DE LOS ALIMENTOS CON LECTURAS LITERARIAS.....	510
MAR FERNÁNDEZ-VÁZQUEZ	
PATRICIA REBOREDO-RODRÍGUEZ	
CAPÍTULO 27. REPENSANDO LOS MOVIMIENTOS SOCIALES.....	529
DANIEL MARÍN-GUTIÉRREZ	
CAPÍTULO 28. HISTÓRIAS DE MARIAS: DESCOBRINDO O BRASIL ATRAVÉS DA VIVÊNCIA DE DUAS MULHERES POBRES E NEGRAS	550
LUCAS REIS-SILVA	
CAPÍTULO 29. MEJORAS EN LA RESPUESTA A CUESTIONARIOS POR LA UTILIZACIÓN DE AYUDAS VISUALES.....	571
VIDAL DÍAZ DE RADA	
CAPÍTULO 30. EL NUEVO REGIMEN JURÍDICO DE LOS ANIMALES: SINTIENCIA, ANTIESPECISMO Y REIFICACIÓN.....	586
MARINA MARTÍN MORO	
MARTA SÁNCHEZ VIEJO	
CAPÍTULO 31. LOS ‘SINDICATOS DE MANTEROS’ EN ESPAÑA: UNA EXPERIENCIA DE ORGANIZACIÓN POPULAR.....	601
DANIEL MARÍN-GUTIÉRREZ	
CAPÍTULO 32. CULTURA EMOCIONAL Y REIVINDICACIONES POLÍTICAS IDENTITARIAS	616
ALEJANDRO NÉSTOR GARCÍA MARTÍNEZ	

CAPÍTULO 33. ¿EXPLORADOS O ESPIADOS? REDES SOCIALES, PRIVACIDAD Y EXPLORACIÓN EN LA ERA DEL CAPITALISMO DIGITAL.....	634
MIKEL BARBA DEL HORNO ITSASO FERNANDEZ DE LA CUADRA-LIESA AMAIA GARCIA -AZPURU PAULA REVUELTA LLAMOSAS	
CAPÍTULO 34. FACTORES EXPLICATIVOS DE LAS REMESAS ENVIADAS POR LAS PERSONAS MIGRANTES. UNA REVISIÓN CRÍTICA DE LA LITERATURA.....	651
MIKEL BARBA DEL HORNO AMAIA GARCIA-AZPURU ASIER ARCOS-ALONSO PAULA REVUELTA LLAMOSAS	
CAPÍTULO 35. VICTIMARIOS Y VÍCTIMAS DE LA VIOLENCIA: EL RITUAL COMO IDENTIDAD EN LAS MARAS Y PANDILLAS	669
YARITZA MARÍA VÁSQUEZ HERNÁNDEZ	
CAPÍTULO 36. <i>FERDYDURKE</i> DE GOMBROWICZ – UN DISPOSITIVO PARA INTERPRETAR SITUACIONES DE SUSPENSIÓN DE SENTIDO DURANTE LA PANDEMIA.....	687
MONIKA SYLWIA SALEJ	
CAPÍTULO 37. EMOCIONES Y DEPORTE: UN ENCLAVE RELACIONAL PARA LA INVESTIGACIÓN SOCIAL.....	707
ALEJANDRO NÉSTOR GARCÍA MARTÍNEZ	
CAPÍTULO 38. VULNERABILIDAD RESIDENCIAL Y DINÁMICAS INMOBILIARIAS EN UN DESTINO TURÍSTICO MADURO: EL CASO DE TORREMOLINOS (ESPAÑA)	728
EDUARDO JIMÉNEZ-MORALES MARÍA JOSÉ ANDRADE MARQUÉS GUIDO CIMADOMO INGRID CAROLINA VARGAS-DÍAZ	
CAPÍTULO 39. FRACTALES ASIÁTICOS EN LA EUROPA AFRICANA: LA COMUNIDAD CHINA DE MELILLA.	743
VICTORIA BORRELL VELASCO	
CAPÍTULO 40. MODELOS DE CONVIVENCIA EN FAMILIA CON HIJOS ADULTOS.....	760
MARÍA VÍLCHEZ VIVANCO FRANCISCO JOSÉ TRUJILLO PACHECO	
CAPÍTULO 41. HUYENDO DE LA VIOLENCIA: LA MIGRACIÓN FORZADA DESDE CENTROAMÉRICA HACIA ESPAÑA	777
GABRIELA POBLET	

CAPÍTULO 42. “CALIDAD DE SERVICIO Y SATISFACCIÓN DE CLIENTE EN HOTELES GRAN TURISMO, PUERTO VALLARTA, JALISCO, MÉXICO”	795
MBA. VIBIANA CURIEL GUZMAN MAURO ALEJANDRO MONROY CESEÑA	
CAPÍTULO 43. LA IMAGEN DE MARCA TURÍSTICA GALICIA APORTADA POR EL TURISMO DE PEREGRINACIÓN: LA DINAMIZACIÓN ESTRATÉGICA ORIGINADA POR EL XACABEO 2021-2022	813
JOSÉ ANTONIO DÍAZ FERNÁNDEZ. CARLOS ALBERTO PATIÑO ROMARÍS.	
CAPÍTULO 44. LA POLÍTICA TURÍSTICA TERMAL EN ESPAÑA: UN PRODUCTO ESTRATÉGICO PARA LA DINAMIZACIÓN DE LOS DESTINOS TURÍSTICOS	829
JOSÉ ANTONIO DÍAZ FERNÁNDEZ CARLOS ALBERTO PATIÑO ROMARÍS.	
CAPÍTULO 45. LA INCIDENCIA DE LA COVID-19 SOBRE LOS MERCADOS TURÍSTICOS: CONSTRUYENDO UN NUEVO FUTURO... 846	
JOSÉ ANTONIO DÍAZ FERNÁNDEZ CARLOS ALBERTO PATIÑO ROMARÍS.	

El equilibrio social actual debe de buscar la armonía y estabilidad en una sociedad, y se logra cuando existe una distribución justa de recursos y oportunidades, y cuando se respetan los derechos humanos y las libertades individuales. El equilibrio social es importante para el bienestar de la sociedad y su desarrollo sostenible, y puede ser afectado por factores como la desigualdad económica, la discriminación, la falta de participación ciudadana y la inseguridad. Para fomentar el equilibrio social, se necesita una combinación de políticas, económicas, culturales y sociales, que promuevan la justicia, la inclusión y la sostenibilidad.

Para mejorar el equilibrio social en las sociedades del siglo XXI, se pueden considerar las siguientes estrategias:

1. Reducción de la desigualdad económica: a través de políticas fiscales progresistas, educación y empleo de calidad, y regulación de los mercados.
2. Promoción de la participación ciudadana: fomentando la inclusión política y la representación de todas las voces en la toma de decisiones.
3. Fortalecimiento de la justicia social: asegurando acceso equitativo a la justicia y protegiendo los derechos humanos y civiles.
4. Fomento de la diversidad cultural: respetando y valorando la diversidad étnica, religiosa y de género, y promoviendo la tolerancia y el diálogo intercultural.
5. Desarrollo sostenible: adoptando prácticas económicas y políticas que protejan el medio ambiente y aseguren un futuro sostenible para las generaciones futuras.

Estas perspectivas pueden complementarse y trabajar juntas para lograr un equilibrio social más completo e integral. La colaboración y el compromiso de todas las partes interesadas, incluyendo gobiernos,

empresas, organizaciones no gubernamentales y la sociedad en general, son esenciales para lograr un equilibrio social más justo e inclusivo. Para poder lograr estos retos la investigación social juega un papel primordial en la sociedad del siglo XXI, por varias razones:

1. Informar políticas públicas: los resultados de la investigación social pueden informar la toma de decisiones y la formulación de políticas públicas, lo que puede tener un impacto positivo en la sociedad.
2. Mejorar la comprensión social: la investigación social puede ayudar a comprender los fenómenos sociales y las dinámicas que influyen en la vida de las personas, lo que puede ser útil para abordar problemas sociales.
3. Identificar desigualdades: la investigación social puede identificar desigualdades y discriminación en la sociedad, y proporcionar información para abordarlas.
4. Evaluar programas e intervenciones: la investigación social puede evaluar la efectividad de los programas y las intervenciones sociales, lo que puede ayudar a mejorarlos.

Los capítulos que recogen este libro se basan en los distintos desafíos a los que se enfrenta la sociedad del siglo XXI, tales como: los cambios demográficos, la globalización, la inseguridad económica, los cambios tecnológicos, el cambio climático, la pandemia de la Covid-19, la salud mental, la diversidad cultural, las desigualdades sociales y las decisiones políticas, como la guerra que estamos viviendo en Ucrania. Por todo lo comentado, la investigación social es esencial en el abordaje de estas problemáticas sociales y tiene como objetivos: proporcionar información, la comprensión de los fenómenos sociales, la toma de decisiones informadas y ayudar a dar soluciones a la ciudadanía para resolver dichos problemas sociales.

ALFONSO CHAVES-MONTERO
Universidad de Huelva

A PERCEÇÃO DE QUALIDADE DE VIDA EM CONTEXTO PÓS-PANDÉMICO, DE GUERRA E DE ALTERAÇÕES CLIMÁTICAS

PAULA FERREIRA

*Instituto de Serviço Social/ Universidade Lusófona – CUL
Investigadora CISIS*

FÁTIMA GAMEIRO

*Instituto de Serviço Social/ Universidade Lusófona – CUL
Investigadora CISIS*

1. INTRODUÇÃO

A Organização Mundial de Saúde (OMS) entende a qualidade de vida (QV) como a percepção que um indivíduo tem sobre a sua posição na vida, no seu contexto cultural e de valores, atendendo aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações (WHO, 1998). Esta percepção depende da saúde mental e do estado psicológico do indivíduo, do seu nível de independência, das suas relações sociais e crenças pessoais (Costa et al., 2012; WHO, 1998). A QV indica o nível de condições básicas e suplementares do ser humano. Estas condições envolvem o bem-estar físico, psicológico e emocional, mas também, os relacionamentos sociais, a saúde, educação e outros parâmetros que exerçam influência sobre a vida humana ou a afetem (WHO, 2022). A QV encontra-se assim interligada e interdependente com o bem-estar (Barreto, 2005; Guedea et al., 2006).

O ambiente no qual vivemos e nos desenvolvemos é constituído por elementos humanos, físicos, políticos, económicos, culturais e organizacionais que condicionam e influenciam os estilos de vida e que se repercutem na percepção de QV. Esta é influenciada pela saúde física, pelo estado psicológico, pelos níveis de independência e, também, pelas

características ambientais e socioculturais de cada indivíduo (Nascimento et al., 2019).

No atual contexto de pandemia, guerra e alterações climáticas a percepção positiva de QV é equacionada. A literatura tem associado estes últimos anos atípicos a danos significativos na QV (Branquinho et al., 2020; Branquinho et al., 2021; Epifanio et al., 2021); Matos et al., 2021; Mohler-Kuo et al., 2021; Sousa et al., 2021; The Lancet Child Adolescent Health, 2020; Viner et al., 2021; Zhang & Ma, 2020).

A COVID-19 foi identificada como um evento traumático, uma vez que criou mudanças súbitas no estilo de vida e nas relações interpessoais, problemas económicos, incerteza sobre o futuro, bem como o medo de ser infetado e o distanciamento social (Forte et al., 2020; Zhang & Ma, 2020). Segundo a literatura, o isolamento social afetou vários aspetos da QV (Giusti et al., 2020) e está correlacionada negativamente com altos níveis de *distress* (Khan et al., 2021).

De acordo com um estudo desenvolvido em 2021 por Jesus e Oliveira, os indivíduos obtiveram durante a pandemia níveis mais baixos de QV nas relações sociais e na relação com o ambiente e apresentaram níveis moderados de QV física. Este padrão de resultados é mais evidente na amostra feminina e na amostra sem relação romântica (Jesus & Oliveira, 2021). Existe ainda ampla evidência empírica de que, o bem-estar subjetivo no género masculino é mais elevado do que o do género feminino na mesma idade. Segundo Roothman et al. (2003) a explicação para tal poder-se-á dever ao facto de o género feminino viver mais intensamente os afetos negativos e positivos e que interioriza as experiências afetivas negativas, procurando encontrar em si uma explicação para as mesmas, o que resulta numa auto percepção de um menor nível de bem-estar. Borine et al. (2015) evidenciaram uma relação entre o nível de *stress* e QV no decorrer da pandemia. Constataram que os três fatores referentes ao *stress*, alerta, resistência e exaustão, apresentam uma correlação negativa com a QV. A dimensão “QV relação ambiente” revelou-se mais baixa, justificando os seus resultados pelas medidas de confinamento decretadas em Portugal.

De referir que durante o estado de emergência, salvo algumas exceções, os portugueses estavam apenas autorizados a deslocar-se para o trabalho, para a aquisição de bens essenciais, para dar assistência a pessoas vulneráveis e para a utilização dos serviços de saúde (Tenais & Ribeiro, 2020), o que também poderá ter afetado a relação que a população estabelecia com o meio ambiente. Mais concretamente, a população portuguesa viveu momentos de elevado isolamento social, confinada à sua habitação, o que, certamente, causou impactos nas suas vidas, em várias dimensões (Meireles, 2020). Além disto, os efeitos do confinamento na população poderão ser mais acentuados nas comunidades urbanas devido ao maior risco (e medo) de infeção e à escassez de espaço público que permita com que a população possa sair à rua em segurança (Tendias & Ribeiro, 2020). Segundo Relvas et al. (2020) estes impactos passam, sobretudo, pela indiferenciação entre o local de lazer e o local de trabalho, maior assistência aos filhos no método de ensino à distância, redução dos contactos com a família alargada, redes sociais e do lazer familiar de carácter *indoor* e *outdoor*, aumento do *stress* e dificuldade de planeamento a curto/médio prazo.

Em Portugal, após o primeiro confinamento, verificou-se um aumento no consumo de álcool e cigarros, redução da prática de atividade física e aumento do consumo de alimentos não saudáveis, fatores esses que podem contribuir para o aumento do sofrimento psíquico e consequente diminuição do bem-estar subjetivo (Esteves et al., 2021). O facto de a população em geral não poder frequentar com a mesma frequência espaços de socialização pode originar problemas como a solidão e o isolamento (Meireles, 2020; Rodrigues et al., 2020). Inúmeros fatores associados à pandemia são, por si só, uma situação altamente geradora de *stress* (Brooks et al., 2020) e que acarretam impactos que se prolongarão no tempo, seja a nível social, económico, comportamental e/ou psicológico (Ghosh et al., 2020).

Num estudo desenvolvido em Portugal, em junho de 2020, com o objetivo de analisar se havia diferenças no bem-estar de acordo com o género dos participantes, verificou-se uma diferença estatisticamente significativa, com os homens a apresentarem níveis mais elevados de bem-estar comparativamente às mulheres (Alho, 2021). Também Libardi et al.

(2021) realizaram um estudo no mesmo período temporal com o objetivo de identificar o bem-estar em função do gênero e verificaram que as mulheres revelaram menos bem-estar. Contudo, em alguns estudos internacionais, tais como, os de Cao et al., 2020 e de Quintero & Ruiz, 2022 não foram encontradas diferenças significativas no gênero.

Alguns estudos têm-se concentrado na QV das vítimas civis no contexto de guerras, conflitos armados e violência. Steel et al. (2009) efetuaram uma meta-análise onde exploraram 161 artigos e relataram taxas de 30,6% e 30,8% de sintomas associados a transtorno de *stress* pós-traumático e depressão, respetivamente. Encontraram ainda como resultados que diferentes fatores influenciam a QV das vítimas de conflitos armados, entre os quais as características sociodemográficas, sociais e psicológicas. Em 2019, na Colômbia, Simancas-Fernández et al. (2022) avaliaram a QV em vítimas do conflito armado e identificaram que o domínio ambiental foi o mais afetado devido às desvantagens relacionadas aos recursos físicos, de saúde e de assistência social. Campo-Arias et al. (2014) realizaram uma revisão sistemática de 13 estudos que avaliaram a saúde mental de vítimas de conflitos armados e encontraram uma prevalência de transtornos mentais entre 1,5 e 32,9%.

O Programa das Nações Unidas para o Meio Ambiente (PNUMA) da ONU (2021) desenvolveu, em parceria com a Universidade de Oxford, uma pesquisa em 50 países e inquiriu mais de 500 mil pessoas. Concluíram que cerca de 64% dos entrevistados acreditam que a mudança climática é uma emergência global e que indivíduos com nível universitário e mais jovens revelam maior reconhecimento da emergência climática. De acordo com Figueiredo (2022), a saúde global, o clima e as condições ecológicas são indissociáveis e ao longo da última década, os impactos das alterações climáticas na saúde têm-se feito sentir profundamente (Figueiredo, 2022).

De acordo com a literatura, a pandemia, a guerra e as alterações climáticas encontram-se associadas a elevados níveis de *stress* e a situações de catástrofe. Alguns fatores sociodemográficos têm sido identificados como fatores de risco ou de proteção para níveis de *stress* mais elevados em caso de catástrofe. Por exemplo, ser mulher foi identificado como

um fator de risco (Breslau et al., 2021; McGinty et al., 2020), assim como níveis de rendimento e educação mais baixos (Norris et al., 2002).

Em termos de idade, os adultos de meia-idade tendem a ser mais afetados do que os adultos mais jovens e idosos devido às tensões e papéis desta fase de desenvolvimento; isto porque o montante do apoio que tendem a prestar numa situação de catástrofe é significativamente superior ao montante do apoio que recebem (Norris et al., 2002). Os adultos de meia-idade são muitas vezes confrontados com as exigências dos filhos, dos pais, e dos seus múltiplos papéis, relacionamentos e carreiras, tornando-os assim um grupo particularmente stressado no dia-a-dia (Barrett et al., 2014). Naturalmente, isto influencia a forma como respondem a desastres. Os adultos de meia-idade precisam de lidar com os efeitos de um desastre sobre si mesmos, além dos efeitos nas suas relações matrimoniais, parentais e infantis, bem como na sua segurança financeira e dificuldades na comunidade (Norris & Wind, 2010). Isto torna este grupo mais vulnerável a trajetórias negativas após um desastre (Rajukmar, 2020). Fatores relacionados com a família, tais como o estado civil, ser pai e exposição à situação dos membros da família também são importantes de considerar (Norris et al., 2002). A literatura tem indicado que o estado civil pode influenciar os indivíduos de forma diferente. Por um lado, ser casado pode causar *stress* devido a preocupações com o cônjuge. Em sentido contrário, não ser casado pode constituir um risco de *stress* devido à falta de fontes íntimas de apoio (Morgado et al., 2021; Norris & Wind, 2010).

Hobfoll et al. (2007) definiram cinco princípios de intervenção suportados empiricamente que devem ser utilizados para orientar e informar a intervenção e a prevenção nos cenários de elevada exposição ao *stress* e catástrofe: Sensação de segurança; Tranquilização; Sensação de autoeficácia e de eficácia da comunidade; Conexão à rede social de suporte; e Esperança.

2. OBJETIVOS

Perante o atual panorama mundial, onde a pandemia, a guerra e as alterações climáticas são uma realidade, pretendemos conhecer a perceção

de qualidade de vida de uma amostra de indivíduos portugueses, de forma global e nos domínios físico, psicológico, das relações sociais e do meio ambiente e analisar a influência das características sociodemográficas.

3. METODOLOGÍA

3.1. PARTICIPANTES

Participaram nesta investigação 429 indivíduos residentes em Portugal, tendo a maioria nacionalidade portuguesa (95,8%), 262 vivem na cidade (61,1%), 129 em vila (30,1%) e os restantes em aldeia (n= 38; 8,9%). Têm idades compreendidas entre menos de 18 e mais de 60 anos, 75,1% são do sexo feminino (n = 322) e 24,9% masculino (n = 107). Quanto ao estado civil, 147 são solteiros (34,3%), 225 casados/união de facto (52,4%), 52 separados/divorciados (12,1%) e 5 (1,2%) são viúvos. A maioria dos indivíduos possui o ensino superior (n=302; 70,4%), 97 o ensino secundário (22,6%) e 30 o ensino básico (7%). A maioria encontra-se em situação laboral ativa (n=345; 80,4%), 52 são estudantes (12,1%), 17 indivíduos estão reformados (4%) e 15 em situação de desemprego (3,5%) (Ver tabela 1).

TABELA 1.- Características sociodemográficas dos participantes

Caraterísticas		n	%
Género	Masculino	107	24,9
	Feminino	322	75,1
Idade	Adolescentes (Menos de 18 ^a)	18	4,2
	Jovens Adultos (18 a 39 ^a)	144	33,6
	Adultos (40 a 59 ^a)	231	53,8
	Adultos maiores (60 ^a e mais)	36	8,4
Nacionalidade	Portuguesa	411	95,8
	Outra	18	4,2
Estado Civil	Solteiro	147	34,3
	Casado/União de facto	225	52,4
	Separado/Divorciado	52	12,1
	Viúvo	5	1,2
Habilitações	Ensino Básico	30	7

Literárias	Ensino Secundário	97	22,6
	Ensino Superior	302	70,4
Ocupação	Estudante	52	12,1
	Desempregado	15	3,5
	Empregado	345	80,4
	Reformado	17	4
Local de Residência	Aldeia	38	8,9
	Vila	129	30,1
	Cidade	262	61,1

Fonte: elaboração própria (2022)

3.2. INSTRUMENTO

Desenvolvido pelo *World Health Organization Quality of Life Group*, 1994, a versão portuguesa foi adaptada por Canavarro et al., em 2006. É composto por quatro domínios – físico, psicológico, relações sociais e ambiente, com 26 itens avaliados por escalas tipo Likert de cinco pontos – para as questões 1 e 15 são: 1 – “Muito má”; 2 – “Má”; 3 – “Nem boa nem má”; 4 – “Boa”; 5 – “Muito boa”; para as questões 2 e 16 a 25: 1 – “Muito insatisfeito”; 2 – “Insatisfeito”; 3 – “Nem satisfeito nem insatisfeito”; 4 – “Satisfeito”; 5 – “Muito satisfeito”; para as questões 3 a 9: 1 – “Nada”; 2 – “Pouco”; 3 – “Nem muito nem pouco”; 4 – “Muito”; 5 – “Muitíssimo”; para as questões 10 a 14: 1 – “Nada”; 2 – “Pouco”; 3 – “Moderadamente”; 4 – “Bastante”; 5 – “Completamente”]; e para a 26: 1 – “Nunca”; 2 – “Por vezes”; 3 – “Algumas vezes”; 4 – “Frequentemente”; 5 – “Sempre” (Canavarro et al., 2006). A versão portuguesa deste instrumento apresenta uma boa consistência interna, valores do alfa de *Cronbach*, que variam entre, 64 e, 92 (dos 26 itens $\alpha =, 92$; dos quatro domínios $\alpha =, 79$; do domínio físico $\alpha =, 87$; do domínio psicológico $\alpha =, 84$; do domínio relações sociais $\alpha =, 64$; do domínio ambiente $\alpha =, 78$ (Canavarro et al., 2006). Apresenta também boa fiabilidade teste-reteste com coeficientes de correlação a variar entre, 65 e, 85 (do domínio físico $r =, 79$ ($p <, 001$); do domínio psicológico $r =, 85$ ($p <, 001$); do domínio relações sociais $r =, 65$ ($p <, 001$); do domínio ambiente $r =, 66$ ($p <, 001$) (Canavarro et al., 2006).

3.3. PROCEDIMENTO

Após aprovação institucional, foi dado a conhecer o estudo nas redes sociais e, solicitado o consentimento informado. O protocolo foi administrado via *online* (através do *Google forms*), com a caracterização sociodemográfica e a versão portuguesa da *World Health Organization Quality of Life* (WHOQOL- BREF). Este procedimento decorreu entre julho e setembro de 2022. Desta aplicação foram recebidos 430 questionários, tendo um deles sido excluído por se encontrar incompleto, ficando com 429 casos válidos.

4. RESULTADOS

Os resultados demonstram um nível de qualidade de vida mediano ($M=3,77$; $SD=0,52$), sendo mais elevado no que respeita ao domínio físico ($M=3,9$; $SD=0,62$), seguido dos domínios psicológico ($M=3,77$; $SD=0,64$) e das relações sociais ($M=3,76$; $SD=0,74$). O domínio do meio ambiente é o que regista valores mais baixos ($M=3,67$; $SD=0,57$).

TABELA 2. Diferenças na Qualidade de Vida (QV) por domínios

	QV_Domínio Físico	QV_Domínio Psicológico	QV_Domínio Relações Sociais	QV_Domínio Meio Ambiente	QV_Total
N	429	429	429	427	427
Média	3,8988	3,7650	3,7638	3,6651	3,7741
SD	0,62318	0,63648	0,73599	0,56868	0,52139

Fonte: elaboração própria (2022)

Foram analisadas as diferenças entre as características sociodemográficas (género; grupos de idade; estado civil; habilitações literárias; ocupação e local de residência) em relação aos vários domínios da variável dependente (qualidade de vida), através do teste ANOVA a um fator.

A partir da análise dos resultados (ver tabela 2), verificou-se que a variabilidade das médias entre grupos é pequena em relação à variabilidade intragrupo (valor F), não existindo, como tal, diferenças estatisticamente significativas entre homens e mulheres quanto à perceção de qualidade de vida nos vários domínios.

Já no que refere à idade, registaram-se diferenças estatisticamente significativas no domínio psicológico ($F=6,596$; $p=0,000$), com os grupos mais jovens (adolescentes e jovens adultos) a registarem uma perceção de qualidade de vida mais baixa do que os grupos mais velhos (adultos e adultos maiores). E ainda no domínio do meio ambiente ($F=5,017$; $p=0,002$), com os adolescentes a apresentarem uma perceção de qualidade de vida superior quando comparado com os restantes grupos. Nos restantes domínios não se registaram diferenças estatisticamente significativas (com uma variabilidade de médias entre grupos de 1,034 a 1,592).

Ao nível do estado civil, registaram-se diferenças estatisticamente significativas nos domínios físico ($F=4,934$; $p=0,002$) e de meio ambiente ($F=3,091$; $p=0,027$), com os solteiros a apresentarem uma maior perceção de qualidade de vida do que os casados, em ambos os domínios. Nos restantes domínios não se encontraram diferenças estatisticamente significativas.

Ao nível das habilitações literárias verificaram-se diferenças estatisticamente significativas apenas no domínio psicológico ($F=4,383$; $p=0,013$). Em todos os domínios (com exceção do domínio físico), constatou-se que a perceção de qualidade de vida é maior quanto mais elevado o nível de habilitações, embora estas diferenças não sejam estatisticamente significativas na maioria dos domínios.

Quanto à ocupação verificaram-se diferenças estatisticamente significativas nos domínios psicológico ($F=4,572$; $p=0,004$) e de meio ambiente ($F=2,987$; $p=0,031$), sobretudo entre os estudantes e os indivíduos com situação laboral ativa. Nos restantes domínios não existem diferenças estatisticamente significativas, pese embora seja entre os desempregados que se registam as médias mais baixas em termos qualidade de vida.

Quanto ao local de residência verificaram-se diferenças no domínio psicológico ($F=3,354$; $p=0,036$), com os inquiridos a residir em aldeia a registar um nível de perceção de qualidade de vida inferior aos que residem nas cidades. Nos restantes domínios não se verificaram diferenças.

TABELA 3. Diferenças na Qualidade de Vida (QV) por características sociodemográficas

Caraterísticas	QV_Domínio Físico		QV_Domínio Psicológico		QV_Domínio Relações Sociais		QV_Domínio Meio Ambiente		QV Total	
	F	Sig	F	Sig	F	Sig	F	Sig	F	Sig
Género	1,498	0,222	0,013	0,909	2,997	0,084	0,752	0,386	0,219	0,640
Idade	1,592	0,191	6,596	0,000	1,034	0,378	5,017	0,002	1,375	0,250
Estado Civil	4,934	0,002	1,424	0,235	0,184	0,907	3,091	0,027	0,549	0,649
Habilitações Literárias	0,036	0,965	4,383	0,013	0,171	0,843	1,041	0,354	1,041	0,354
Ocupação	0,777	0,507	4,572	0,004	0,510	0,676	2,987	0,031	0,759	0,518
Local de Residência	0,141	0,868	3,354	0,036	0,848	0,429	1,343	0,262	1,168	0,312

Fonte: elaboração própria (2022)

5. DISCUSSÃO

Este estudo teve como objetivo conhecer a perceção de qualidade de vida de uma amostra de indivíduos portugueses, de forma global e nos domínios físico, psicológico, das relações sociais e do meio ambiente e analisar a influência das características sociodemográficas.

Concluiu-se que é no domínio do meio ambiente que se regista uma menor perceção de qualidade de vida. Verificou-se igualmente que é nos domínios psicológico e do meio ambiente que se verificam as principais diferenças entre os vários grupos analisados.

Estes resultados encontram-se em linha com a literatura, que tem vindo a demonstrar o impacto que situações stressantes ou traumáticas (como foi o caso da pandemia) têm na QV dos indivíduos, sobretudo ao nível das relações sociais e na relação com o ambiente (Jesus e Oliveira, 2021). De acordo com os resultados desta investigação, estes dois domínios constituíram, a par do domínio psicológico, aqueles que registaram menores níveis de QV, sendo, todavia, no domínio da relação com o meio ambiente que se verificou o valor mais baixo. Estes últimos resultados vão ao encontro dos estudos de Borine et al. (2015) e Tenais & Ribeiro (2020), que os justificam pelas medidas de confinamento decretadas em Portugal e que poderão ter afetado a relação que a população

estabelecia com o meio ambiente. Neste mesmo sentido, seguem Simancas-Fernández et al. (2022) que avaliaram, na Colômbia, a QV em vítimas do conflito armado e identificaram que o domínio ambiental foi o mais afetado devido às desvantagens relacionadas aos recursos físicos, de saúde e de assistência social.

De igual modo, a literatura destaca o papel dos fatores sociodemográficos, identificados como fatores de risco ou de proteção para níveis de *stress* mais elevados em caso de catástrofe. Breslau et al. (2021) e McGinty et al. (2020) referem o facto de ser mulher como um fator de risco, assim como Norris et al. (2002) identificam o risco associado a níveis de rendimento e educação mais baixos.

Relativamente à questão do género, os resultados da presente investigação não permitiram identificar diferenças estatisticamente significativas ao nível da QV (nem em termos totais, nem nos diferentes domínios). O que vai ao encontro de alguns estudos internacionais, nos quais não foram encontradas diferenças a este nível (Cao et al., 2020; Quintero & Ruiz, 2022), pese embora outros registem diferenças entre homens e mulheres (Jesus & Oliveira, 2021; Roothman et al., 2003).

No que se refere às habilitações literárias foram encontradas diferenças apenas no domínio psicológico, com os indivíduos com mais níveis de habilitações a registarem maiores níveis de QV. Esta ideia é consistente com o estudo de Norris et al. (2002) que identifica os indivíduos com níveis de educação mais baixos em situação de maior risco.

O mesmo se verifica ao nível da ocupação, que se registam diferenças significativas entre os indivíduos empregados e os não empregados (sobretudo estudantes, já que ao nível dos desempregados estas diferenças não são estatisticamente significativas) nos domínios psicológico e do meio ambiente, reforçando a relação evidenciada por Norris et al. (2002) entre o nível de rendimentos e QV.

Em termos de idade, os resultados demonstram que existem diferenças nos domínios psicológico e de meio ambiente, com os mais jovens e os mais idosos a registarem maiores níveis de QV nestes domínios, quando comparados com os jovens adultos e adultos. Segundo a literatura, o facto dos adultos (sobretudo os de meia-idade) enfrentarem maiores

responsabilidades (ao nível dos papéis que exercem e do apoio que lhes é solicitado) e sofrerem, conseqüentemente, mais tensões no seu quotidiano torna este grupo mais vulnerável a trajetórias negativas após um desastre (Barrett et al., 2014; Norris & Wind, 2010; Norris et al., 2002; Rajukmar, 2020).

A literatura indica ainda que o estado civil constitui um fator importante a considerar na análise da QV. Por um lado, ser casado pode causar *stress* devido a preocupações com o cônjuge. Em sentido contrário, não ser casado pode constituir um risco de *stress* devido à falta de fontes íntimas de apoio (Morgado et al., 2021; Norris & Wind, 2010). Os resultados obtidos dão conta que os casados apresentam uma menor percepção de QV do que os solteiros nos domínios físico e do meio ambiente, reforçando a ideia de maior *stress* entre aqueles nestes domínios.

Além disto, a literatura evidencia, a propósito da pandemia e do confinamento por esta imposto, os efeitos mais acentuados nas comunidades urbanas, devido ao maior risco (e medo) de infeção e à limitação de espaços públicos que permitam com que a população possa sair à rua em segurança (Tendias & Ribeiro, 2020). Esta ideia é contrária, todavia, aos resultados desta investigação que evidenciam diferenças apenas no domínio psicológico, com os inquiridos a residir em aldeia a registar um nível de percepção de QV inferior aos que residem nas cidades. O que poderá ser justificado por um maior isolamento por parte de quem reside em meios mais pequenos e, conseqüentemente revela uma maior dificuldade em aceder à informação, principalmente à científica, e à realidade de uma forma mais imediata. Também, nos meios urbanos, a necessidade de lidar com a mudança é constante, a adaptação à novidade faz parte do quotidiano. Nos meios rurais, esta adaptação tende a ser mais paulatina, logo, lidar com as grandes mudanças que surgiram com a pandemia, a guerra e, até mesmo com as alterações climáticas, pode ter-se tornado mais difícil e, até mesmo, penoso.

6. CONCLUSÕES

O atual contexto de pandemia, guerra e de alterações climáticas pode ser considerado um momento atípico e potenciador de elevados níveis de

stress. Perante esta realidade foi definido como objetivo conhecer a percepção de qualidade de vida de uma amostra de indivíduos portugueses, nos domínios físico, psicológico, das relações sociais, meio ambiente e global. Pretendeu-se igualmente analisar a importância das características sociodemográficas nos vários domínios da QV.

A amostra de indivíduos portugueses revela uma percepção de qualidade de vida mediana, sendo mais elevada no que respeita à QV no domínio físico e mais reduzidas no domínio da relação com o meio ambiente, o que revela o papel que os fatores externos/ ambientais têm sobre os indivíduos e a sua qualidade de vida, gerando insegurança, medo e instabilidade face a eventos fora do controlo da sua ação direta.

Esta relação revelou-se particularmente relevante nos domínios psicológicos e do meio ambiente, com diferenças estatisticamente significativas ao nível de várias características sociodemográficas. No domínio psicológico foram encontradas diferenças ao nível da idade, habilitações literárias, ocupação e do local de residência, com os adultos, com habilitações literárias mais baixas, sem rendimentos (sobretudo estudantes, uma vez que relativamente aos desempregados estas diferenças não foram significativas) e a residir em meios mais pequenos a registarem uma menor QV. Já no domínio do meio ambiente estas diferenças ganham significado no que se refere à idade, estado civil e ocupação, com os adultos, casados e os sem rendimentos a registarem uma menor QV.

Em face destes resultados, conclui-se a necessidade de implementar estratégias sociais e políticas que procurem promover a resiliência, principalmente junto dos grupos mais fragilizados.

7. REFERÊNCIAS

- Alho, L. (2021). *Pandemia COVID-19 Bem-estar e saúde mental de profissionais da saúde e da educação* [Tese de Mestrado Não Publicada]. Universidade da Madeira.
- Barreto, J. (2005). Envelhecimento e qualidade de vida: O desafio atual. *Sociologia, Revista da Faculdade de Letras da Universidade do Porto*, 15, 289-302.

- Barrett, P., Hale, B., & Butler, M. (2014). Caring for a family member with a lifelong disability. In P. Barrett, B. Hale, & M. Butler (Eds.), *Family care and social capital: Transitions in informal care* (pp. 75-90). Springer. https://doi.org/10.1007/978-94-007-6872-7_5
- Borine, R., Wanderley, K. & Bassitt, D. (2015). Relação entre qualidade de vida e o estresse em acadêmicos da área da saúde. *Estudos Interdisciplinares em Psicologia*, 6(1), 100-118. <https://doi.org/10.5433/2236-6407.2015v6n1p100>
- Branquinho, C., Kelly, C., Arevalo, L., Santos, A., & Matos, M. G. (2020). “Hey, we also have something to say”: a qualitative study of Portuguese adolescents’ and young people’s experiences under COVID-19. *Journal of Community Psychology*, 48(8), 2740- 2752. <https://doi.org/10.1002/jcop.22453>
- Branquinho, C., Santos, A., Noronha, C., Ramiro, L., & Matos, M. G. (2021). COVID-19 pandemic and the second lockdown: the 3rd wave of the disease through the voice of Youth. *Child Indicators Research*. <https://doi.org/10.1007/s12187-021-09865>
- Breslau, J., Cefalu, M., Wong, E. C., Burnam, M. A., Hunter, G. P., Florez, K. R., & Collins, R. L. (2017). Racial/ethnic differences in perception of need for mental health treatment in a US national sample. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 52(8), 929–937. <https://doi.org/10.1007/s00127-017-1400-2>
- Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N. & Rubin, G. J. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *The Lancet*, 395(10227), 912-920. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8)
- Campo-Arias, A., Oviedo, H. C., & Herazo, E. (2014). Estigma: Barrera de acceso a servicios en salud mental. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 43 (3), 162-167.
- Canavarro, M. C., Vaz-Serra, A., Simões, M. R., Pereira, M., Gameiro, S., Quartilho, M., J., Rijo, D., Carona, C., & Paredes, T. (2006). Estudos psicométricos do instrumento de avaliação da qualidade de vida da Organização Mundial de Saúde (WHOQL-Brief) para a Português de Portugal. *Psiquiatria Clínica*, 27(1), 41-49
- Cao, W., Fang, Z., Hou, G., Han, M., Xu, X., Dong, J. & Zheng, J. (2020). The psychological impact of the COVID-19 epidemic on college students in China. *Psychiatry Research*, 287. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.112934>

- Costa, M., Rocha, L., & Oliveira, S. (2012). Educação em saúde: Estratégia de promoção da qualidade de vida na terceira idade. *Revista Lusófona de Educação*, 22, 123-140.
- Epifanio, M. S., Andrei, F., Mancini, G., Agostini, F., Piombo, M. A., Spicuzza, V., Riolo, M., Lavanco, G., Trombini, E., & La Grutta, S. (2021). The impact of COVID-19 pandemic and lockdown measures on quality of life among Italian general population. *Journal of Clinical Medicine*, 10(2), 289. <https://doi.org/10.3390/jcm10020289>
- Esteves, C., Argimon, I., Ferreira, R., Sampaio, L. & Esteves, P. (2021). Avaliação de sintomas depressivos em estudantes durante a pandemia do COVID-19. *Revista Família, Ciclos de Vida e Saúde no Contexto Social*, 9(1), 9-17.
- Figueiredo, N. (2022). Active commuting: An opportunity to fight both climate change and psysical inactivity [Tese de Mestrado Não Publicada]. Escola Superior de Educação e Ciências Sociais. Instituto Politécnico de Leiria.
- Forte, G., Favieri, F., Tambelli, R., & Casagrande, M. (2020). COVID-19 Pandemic in the Italian population: Validation of a post-traumatic stress disorder questionnaire and prevalence of PTSD symptomatology. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(11), 4151. <https://doi.org/10.3390/ijerph1711415>
- Ghosh R., Dubey, M., Chatterjee, S. & Dubey, S. (2020). Impact of COVID-19 on children: Special focus on psychosocial aspect. *Minerva Pediátrica*, 72(3), 226- 35. <https://doi.org/10.23736/S0026-4946.20.05887-9>
- Giusti, E. M., Pedroli, E., D’Aniello, G. E., Stramba Badiale, C., Pietrabissa, G., Manna, C., Stramba Badiale, M., Riva, G., Castelnuovo, G., & Molinari, E. (2020). The psychological impact of the COVID-19 outbreak on health professionals: A cross-sectional study. *Frontiers in Psychology*, 11, 1684. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01684>
- Guedea, M.T., Albuquerque, F., Tróccoli, B., Noriega, J., Seabra, M., & Guedea, R. (2006). Relação do bem-estar subjetivo, estratégias de enfrentamento e apoio social em idosos. *Psicologia, Reflexão e Crítica*, 19 (2), 301-308.
- Hobfoll, S., Watson, P., Bell, C., Bryant, R., Brymer, M., Friedman, M., Friedman, M., Gersons, B., Jong, J., Layne, C., Maguen, S., Neria, Y., Norwood, A., Pynoos, R., Reissman, D., Ruzek, J., Shalev, A., Solomon, Z., Steinberg, A., & Ursan, R. (2007). Five essential elements of immediate and mid-term mass trauma intervention: Empirical evidence. *Psychiatry*, 7, 283–315.

- Jesus, P. & Oliveira, J. (2021). Impacto da Pandemia COVID-19 na qualidade de vida em adultos [Tese de Mestrado Não Publicada]. Universidade Lusíada.
- Khan, A. G., Kamruzzaman, Md., Rahman, Md. N., Mahmood, M., & Uddin, Md.
- A. (2021). Quality of life in the COVID-19 outbreak: Influence of psychological distress, government strategies, social distancing, and emotional recovery. *Heliyon*, 7(3), e06407. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2021.e0640>
- Libardi, M., Arrais, A., Antloga, C., Faiad, C., Rodrigues, C. & Barros, A. (2021). Questões de gênero, estressores psicossociais, bem-estar e coping em trabalhadores do atendimento pré-hospitalar. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 74(3), 1-6.
- Matos, M. G. & Wainwright, T. (2021). COVID-19 and Mental health in School-Aged Children and Young People: Thinking ahead while preparing the return to school and to life “as usual”. *The Psychologist: Practice & Research Journal*, 4(1), 1-9. <https://10.33525/pprj.v4i1.105>
- McGinty, E. E., Presskreischer, R., Han, H., & Barry, C. L. (2020). Psychological distress and loneliness reported by US adults in 2018 and April 2020. *JAMA*, 324(1), 93–94. <https://doi.org/10.1001/jama.2020.9740>
- Meireles, C. (2020). Crescer em pandemia: implicações do confinamento no ajustamento socioemocional das crianças e jovens [Tese de Mestrado Não Publicada]. Universidade do Porto Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação.
- Mohler-Kuo, M., Dzemaili, S., Foster, S., Werlen, L., & Walitza, S. (2021). Stresse and Mental Health among Children/Adolescents, Their Parents, and Young Adults during the First COVID-19 Lockdown in Switzerland. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(9), 4668. <https://doi.org/10.3390/ijerph18094668>
- Morgado, A. M., Cruz, J., & Peixoto, M. M. (2021). Individual and community psychological experiences of the COVID-19 pandemic: The state of emergency in Portugal. *Current Psychology*. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-01676-w>
- Nascimento, A., Taissun, A. & Martins, V. (2019). Bem-estar subjetivo, bem-estar social e qualidade de vida relacionada à saúde: O caso de Fisioterapia. *Revista Científica da FASETE*, 1, 240-254.
- Norris, F., & Wind, L. (2010). The experience of disaster: Trauma, loss, adversities, and community effects. In Y. Neria, S. Galea, & F.

- H. Norris (Eds.), *Mental health and disasters* (pp. 29-44). Cambridge University Press.
- Norris, F., Friedman, M., Watson, P., Byrne, C., Diaz, E., & Kaniasty, K. (2002). 60.000 disaster victims speak: Part I. An empirical review of the empirical literature, 1981-2001. *Psychiatry*, 65(3), 207- 239.
<https://doi.org/10.1521/psyc.65.3.207.20173>
- ONU (2021). *Maior pesquisa mundial sobre mudança climática mostra apoio amais ações*. <https://news.un.org/pt/story/2021/01/1739832>
- Quintero, A. & Ruiz, Y. (2022). Efecto de un programa de acondicionamiento físico supervisado virtualmente sobre la condición física y el estrés percibido en docentes universitarios durante el confinamiento por COVID-19. *Journal of Sport Sciences*, 11(9), 1-25.
- Rajukmar, R. P. (2020). COVID-19 and mental health: A review of the existing literature. *Asian Journal of Psychiatry*, 52, 102066.
<https://doi.org/10.1016/j.ajp.2020.102066>
- Relvas, A., Portugal, A., Major, S. & Sotero, L. (2020). *Resultados Preliminares sobre Impacto Psicossocial da COVID-19 em Portugal [Tese de Mestrado Não Publicada]*. Universidade de Coimbra.
- Rodrigues, B., Cardoso, R., Peres, C. & Marques, F. (2020). *Aprendendo com o Imprevisível: Saúde Mental dos Universitários e Educação Médica na Pandemia de Covid-19*. *Revista Brasileira de Educação Médica*, 44(1), 1-5.
<https://doi.org/10.1590/1981-5271v44.supl.1-20200404>
- Roothman, B., Kirsten, D. & Wissing, M. (2003). Gender differences in aspects of psychological well-being. *South African Journal of Psychology*, 33, 4,212-218.
- Simancas-Fernández, M., Celedón-Rivero, J., Salas, W., Salgado-Ruiz, D., Echeverry-Londoño, M., Vásquez-Campos, J., Rubio, M., & Manzanero, A. (2022). Trauma, reparation, and quality of life in victims of armed conflict after peace agreements, *Anuario de Psicología Jurídica*, 32,79-86.
- Sousa, D., Fernandes, D., Pedro da Ponte, J., Teixeira, J. J., Verdasca, J., Gradeço, J., Matos, M. G., Ramalho, S., Valente, S., V., & Peralta, S. (2021). *Apoio ao desenvolvimento das aprendizagens e ao desenvolvimento socioemocional e do bem-estar durante e pós-pandemia*. DGE/PNPSE | Ministério da Educação. ISBN: 978-972-742-482-5
- Steel, Z., Chey, T., Silove, D., Marnane, C., Bryant, R., & van Ommeren, M.

- (2009). Association of torture and other potentially traumatic events with mental health outcomes among populations exposed to mass conflict and displacement: a systematic review and meta-analysis. *JAMA*, 5;302(5), 537-49. doi: 10.1001/jama.2009.1132.
- Tenais, I. & Ribeiro, A. (2020). Espaços verdes urbanos e saúde mental durante o confinamento causado pela COVID-19. *Finisterra*, LV (115), 183-188. <https://doi.org/10.18055/Finis20184>
- The Lancet Child Adolescent Health. (2020). Pandemic school closures: Risks and opportunities. *The Lancet. Child & Adolescent Health*, 4, 341. [https://doi.org/10.1016/S2352-4642\(20\)30105-X](https://doi.org/10.1016/S2352-4642(20)30105-X)
- Viner, R., Russell, S., Saullé, R., Croker, H., Stansfeld, C., Packer, J., Nicholls, D., Goddings, A.-L., Bonell, C., Hudson, L., Hope, S., Schwalbe, N., Morgan, A., & Minozzi, S. (2021). Impacts of school closures on physical and mental health of children and young people: A systematic review. *MedRxiv*. <https://doi.org/10.1101/2021.02.10.21251526>
- WHO (2022). World mental Health report. Transforming mental health for all. World Health Organization.
- WHO (1998). WHOQOL: Measuring quality of life. *Psychology Med*, 28(3), 551-558.
- Zhang, Y., & Ma, Z. F. (2020). Impact of the COVID-19 Pandemic on mental health and quality of life among local residents in Liaoning province, China: A cross-sectional study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(7), 2381. <https://doi.org/10.3390/ijerph17072381>