



**Universidade do Minho**  
Escola de Psicologia

Daniela Filipa Machado da Costa

**Trabalho por turnos e vida familiar e social: a perspetiva dos familiares**

Outubro de 2016



**Universidade do Minho**  
Escola de Psicologia

Daniela Filipa Machado da Costa

**Trabalho por turnos e vida familiar e social: a perspetiva dos familiares**

Dissertação de Mestrado

Mestrado Integrado em Psicologia

Trabalho efetuado sob a orientação da

**Professora Doutora Isabel Maria Soares da Silva**

Outubro de 2016

## DECLARAÇÃO

**Nome:** Daniela Filipa Machado da Costa

**Endereço eletrónico:** a65548@alumni.uminho.pt

**Número de Cartão de Cidadão:** 13172695 1 ZZ4

**Título da Dissertação de Mestrado:** Trabalho por turnos e vida familiar e social: a perspetiva dos familiares

**Orientadora:** Professora Doutora Isabel Maria Soares da Silva

**Ano de conclusão:** 2016

**Designação do Mestrado:** Mestrado Integrado em Psicologia

É AUTORIZADA A REPRODUÇÃO PARCIAL DESTA DISSERTAÇÃO APENAS PARA EFEITOS DE INVESTIGAÇÃO, MEDIANTE DECLARAÇÃO ESCRITA DO INTERESSADO, QUE A TAL SE COMPROMETE.

Universidade do Minho, \_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_

Assinatura: \_\_\_\_\_

## Índice

Agradecimentos .....	iii
Resumo .....	iv
<i>Abstract</i> .....	v
Introdução .....	6
Horários de trabalho e trabalho por turnos .....	6
Consequências do trabalho por turnos .....	6
Objetivos e contribuição do estudo .....	10
Metodologia .....	11
Participantes .....	11
Instrumentos .....	13
Procedimentos.....	14
Resultados .....	15
Discussão .....	25
Referências bibliográficas .....	28

## Índice de tabelas e gráficos

Tabela 1 – Distribuição geográfica da amostra por distrito/região de Portugal .....	11
Tabela 2 – Caracterização sócio demográfica e profissional dos cônjuges/companheiros(as) de trabalhadores por turnos .....	12
Tabela 3 – Resultados da análise fatorial exploratória da escala utilizada no estudo .....	17
Tabela 4 – Média e desvio-padrão de cada subescala e correlação entre elas .....	18
Tabela 5 – Medidas descritivas dos itens que constituem a escala (por ordem decrescente de interferência) .....	18
Tabela 6 – Frequência das respostas às perguntas complementares, relacionadas com o impacto em aspetos pessoais .....	19
Tabela 7 – Frequência das respostas às perguntas complementares, relacionadas com o impacto nas relações conjugais .....	20
Tabela 8 – Comparação da Perturbação Global em função das idades dos filhos .....	22
Tabela 9 – Frequência de respostas obtidas na categoria “aspetos negativos” e, consequentes, subcategorias na pergunta aberta relativa aos filhos .....	23
Tabela 10 – Frequência de respostas obtidas na categoria “aspetos negativos” e, consequentes, subcategorias nas sugestões/comentários .....	24

### **Agradecimentos**

À Professora Doutora Isabel Silva, por todos os ensinamentos, rigor, dedicação, entusiasmo e orientação dada ao longo deste percurso.

Ao Professor Doutor Simon Folkard e ao Professor Doutor Lawrence Smith, pela rapidez da resposta e pela prontidão e disponibilidade para facultarem a escala utilizada no presente estudo.

Ao departamento de formação da Direção Nacional da PSP, em nome do Chefe Jorge Freitas, pelo papel importantíssimo que teve na divulgação do estudo pelo efetivo nacional da PSP.

À ASPP/PSP (Associação Sindical dos Profissionais da Polícia), em nome do presidente Dr. Paulo Rodrigues, à ASAPOL (Associação Sindical Autónoma de Polícia), em nome do Dr. Delmino Farinha e ao SPP (Sindicato dos Profissionais de Polícia), em nome do dirigente da delegação norte Agente Bruno Ferreira, pela ajuda na divulgação do estudo pelos associados dos respetivos sindicatos.

A todas as pessoas que de alguma forma contribuíram para este projeto ou que estiveram presentes nesta longa caminhada.

Aos meus amigos, pelo apoio e companheirismo demonstrado ao longo dos anos, em especial à Sara e à Filipa, que por serem tão diferentes são tão indispensáveis.

Por último e, principalmente, à minha família por acreditarem em mim e por serem a maior inspiração para este projeto, pois convivemos com o trabalho por turnos há 13 anos. Aos meus pais, por tudo o que fizeram por mim e por todas as oportunidades dadas. Se hoje sou alguém, devo tudo a eles. À minha irmã, que apesar de todas as diferenças, esteve sempre presente.

Obrigada por tudo!

## Trabalho por turnos e vida familiar e social: a perspectiva dos familiares

### **Resumo**

Nas últimas décadas, a literatura tem privilegiado o estudo do impacto do trabalho por turnos na saúde dos trabalhadores a partir da perspectiva do próprio trabalhador. O presente estudo, tendo em conta tais constrangimentos, teve como principal objetivo contribuir para o aprofundamento da interferência do trabalho por turnos na vida familiar e social dos trabalhadores, segundo a perspectiva dos familiares. Participaram no estudo 403 cônjuges/companheiros de polícias portuguesas, que responderam a um questionário *online*. Todos os polícias estavam submetidos a um sistema de turnos rotativos. Verificou-se que o trabalho por turnos tem impacto moderado a elevado em todas as áreas avaliadas da vida familiar e social, sendo que os participantes relataram maiores impactos na reorganização familiar e na vida social conjunta. Outras análises complementares revelaram ainda que os participantes relatam maior impacto do trabalho por turnos quando já realizaram tentativas anteriores de persuasão sobre os seus cônjuges/companheiros para mudança de horário de trabalho, quando têm filhos até seis anos em comparação com os participantes que têm filhos entre 13 a 18 anos e quando acham que o contacto insuficiente entre os cônjuges/companheiros(as) e os filhos, resultante dos horários de trabalho, é prejudicial para as crianças.

*Palavras-chave:* trabalho por turnos, vida familiar e social, perspectiva de familiares

## Shiftwork and family and social life: the family's perspective

### **Abstract**

In recent decades, the literature has been focused on the study of the impact of shiftwork on workers' health from the worker's own perspective. This study, taking into account such constraints, aimed to contribute to the deepening of interference of shiftwork on family and social life of workers, according to the perspective of family members. Participated in the study 403 partners of portuguese police, who responded to an online questionnaire. All the police were subjected to a system of rotating shifts. It was found that shiftwork has moderate impact to high in all evaluated areas of family and social life, and the participants reported greater impacts on family reorganization and joint social life. Other complementary analyzes also revealed that participants reported greater impact of shiftwork when they made previous attempts at persuasions on their partners to change working hours, when they have children up to six years compared with participants who have children between 13-18 years and when they find that insufficient contact between partners and their children, resulting from working hours, is harmful to children.

*Key-words:* shiftwork, family and social life, perspective of family members

### **Horários de trabalho e trabalho por turnos**

A evolução da sociedade tem acarretado mudanças significativas para o mundo laboral com maior impacto a partir do início do século XXI, onde começa a ganhar relevância uma nova economia – a “*economia 24/7*” que se traduz no aumento do tempo operacional das organizações até às 24 horas por dia, 365 dias por ano (Costa, 2003). A criação desta nova economia resulta da inter-relação de múltiplos fatores como a concorrência dos mercados, a expansão das tecnologias de informação ou o envolvimento da mulher no mercado de trabalho (Presser, 1999). Como consequência destas mudanças, os horários de trabalho têm sido alvo de constantes alterações, nomeadamente no que concerne ao desenvolvimento de horários “atípicos” (Costa, 2003; Li et al., 2014). Tal designação tem sido aplicada para caracterizar os horários que diferem do horário mais convencional de trabalho – de segunda a sexta-feira e das “9 às 17 horas”. Neste campo estão incluídos horários de trabalho como horário noturno e horário rotativo (Boisard, Cartron, Gollac, & Valeyre, 2003).

Segundo a Lei nº 7/2009 de 12 de Fevereiro, que regula o Código de Trabalho, “considera-se trabalho por turnos qualquer organização do trabalho em equipa em que os trabalhadores ocupam sucessivamente os mesmos postos de trabalho, a um determinado ritmo, incluindo o rotativo, contínuo ou descontínuo, podendo executar o trabalho a horas diferentes num dado período de dias ou semanas” (Artigo 220º). Do ponto de vista da sua caracterização, os sistemas de turnos podem variar segundo a rotatividade das equipas de trabalho (i.e., se as equipas laboram sempre no mesmo turno ou se alternam entre diferentes turnos), a velocidade e o sentido de rotação dessas mudanças, a combinação do número de dias trabalhados, entre outros (Costa, 1997; Silva, 2012). Segundo o sexto Inquérito Europeu das Condições de Vida e de Trabalho, em 2015, 21% dos trabalhadores da União Europeia realizavam trabalho por turnos e 19% realizava trabalho noturno (Eurofound, 2015).

### **Consequências do trabalho por turnos**

O trabalho por turnos pode acarretar vantagens para os trabalhadores, onde sobressaem os benefícios a nível económico (por exemplo, majoração económica) e/ou a nível de reorganização temporal (por exemplo, mais tempo livre durante o dia para deslocação a serviços que laboram das 9 às 17 horas e/ou maior envolvimento do pai com os filhos quando a mãe trabalha por turnos) (Barnett & Gareis, 2007; Silva, Prata, & Ferreira, 2014; West, Mappedzahama, Ahern, & Rudge, 2012). Mais recentemente, os resultados do estudo de Carneiro e Silva (2015) reforçam tais benefícios, tendo os participantes mencionado como



principais vantagens do trabalho por turnos a “disponibilidade para tratar de assuntos” e a “flexibilidade de horários”.

Não obstante as vantagens referidas, o estudo das dificuldades que os sistemas de trabalho por turnos acarretam para os trabalhadores tem prevalecido ao longo dos anos (Härmä & Ilmarinen, 1999; Shen & Dicker, 2008). Segundo Costa (2004), as características pessoais, as exigências do trabalho, a condição social e as relações familiares são alguns dos fatores que condicionam a interação entre o trabalho por turnos, a saúde e o bem-estar. Apesar desta complexidade, as dificuldades provocadas pelo trabalho por turnos podem ser organizadas em três áreas: saúde, vida social e/ou familiar e organizacional (Silva, 2012; Silva et al., 2014). Ao nível da saúde, surgem muitas vezes associados ao trabalho por turnos problemas como os do sono, psicológicos, gastrointestinais e cardiovasculares (Caruso, 2014; Prata & Silva, 2013). Quanto ao contexto organizacional, têm sido mencionados problemas que afetam sobretudo a segurança e a produtividade (Silva, 2012). Por último, ao nível social e/ou familiar os problemas surgem em resposta ao desajustamento temporal dos horários com os outros membros do agregado familiar e da sociedade e centram-se sobretudo nos conflitos conjugais e parentais e nas dificuldades no convívio social (Baker, Ferguson, & Dawson, 2003; Dhande & Sharma, 2011; Handy, 2010). Apesar de, nos últimos anos, a investigação sobre os impactos do trabalho por turnos ter vindo a aumentar e a diversificar-se, continua a existir uma predominância dos impactos na saúde dos trabalhadores, em detrimento da vida familiar e social (Matheson, O'Brien, & Reid, 2014; Perrucci et al., 2007).

Não obstante as vantagens e desvantagens de cada sistema de trabalho por turnos, vários autores (e.g., Carneiro & Silva, 2015; Demerouti, Geurts, Bakker, & Euwena, 2004; Gadbois, 2004; Handy, 2010; Li et al., 2014) têm encontrado evidências que os efeitos negativos desta modalidade horária tornam-se mais salientes quando esta envolve trabalho noturno, fins-de-semana e rotação por diferentes turnos. Com efeito, Handy (2010) com o objetivo de avaliar o impacto do trabalho por turnos na vida familiar dos trabalhadores realizou entrevistas a 27 trabalhadores por turnos e 17 companheiras. Para complementar as entrevistas realizadas, a autora observou também alguns momentos de interação entre os membros de cada casal. O estudo concluiu que o tempo livre ao final do dia e aos fins-de-semana é visto como tendo grande utilidade e valor em termos de contacto familiar e de atividades sociais e que esse tempo é severamente cerceado pelos horários que impliquem trabalhar nesse períodos.

### **Efeitos a nível familiar e social**

No que concerne à esfera familiar, os problemas dos sistemas de trabalho por turnos são mais evidentes devido ao desajustamento temporal entre os diferentes membros do agregado familiar e podem-se traduzir em conflitos nas relações conjugais e/ou parentais (Costa, 2003). Nesse sentido, Wilson, Polzer-Debruyne, Chen, e Fernandes (2007) concluíram que trabalhar num horário diferente do convencional poderia propiciar maior conflito trabalho-família.

Mais tarde, Wight, Riley, & Bianchi (2008), propuseram-se analisar a associação entre os horários de trabalho “atípicos” e a vida familiar. Para tal, utilizaram uma amostra de aproximadamente 4000 membros individuais de casais com filhos menores (i.e., utilizaram os membros dos casais individualmente e não como casal). Os autores encontraram aspetos positivos e negativos acerca do impacto do trabalho por turnos na vida familiar. Se, por um lado, pais que trabalhavam em horários “atípicos” envolvendo noites passavam mais tempo com os seus filhos, em comparação com pais que trabalhavam em horários convencionais de trabalho, por outro, pais que trabalhavam em horários “atípicos” envolvendo tardes para tentarem maximizar o contacto parental, prejudicavam as relações conjugais e o tempo de lazer pessoal. Simunic e Gregov (2012) estudaram 128 enfermeiras casadas e com filhos que trabalhavam em quatro sistemas de horários laborais diferentes (“rotação para a frente com turnos de 8 horas” – manhã, tarde, noite e dia de folga; “rotação para trás com turnos de 8 horas” – semelhante ao anterior mas com rotação contrária; “rotação para a frente com turnos de 12 horas” – dia, noite e dia de folga; “grupo controlo” – turno da manhã de 8 horas). As autoras encontraram evidências que trabalhar em horários convencionais (i.e., “grupo controlo”) provocava menor conflito trabalho-família, quando comparado com os outros três sistemas de turnos.

Outros autores (Camerino et al., 2010; Kunst et al., 2014; Mauno, Ruokolainen, & Kinnunen, 2015) têm encontrado igualmente evidências que trabalhadores por turnos, em comparação com trabalhadores diurnos, apresentam um maior conflito trabalho-família.

Quanto às relações conjugais, Smith e Folkard (1993) realizaram um estudo exploratório onde avaliaram as perceções de 47 companheiras de trabalhadores por turnos (afetos a sistemas rotativos, alternando entre manhã, tarde e noite), sobre o impacto que o horário laboral do companheiro tinha nas suas vidas. Para tal, essas companheiras tinham de responder a um questionário que avaliava os impactos que o horário laboral do marido/companheiro tinha na sua vida social e/ou familiar. Os autores encontraram evidências que as áreas mais afetadas da vida familiar e/ou social eram os conflitos conjugais, a

reorganização da vida aos horários do marido/companheiro e a vida social. Em contrapartida, as áreas menos afetadas eram as ocasiões especiais e o contacto parental com as crianças. De salientar ainda que a maioria das companheiras estava descontente com o horário por turnos do marido e que um terço já tinha tentado persuadi-lo a mudar de horário de trabalho.

Mais recentemente, Minnotte, Minnotte, e Bonstrom (2015) estabeleceram três hipóteses iniciais como ponto de partida para o estudo realizado: i) o conflito trabalho-família estava negativamente relacionado com a satisfação conjugal, ii) o conflito família-trabalho estava negativamente relacionado com a satisfação conjugal e iii) havia uma interação significativa entre o conflito trabalho-família e o conflito família-trabalho na previsão da satisfação conjugal. Para tal, os autores utilizaram dados de 1822 participantes casados (1046 homens e 776 mulheres) do *2002 National Study of the Changing Workforce*. Os resultados encontrados apoiaram as três hipóteses estabelecidas, sendo de realçar que tanto o conflito trabalho-família como o conflito família-trabalho estavam negativamente associados com a satisfação conjugal. Neste seguimento, Gracia e Kalmijn (2016) encontraram uma associação negativa entre os horários de trabalho que englobavam noites e o tempo em família e o tempo conjugal, mas não encontraram essa associação com o tempo entre pais e filhos.

Quanto ao impacto do trabalho por turnos nas relações parentais, Volger, Ernst, Nachreiner, e Hänecke (1988), foram dos pioneiros no estudo das interações entre trabalhadores afetos a diferentes sistemas de turnos e os seus filhos de diferentes idades. Para tal, os autores calcularam o “fundo de tempo comum” entre trabalhadores por turnos e os filhos em idades pré-escolar e escolar (i.e., fazendo a sobreposição do tempo livre dos pais e dos filhos, calcularam qual o tempo livre que as díades tinham em comum). Os resultados mostraram que, se por um lado, as crianças em idade pré-escolar apresentavam um maior tempo livre em comum com os pais, por outro, as crianças em idade escolar tinham esse tempo livre em comum muito reduzido. Mais tarde, Rosenbaum e Morett (2009) encontraram evidências que o trabalho por turnos estava negativamente associado com a saúde dos trabalhadores, a qualidade conjugal, as interações parentais e as rotinas familiares. Os resultados também indicaram que o comportamento das crianças era mais prejudicado pelo trabalho por turnos materno, do que paterno.

Ao longo dos anos, outros autores (e.g., Han & Fox, 2011; Lesnard, 2008; Maume & Sebastian, 2012) têm encontrado associações negativas entre os diferentes sistemas de trabalho por turnos e as relações conjugais e/ou parentais.

Além dos impactos que acarreta a nível familiar, o trabalho por turnos pode provocar consequências a nível social, maioritariamente porque os períodos mais valorizados do ponto

de vista social (final do dia e fins de semana) são sobrepostos pelos períodos laborais destes trabalhadores (Baker et al., 2003; Craig & Brown, 2014; Martin, Wittmer, & Lelchook, 2011). Com efeito, Baker et al. (2003), partindo do princípio que os trabalhadores por turnos laboram em horários muito valorizados do ponto de vista social propuseram-se avaliar a valorização do tempo por trabalhadores por turnos vs. trabalhadores diurnos. Para tal, utilizaram matrizes temporais em que os 220 trabalhadores (110 trabalhadores por turnos e 110 diurnos) tinham de avaliar cada hora semanal em função do tempo de trabalho, social, de lazer e para a família. Quanto ao tempo de trabalho, apesar dos trabalhadores por turnos apresentarem uma preferência pelos horários convencionais, demonstraram uma maior flexibilidade na escolha do período laboral preferido. Por outro lado, nas esferas social, de lazer e familiar, os dois grupos valorizaram o tempo de forma semelhante, o que acarreta maiores dificuldades aos trabalhadores por turnos para conciliarem os horários de trabalho com outros aspetos da sua vida.

Apesar do crescente interesse do impacto do trabalho por turnos na vida familiar e social, tem sido sugerido (e.g., Maume & Sebastian, 2012) a complementaridade da perspetiva de terceiros como a família e os amigos à perspetiva dos próprios trabalhadores para uma melhor compreensão da temática.

### **Objetivos e contribuição do estudo**

Partindo da revisão de literatura anteriormente descrita e da escassez de estudos que analisam a perspetiva dos familiares de trabalhadores por turnos, o propósito deste estudo é analisar o impacto do trabalho por turnos na esfera familiar e social, com base nos relatos dos(as) cônjuges/companheiros(as) de polícias portuguesas que trabalham por turnos. Neste sentido, este estudo tem como principais objetivos:

- i. Contribuir para a validação da escala desenvolvida por Smith e Folkard, em 1993, designada por “*Shiftworker partner questionnaire*”;
- ii. Caracterizar a interferência do trabalho por turnos na vida familiar e social dos trabalhadores, segundo a perspetiva dos(as) cônjuges/companheiros(as);
- iii. Analisar a relação entre o impacto do trabalho por turnos e variáveis pessoais e familiares.

Neste estudo o foco incide nos sistemas de turnos rotativos que englobam noites e fins-de-semana, devido aos impactos que vários autores (e.g., Handy, 2010; Li et al., 2014) têm encontrado nas esferas familiar e social.

## Metodologia

### Participantes

A amostra é constituída por 403 cônjuges/companheiros(as) de agentes da Polícia de Segurança Pública (PSP). Os dados foram recolhidos a nível nacional, sendo os distritos mais representativos Lisboa (26.8%) e Porto (15.9%) e os menos representativos Beja (0.7%) e Bragança (0.7%) (ver Tabela 1).

**Tabela 1**

*Distribuição geográfica da amostra por distrito/região de Portugal*

Variável	Total	
	n	%
<b>Distrito/Região</b>		
Açores	14	3.5
Aveiro	22	5.5
Beja	3	0.7
Braga	25	6.2
Bragança	3	0.7
Castelo Branco	5	1.2
Coimbra	13	3.2
Évora	6	1.5
Faro	24	6.0
Guarda	6	1.5
Leiria	10	2.5
Lisboa	108	26.8
Madeira	17	4.2
Portalegre	4	1.0
Porto	64	15.9
Santarém	15	3.7
Setúbal	41	10.2
Viana do Castelo	7	1.7
Vila Real	7	1.7
Viseu	9	2.2

Como se pode observar na Tabela 2, a amostra é constituída por 67.2% participantes do sexo feminino, maioritariamente casados (75.7%) e com idades compreendidas entre os 23 e os 68 anos ( $M = 40.05$ ;  $DP = 8.03$ ). Quanto ao nível de escolaridade, a maioria dos(as) cônjuges/companheiros(as) de polícias tem o ensino secundário ou superior (80.2%). De salientar que, 61% dos participantes trabalham ou já trabalharam por turnos e 45.6% dos participantes trabalham, atualmente, por turnos.

**Tabela 2**

*Caracterização sócio demográfica e profissional dos cônjuges/companheiros(as) de trabalhadores por turnos*

Variável	Total*	
	n	%
Sexo		
Feminino	271	67.2
Masculino	132	32.8
Idade	40.05 (8.03)	
M (DP)**		
Estado Civil		
Solteiro(a)	25	6.2
Casado(a)	305	75.7
União de facto	66	16.4
Divorciado(a)	7	1.7
Nível de escolaridade		
1º ciclo do ensino básico	5	1.3
2º ciclo do ensino básico	14	3.5
3º ciclo do ensino básico	60	15.0
Ensino secundário	179	44.9
Ensino superior	141	35.3
Situação profissional		
Trabalho a tempo inteiro	336	83.4
Trabalho a tempo parcial	23	5.7
Trabalho doméstico	12	3.0
Desempregado(a)	31	7.7
Reformado(a)	1	0.2
Horário		
Normal	181	51.0
Manhã	6	1.7
Noite	2	0.6
Turnos rotativos	162	45.6
Outro	4	1.1
Já trabalhou por turnos?		
Sim	246	61.0
Não	157	39.0
Idade dos filhos		
Até 6 anos	136	43.2
7 a 12 anos	89	28.3
13 a 18 anos	51	16.2
Mais de 18 anos	39	12.4

\*O N obtido pode ser diferente do tamanho da amostra (N=403), devido a valores omissos em algumas variáveis

\*\*M (Média), DP (Desvio-Padrão)

No que diz respeito aos polícias, estes têm idades compreendidas entre os 23 e os 57 anos, situando-se a média etária nos 40.61 anos (DP = 7.52), têm uma média de antiguidade na profissão de 17.54 anos (DP = 7.82) e uma média de antiguidade no horário de 12.96 anos (DP = 8.39). Relativamente à função/serviço a que os polícias estão alocados, os participantes relataram que 172 estão alocados ao “Patrulhamento Apeado”<sup>1</sup> e 149 a “Graduado de Serviço ou Carro Patrulha”<sup>2</sup>. De salientar que estes dois serviços fazem alternância entre turno da manhã, tarde e noite.

Em termos familiares, os participantes estão casados ou a viver em união de facto há pelo menos um ano e o número máximo de anos de união é de 35 anos (M = 12.84, DP = 8.25). A maioria dos agregados familiares é composta por quatro pessoas (42.7%).

### **Instrumentos**

Foi utilizado um protocolo de avaliação constituído por duas seções distintas: questionário sociodemográfico e profissional e questionário sobre o impacto do trabalho por turnos. Ambos os questionários foram construídos com base nos instrumentos utilizados por Smith e Folkard (1993).

#### **Questionário sociodemográfico e profissional**

Os dados sociodemográficos e profissionais dos participantes foram recolhidos através de um questionário, que tinha como finalidade recolher informação sociodemográfica dos participantes (por exemplo, idade), da situação profissional dos mesmos (por exemplo, horário), assim como da sua situação familiar (por exemplo, anos de união), além de dados relativos ao/à marido/esposa (por exemplo, antiguidade).

#### **Questionário sobre o impacto do trabalho por turnos**

O instrumento utilizado no presente estudo foi desenvolvido com base no “*Shiftworker partners questionnaire*” de Smith e Folkard (1993), o qual tinha como objetivo avaliar o impacto do trabalho por turnos na vida familiar e social dos trabalhadores, segundo a perspectiva das companheiras. Este instrumento era constituído por 18 itens avaliados numa escala tipo *Likert* de 0 a 10 pontos, sendo que os valores mais altos significavam maior disrupção. Da análise fatorial exploratória realizada por Smith e Folkard (1993) emergiu um

---

<sup>1</sup> Neste serviço, costuma-se trabalhar dois dias em cada turno e no final de oito dias de trabalho seguem-se dois dias de folga.

<sup>2</sup> Neste serviço, costuma-se trabalhar dois dias em cada turno e no final de seis dias de trabalho seguem-se cerca de 4 dias de folga.

fator intitulado de “*Disrupção Total*”. Este fator era composto por 16 dos 18 itens avaliados, tendo o alfa de *Cronbach* se situado em 0.81.

Como este questionário não se encontrava adaptado para a população portuguesa foi necessário contactar os autores para solicitar a sua disponibilização e autorização para a sua utilização. Obtido o questionário, foi feita a sua tradução e adaptação para o contexto português, tendo este sido designado de “*Questionário sobre o impacto do trabalho por turnos na perspetiva dos familiares*”. Este questionário integrava 15 itens da escala desenvolvida e utilizada por Smith e Folkard (1993) e alguns itens complementares desenvolvidos à *posteriori* pelos mesmos autores e cedidos aquando do pedido de autorização para utilização da escala.

Os itens complementares eram três perguntas avaliadas numa escala tipo Likert de 0 a 10 pontos, quatro perguntas dicotómicas (“*Sim*” e “*Não*”) e duas perguntas de resposta aberta referentes à percepção que os participantes tinham do impacto que o trabalho por turnos dos(as) cônjuge/companheiros(as) provocava nas crianças e a sugestões/comentários acerca do tema abordado.

## **Procedimentos**

Numa fase inicial e depois de criadas duas versões do protocolo de avaliação (formato de papel e formato *online*) foi estabelecido contacto com um sindicato da PSP, que aceitou divulgar o questionário *online* pelos seus associados. Apesar de terem sido recolhidas algumas respostas nesta fase, o número ficava aquém dos objetivos inicialmente estabelecidos – 200 participantes. Este número foi instituído com base nas recomendações dadas por alguns autores (Almeida & Freire, 2003; Hill & Hill, 2002) para a validação de instrumentos.

Numa segunda fase, foram feitos novos contactos com outros sindicatos desta força de segurança para tentar maximizar o número de respostas. Os *links* dos questionários foram enviados por *email*, juntamente com uma explicação do propósito do estudo, para cada presidente dos sindicatos. Três dos sindicatos contactados aceitaram divulgar o estudo e respetivos questionários pelos seus associados, tendo permitido aumentar o número de respostas inicial. Os questionários dirigidos aos sindicatos estiveram disponíveis cerca de seis meses (desde meados de janeiro até ao início do mês de junho).

Nestas primeiras fases de divulgação do estudo, foram recolhidas 137 respostas, o que ainda ficava aquém do tamanho mínimo da amostra desejada. Para tal, numa terceira fase, foi contactada a Direção Nacional (DN) da PSP, com o mesmo propósito dos contactos anteriores estabelecidos com os sindicatos, ou seja, divulgar o estudo e aumentar o número de respostas.



Depois da aprovação e, conseqüente divulgação a nível nacional, os questionários estiveram disponíveis cerca de três meses (desde o início do mês de junho até ao início do mês de setembro). Nesta fase, foram recolhidas 266 respostas.

De salientar que nos contactos realizados com os presidentes dos sindicatos e, posteriormente, com a DN foi realçado o objetivo do estudo e a quem se dirigia, sendo várias vezes reforçada a ideia que deveriam ser “os(as) cônjuges/companheiros(as) dos policiais” a responder. Também essa ideia era salientada nos questionários, assim como a garantia de anonimato e confidencialidade.

Para análise dos dados quantitativos foi utilizado o programa *Statistical Package for the Social Sciences* (IBM® SPSS®, versão 23), que permitiu realizar:

- análise fatorial exploratória da escala utilizada no estudo;
- análises descritivas (frequências, mínimos, máximos, médias e desvios-padrão);
- análises inferenciais para associação entre variáveis (coeficiente de correlação de *Spearman*) e para comparação de grupos (testes de *Mann – Whitney (U)* e testes de *Kruskal-Wallis ( $\chi^2$ )*), devido ao não cumprimento dos pressupostos para utilização de testes paramétricos (Martins, 2011; Pestana, & Gageiro, 2005).

Os dados qualitativos resultantes das respostas às questões abertas foram, por seu lado, analisados com recurso a análise de conteúdo (Amado, 2000).

## **Resultados**

Nesta seção serão apresentados os resultados da análise das propriedades psicométricas da escala utilizada, a caracterização da interferência do trabalho por turnos na vida familiar e social, segundo a perspectiva dos(as) cônjuges/companheiros(as) de trabalhadores por turnos, assim como a análise da relação entre tal interferência e diferentes variáveis.

### **Análise das características psicométricas da escala**

A análise de dados iniciou-se com análise fatorial exploratória dos componentes principais com rotação varimax da escala utilizada. O valor de KMO (*Kaiser–Meyer–Olkin measure of sampling adequacy*) obtido foi de 0.94, o que é acima do valor limite para aceitação da amostra – 0.5 (Field, 2005). Por seu lado, o teste de esfericidade de Bartlett foi de  $\chi^2(105) = 3679.88$ ,  $p < .001$ , o que permitiu a continuidade da análise.

No conjunto dos 15 itens foram extraídos dois fatores, que explicam 65.58% da variância total. Como apresentado na Tabela 3, o primeiro fator explica 39.37% da variância

total e é constituído por 9 itens enquanto o segundo fator explica 26.21% da variância total e nele saturam 5 itens. Para efeitos de retenção do item no respetivo fator considerou-se um peso de saturação  $\geq 0.5$ , conforme recomendação de Tabachnick e Fidell (1989).

A primeira subescala (ou primeiro fator) foi intitulada de “Perturbação Global”, pois os itens que saturam nesta dimensão estão relacionados com a vida social, a organização da vida doméstica e a responsabilidade do participante pelos filhos, ou seja, são temas que abordam o planeamento e a reorganização das esferas familiar e social resultante do trabalho por turnos de pelo menos um membro do agregado familiar. Por outro lado, a segunda subescala foi intitulada de “Perturbação no Relacionamento Familiar”, pois neste fator são retidos itens mais focados no relacionamento entre os membros dos agregados familiares ao invés dos itens anteriores. Ou seja, os itens que saturam neste fator avaliam o impacto do trabalho por turnos nas relações conjugais (participante – polícia) e nas relações parentais (polícia – filhos).

De seguida, foi analisada a consistência interna (alfa de *Cronbach*) para cada fator, sendo que o fator “Perturbação Global” obteve um alfa de *Cronbach* de 0.95 e o fator “Perturbação no relacionamento familiar” obteve um alfa de *Cronbach* de 0.84.

O item 1 optou-se por retirar devido ao seu peso de saturação ser inferior ao limite mínimo para aceitação do mesmo ( $< 0.50$ ) e também ao facto da sua eliminação permitir aumentar o alfa de *Cronbach* do fator 2 – 0.82 para 0.84. Por sua vez, o item 17 foi mantido pois o seu peso de saturação é muito próximo de 0.5 e a sua eliminação diminuía o alfa de *Cronbach* do fator 2 – 0.84 para 0.81.

**Tabela 3***Resultados da análise fatorial exploratória da escala utilizada no estudo*

Itens*	Fator 1	Fator 2
1.Como se sente em relação ao trabalho por turnos do(a) seu(sua) cônjuge/companheiro(a)?	.164	.450
3.Alguma vez já teve alguma desavença ou conflito com o(a) seu(sua) cônjuge/companheiro(a) que sinta que foi devido ao seu horário de trabalho por turnos?	.139	<b>.820</b>
4.De um modo geral, sente que o relacionamento com o(a) seu(sua) cônjuge/companheiro(a) tem sido perturbado ou prejudicado devido ao seu trabalho por turnos?	.368	<b>.804</b>
5.Sente que, em algum momento, as relações íntimas com o(a) seu(sua) cônjuge/companheiro(a) sofreram por causa do seu horário de trabalho por turnos?	.359	<b>.768</b>
6.O trabalho por turnos (a) seu(sua) cônjuge/companheiro(a) interfere com a vida social conjunta? (ou seja, se o trabalho por turnos do(a) seu(sua) cônjuge/companheiro(a) impediu as saídas em conjunto, tanto quanto você gostaria?)	<b>.725</b>	.497
7.Sente que você e o(a) seu(sua) cônjuge/companheiro(a) têm de reorganizar constantemente as vossas vidas para ajustarem o horário de trabalho por turnos dele?	<b>.672</b>	.504
8.Manter o nível de ruído baixo durante o dia após um turno da noite (p.ex., não fazer trabalho doméstico, manter o ambiente silencioso, não ter convidados ou manter as crianças sossegadas).	<b>.767</b>	.364
9.Preparar as refeições em horários fora de horas ou mudar as refeições para o(a) seu(sua) cônjuge/companheiro(a) estar presente.	<b>.758</b>	.360
10.Ter maior responsabilidade pela educação dos filhos.	<b>.721</b>	.358
11.Ter que ficar sozinho(a) por muito tempo durante o dia.	<b>.877</b>	.214
12.Ter que ficar sozinho(a) por muito tempo durante a tarde.	<b>.885</b>	.210
13.Ter que ficar sozinho(a) durante a noite.	<b>.801</b>	.264
14.Até que ponto o trabalho por turnos do(a) seu(sua) cônjuge/companheiro(a) interfere com a sua vida social ou pessoal (p.ex., sair com amigos, ir ao cinema, ir ao cabeleireiro ou passear)?	<b>.721</b>	.469
15.O(A) seu(sua) cônjuge/companheiro(a) é capaz de mudar de turno com um colega, ou ter folga facilmente, para ocasiões especiais, como um aniversário ou um casamento? Ou tudo tem que se adaptar ao seu trabalho por turnos?	.289	<b>.550</b>
17.Sente que o(a) seu(sua) cônjuge/companheiro(a) tem contacto suficiente no dia-a-dia com as crianças?	.373	<b>.495</b>
<b>% da variância explicada por fator</b>	<b>39.37</b>	<b>26.21</b>

\*O número dos itens não é sequencial, devido à existência no questionário de perguntas complementares entre os itens da escala

Como se pode observar na Tabela 4, a “Perturbação Global” está positivamente correlacionada com a “Perturbação no Relacionamento Familiar”.

**Tabela 4**

*Média e desvio-padrão de cada subescala e correlação entre elas*

Subescala	Média	Desvio-Padrão	1	2
1.Perturbação Global	7.36	2.43	--	--
2.Perturbação no Relacionamento Familiar	5.81	2.33	.674***	--

\* $p < .05$ ; \*\* $p < .01$ ; \*\*\*  $p < .001$

### **Caracterização da interferência do trabalho por turnos na vida familiar e social**

No sentido de caracterizar de modo mais detalhado a interferência do trabalho por turnos na vida familiar e social dos trabalhadores foi calculada a média e o desvio-padrão para os 14 itens retidos (ver Tabela 5). Para uma melhor percepção comparativa entre as áreas avaliadas, estas foram ordenadas no sentido decrescente.

**Tabela 5**

*Medidas descritivas dos itens que constituem a escala (por ordem decrescente de interferência)*

Variável	Média	Desvio-Padrão
7.Reorganização constante da vida familiar	7.89	2.59
8.Nível de ruído	7.68	2.68
6.Vida social conjunta	7.58	2.74
13.Sozinho(a) durante a noite	7.52	2.91
9.Horário das refeições	7.32	2.87
10.Responsabilidade pelos filhos	7.19	2.87
14.Vida social pessoal	7.18	2.78
12.Sozinho(a) durante a tarde	6.97	2.86
11.Sozinho(a) durante o dia	6.97	2.91
5.Relações íntimas	6.36	3.09
4.Relação conjugal	6.14	2.98
15.Flexibilidade de horário	5.81	2.87
17.Contacto parental	5.54	2.76
3.Conflitos conjugais	4.98	3.18

Como podemos observar na Tabela 5, todos os itens pontuaram acima de cinco pontos ou muito próximo desse valor (item 3 – 4.98). Considerando que os itens foram avaliados numa escala tipo *Likert* de zero a dez pontos e que quanto maior pontuação maior o impacto causado pelo trabalho por turnos na vida familiar e social, pode dizer-se que o trabalho por turnos causou impacto moderado a elevado em todas as áreas avaliadas, segundo a perspectiva dos(as) cônjuges/companheiros(as) de polícias portuguesas. Constatou-se ainda que a reorganização e o planeamento da vida familiar e doméstica, assim como a vida social dos membros do agregado familiar são as áreas mais afetadas pelo trabalho por turnos (itens 6, 7 e 8). No sentido inverso, a área menos afetada corresponde há existência de conflitos e/ou desavenças conjugais resultantes do trabalho por turnos (item 3).

Na sequência desta caracterização, foram ainda analisadas sete perguntas complementares que faziam parte do questionário do impacto do trabalho por turnos, divididas em duas temáticas diferentes: impacto do trabalho por turnos em aspetos pessoais relativos à relação conjugal e impacto do trabalho por turnos nas relações parentais (ver Tabelas 6 e 7).

Observando a Tabela 6 é, de salientar, que a maioria dos participantes já tentou persuadir o trabalhador por turnos a mudar de horário de trabalho (54.6%).

### **Tabela 6**

*Frequência das respostas às perguntas complementares, relacionadas com o impacto em aspetos pessoais*

Variável	Total	
	n	%
Alguma vez tentou persuadi-lo a mudar de horário de trabalho?		
Sim	220	54.6
Não	183	45.4
Habitualmente, está a par das escalas do trabalho por turnos do(a) seu(sua) cônjuge/companheiro(a)?		
Sim	365	90.6
Não	38	9.4

Como podemos observar na Tabela 7, a maioria dos participantes relata que o contacto entre os trabalhadores por turnos e os filhos é insuficiente (62.4%) e que outros horários seriam melhores para a relação parental (88.7%). Quanto aos turnos integrados no sistema rotativo, o da noite é percecionado como o mais prejudicial para as relações parentais, segundo a perspectiva dos participantes.

**Tabela 7**

*Frequência das respostas às perguntas complementares, relacionadas com o impacto nas relações parentais*

Variável	Total*	
	n	%
Se acha que o contacto com as crianças é insuficiente acha que isso é prejudicial para elas?		
Sim	181	62.4
Não	109	37.6
Contacto parental para os diferentes horários de trabalho:**		
M (DP)***		
Turno do dia	5.25	(2.57)
Turno da tarde	5.80	(2.70)
Turno da noite	6.44	(2.88)
Acha que outro horário iria melhorar o contacto dele(a) com as crianças?		
Sim	275	88.7
Não	35	11.3

\*O N obtido pode ser diferente do tamanho da amostra (N=403), devido aos valores omissos em algumas variáveis

\*\*Quanto maior o valor, maior a interferência percebida no contacto parental

\*\*\*M (Média), DP (Desvio-Padrão)

### **Análise da relação entre o impacto do trabalho por turnos e variáveis pessoais e familiares**

Nesta fase da análise de dados foram analisadas as diferenças existentes nas duas subescalas da interferência do impacto do trabalho por turnos em função de variáveis pessoais (realização de trabalho por turnos, conhecimento das escalas de trabalho do(a) cônjuge/companheiro(a) e persuasão para mudança de horário de trabalho) e variáveis familiares (número de anos de união, idade dos filhos e opinião sobre o contacto entre os(as) cônjuges/companheiros(as) e filhos).

#### Conhecimento das escalas de trabalho do(a) cônjuge/companheiro(a)

Testes de *Mann-Whitney (U)* indicaram que não há diferenças estatisticamente significativas entre os participantes que têm conhecimento das escalas do trabalho por turnos dos(as) cônjuges/companheiros(as) e os que não têm esse conhecimento ao nível da Perturbação Global  $U = 3583.00$ ,  $p = .68$  e da Perturbação no Relacionamento Familiar,  $U = 3125.50$ ,  $p = .19$ .

### Persuasão para mudança de horário de trabalho

Na comparação entre a tentativa de persuasão (por parte dos participantes) para mudança de horário de trabalho dos(as) cônjuges/companheiros(as) com as duas subescalas, foram realizados testes de *Mann-Whitney (U)*. Verificou-se que há diferenças estatisticamente significativas entre os participantes que já tentaram persuadir os(as) cônjuges/companheiros(as) a mudar de horário de trabalho e os que não fizeram essas tentativas de persuasão ao nível da Perturbação Global,  $U = 9139.50, p < .001$  e ao nível da Perturbação no Relacionamento Familiar,  $U = 7444.50, p < .001$ . Especificamente, os participantes que já tentaram persuadir os polícias a mudar de horário de trabalho (*Ordem Média* = 177.55) relataram maiores impactos do trabalho por turnos do(a) cônjuge/companheiro(a) ao nível da Perturbação Global do que os que não fizeram essas tentativas (*Ordem Média* = 136.03). De modo semelhante, os participantes que já fizeram tentativas de persuasão (*Ordem Média* = 182.71) relataram maiores impactos do trabalho por turnos do(a) cônjuge/companheiro(a) ao nível da Perturbação no Relacionamento Familiar, quando comparados com os que não fizeram tentativas de persuasão (*Ordem Média* = 123.80).

### Realização de trabalho por turnos por parte dos participantes

A realização de testes de *Mann-Whitney (U)* indicou que não há diferenças estatisticamente significativas entre os participantes que trabalham ou já trabalharam por turnos e os que nunca trabalharam por turnos ao nível da Perturbação Global,  $U = 10347.50, p = .05$  e da Perturbação no Relacionamento Familiar,  $U = 11219.00, p = .66$ .

### Número de anos de união

Na associação entre o número de anos de união dos participantes com as subescalas estudadas, foram calculados os coeficientes de correlação de *Spearman (r<sub>s</sub>)*. Não há correlação entre o número de anos de união e a Perturbação Global relatada pelos participantes,  $r_s = -.091, p = .11$ , nem entre o número de anos de união e a Perturbação no Relacionamento Familiar,  $r_s = .001, p = .98$ .

### Idade dos filhos

O teste de *Kruskal-Wallis (χ<sup>2</sup>)* revelou que há diferenças estatisticamente significativas ao nível da Perturbação Global em função da idade dos filhos,  $\chi^2(3) = 11.72, p < .01$  (ver Tabela 8).

**Tabela 8***Comparação da Perturbação Global em função das idades dos filhos*

	Até 6 anos (n = 134)	7 a 12 anos (n = 87)	13 a 18 anos (n = 47)	Mais de 18 anos (n = 38)	$\chi^2$ (3)
Perturbação Global	166.12	161.08	123.96	128.20	11.72**

\* $p < .05$ ; \*\* $p < .01$ ; \*\*\* $p < .001$ 

Testes de *Mann-Whitney* com Correção de *Bonferroni*, revelaram diferenças estatisticamente significativas entre o grupo de participantes com filhos até 6 anos e o grupo com filhos entre 13 a 18 anos,  $U = 2269.50$ ,  $z = -2.847$ ,  $p < .008$ . Sendo que os participantes que têm filhos até 6 anos relatam maiores impactos do trabalho por turnos do(a) cônjuge/companheiro(a) ao nível da Perturbação Global do que os participantes que têm filhos com idades entre os 13 e os 18 anos.

Por outro lado, não há diferenças estatisticamente significativas ao nível da Perturbação no Relacionamento Familiar em função da idade dos filhos,  $\chi^2$  (3) = 3.898,  $p = .27$ .

#### Opinião sobre o contacto entre os(as) cônjuges/companheiros(as) e filhos

A realização de testes de *Mann-Whitney* indicou que há diferenças estatisticamente significativas entre os participantes que consideram o contacto insuficiente entre pais e filhos prejudicial para as crianças e os que não consideram esse contacto prejudicial ao nível da Perturbação Global,  $U = 4856.00$ ,  $p < .001$  e ao nível da Perturbação no Relacionamento Familiar,  $U = 3996.50$ ,  $p < .001$ . Os participantes que consideram o contacto insuficiente entre pais e filhos prejudicial para as crianças (*Ordem Média* = 166.25) relataram maiores impactos do trabalho por turnos do(a) cônjuge/companheiro(a) ao nível da Perturbação Global do que os que não consideram esse contacto prejudicial (*Ordem Média* = 99.31). De modo semelhante, os participantes que consideram o contacto prejudicial (*Ordem Média* = 177.92) relataram maiores impactos do trabalho por turnos ao nível da Perturbação no Relacionamento Familiar, quando comparados com os que não fazem essa avaliação (*Ordem Média* = 91.67).



### **Análise dos comentários e observações**

A primeira questão referente ao impacto que o trabalho por turnos provocava nas crianças obteve 124 respostas (30.77%). Porém, uma foi considerada inválida por não responder ao que foi perguntado. Por sua vez, a segunda questão relativa a sugestões/comentários acerca do tema abordado obteve 102 respostas (25.31%).

Na primeira questão apenas foram encontradas respostas correspondentes a aspectos negativos, por exemplo “*As crianças ficam com saudades da mãe e ficam mais tristes*”. Uma vez definida essa categoria foram criadas subcategorias que agrupavam as respostas dadas pelos participantes, em função de diferentes áreas de impacto nas crianças (ver Tabela 9). Para cada subcategoria são apresentados também excertos de respostas dos participantes que ajudam a ilustrar.

### **Tabela 9**

*Frequência de respostas obtidas na categoria “aspectos negativos” e, conseqüentes, subcategorias na pergunta aberta relativa aos filhos*

<b>Subcategoria (n = 134)*</b>	<b>Exemplos</b>
Tempo de convivência (n = 35)	“ <i>Eles dizem que o pai tem pouco tempo para eles.</i> ”
Rotinas diárias (n = 27)	“ <i>O meu companheiro devia estar mais presente no acompanhamento (...) das rotinas diárias (higiene, etc.).</i> ”
Apoio/acompanhamento escolar (n = 19)	“ <i>Não tem tempo para acompanhar o andamento dos estudos e ajudar nos trabalhos da escola quando necessário.</i> ”
Desenvolvimento/crescimento das crianças (n = 17)	“ <i>É prejudicial para o seu crescimento e educação.</i> ”
Atividades de lazer (n = 15)	“ <i>Os filhos querem brincar com o pai e ele tem que ir trabalhar ou descansar por causa dos turnos.</i> ”
Saudades do pai/mãe (n = 7)	“ <i>As crianças ficam com saudades da mãe e ficam mais tristes.</i> ” “ <i>Mamã, eu tenho saudades do Papá</i> ”
Incompreensão por parte das crianças relativamente aos horários por turnos (n = 7)	“ <i>De um certo modo, que questionam sempre “porque é que a mãe não vai conosco?”</i> ”
Falta de paciência dos polícias para com os filhos (n = 4)	“ <i>Não tem paciência para ajudar o filho.</i> ”
Ocasões especiais (n = 3)	“ <i>Ó pai, tu nunca passas o natal em casa.</i> ”

\*O n obtido no conjunto das subcategorias é superior ao número de respostas obtidas (n=123) devido à apresentação por parte de alguns participantes de dois ou mais exemplos

Como demonstra a Tabela 9, os participantes relataram que o tempo de convivência entre pai/mãe e filho, o apoio e/ou acompanhamento escolar, o acompanhamento nas rotinas

diárias das crianças e nas atividades de lazer e o desenvolvimento/crescimento das crianças são as áreas mais afetadas pelo trabalho por turnos dos(as) cônjuges/companheiros(as).

Na análise de conteúdo da segunda questão foram encontradas respostas correspondentes a duas categorias: “aspectos negativos” e “comentários gerais”, sendo que os “aspectos negativos” foram os mais relatados com uma elevada discrepância da outra categoria que agrupou apenas 14 respostas. Posteriormente, a categoria “comentários gerais” foi dividida em duas subcategorias: “outros aspectos organizacionais” (i.e., que não estavam relacionados com o trabalho por turnos), por exemplo “*A distância do emprego e local de residência afeta a vida familiar*” e “sugestões/opiniões”, por exemplo “*é de louvar esta preocupação*”. Quanto à categoria “aspectos negativos” foi dividida em várias subcategorias que agrupavam os maiores impactos do trabalho por turnos (ver Tabela 10).

### Tabela 10

*Frequência de respostas obtidas na categoria “aspectos negativos” e, conseqüentes, subcategorias nas sugestões/comentários*

<b>Subcategoria (n = 128)*</b>	<b>Exemplos</b>
Vida familiar (n = 46)	<i>“Em jeito de piada, no fundo, é como se nós fôssemos as amantes e a Polícia a esposa, (...) não porque não queiram, mas porque não podem.”</i>
Saúde (n = 21)	<i>“É muito cansativo, retira-lhe muita energia, muitas vezes não consegue adormecer, face ao descontrolo de muitos anos a trabalhar por turnos alternados.”</i>
Rigidez dos horários (n = 21)	<i>“O governo devia tolerar horários de trabalho mais flexíveis à semelhança de muitas empresas privadas.”</i>
Aspectos económicos (n = 17)	<i>“O trabalho por turnos pelo menos deveria ser compensado monetariamente, já que não pode ser extinto porque é um serviço necessário as 24 horas do dia.”</i>
Estatutos do trabalho por turnos (n = 13)	<i>“Optar por uma maior diferenciação (...) estatutária (idade reforma/IRS) nos policiais que trabalham por turnos e os que trabalham das 9 às 17h.”</i>
Vida social (n = 10)	<i>“No caso do meu marido que trabalha todas as sextas e sábados à noite, a não ser quando estamos de férias, nunca se consegue organizar convívios com amigos e ter uma vida social minimamente equilibrada nesses serões.”</i>

\*O n obtido no conjunto das subcategorias é superior ao número de respostas obtidas (n=102) devido à apresentação por parte de alguns participantes de dois ou mais exemplos

Como demonstra a Tabela 10, os participantes referiram como áreas mais afetadas pelo trabalho por turnos a vida familiar, a saúde dos trabalhadores por turnos, a inflexibilidade de horários e a baixa compensação económica do trabalho por turnos.

### Discussão

O presente estudo pretendia contribuir para a validação da escala desenvolvida por Smith e Folkard (1993), caracterizar o impacto de sistemas rotativos (incluindo a alternância entre manhã, tarde e noite) na vida familiar e social dos trabalhadores, segundo a perspectiva de familiares e analisar a relação desse impacto com diferentes variáveis. Esta particularidade da amostra fez com que o estudo se juntasse à escassa literatura sobre esta temática, envolvendo a perspectiva de terceiros.

Relativamente ao primeiro objetivo, durante todo o processo de análise tentou-se manter a escala o mais fiel possível à escala original desenvolvida por Smith e Folkard (1993). Quanto ao número de itens, a escala adaptada não continha um número igual ao da escala original, devido à exclusão por parte dos autores de alguns dos itens aquando da disponibilização do instrumento. Quanto aos fatores extraídos na análise fatorial, Smith e Folkard (1993) extraíram um fator “Disrupção Total” (alfa de *Cronbach* de 0.81), constituído por 16 dos 18 itens da escala, o que não se verificou no presente estudo. Neste estudo, foram extraídos dois fatores “Perturbação Global” e “Perturbação no Relacionamento Familiar” (alfas de *Cronbach* de 0.95 e 0.84, respetivamente) que continham 14 dos 15 itens iniciais. As diferenças encontradas entre a escala original e a escala adaptada podem ser resultantes de múltiplos fatores como os contextos diferentes em que foram realizados os dois estudos (e.g., ano civil, país/cultura) e o tamanho diferente das amostras (no estudo original, a amostra era constituída por 47 cônjuges de trabalhadores por turnos, ao invés dos 403 participantes no presente estudo). De um modo geral, pode dizer-se que a escala apresentou boas propriedades psicométricas na amostra estudada.

Quanto ao segundo objetivo, foram realizadas várias análises para auxiliar na caracterização do impacto do trabalho por turnos na vida familiar e social. Os resultados obtidos mostraram que o trabalho por turnos causa impacto moderado a elevado em todas as áreas avaliadas, sendo que as mais afetadas são a reorganização/planeamento constante da vida pessoal e familiar e a vida social, quer seja pessoal ou conjunta. Estes resultados vão de encontro à literatura apresentada anteriormente que evidencia os elevados impactos que o trabalho por turnos acarreta para a vida familiar e social (e.g., Minnotte et al., 2015; Rosenbaum & Morett, 2009). Contrariamente aos autores da escala original (Smith & Folkard, 1993), “os conflitos conjugais” criados pelo trabalho por turnos dos(as) cônjuges/companheiros(as) foi a área menos afetada. Por sua vez, as perguntas complementares existentes neste estudo foram uma confirmação dos resultados encontrados na escala, pois todas revelavam elevado impacto do trabalho por turnos na vida familiar, nas

relações conjugais e/ou parentais. De salientar, que contrariamente aos resultados encontrados por Wight et al. (2008), os participantes deste estudo relataram que o contacto parental é mais afetado quando o trabalho por turnos envolve noites.

Relativamente ao terceiro objetivo e no que diz respeito à Perturbação Global e à Perturbação no Relacionamento Familiar, em termos comparativos não foram encontradas diferenças significativas em função do conhecimento ou não das escalas de trabalho do(a) cônjuge/companheiro(a) e da realização atual ou transata de trabalho por turnos por parte dos participantes. No mesmo sentido, não foi encontrada associação entre as duas subescalas e o número de anos de união. Apesar de não terem sido encontradas diferenças/associações entre variáveis, seria importante em investigações futuras aprofundar a análise das mesmas, dado o carácter pioneiro deste estudo nestas comparações/associações.

Quanto à comparação entre a existência ou não de tentativas de persuasão por parte dos participantes, foram encontradas diferenças significativas ao nível da Perturbação Global e da Perturbação no Relacionamento Familiar, sendo que os participantes que já tinham realizado tentativas de persuasão relataram maiores impactos nas duas subescalas avaliadas. Para futuro, seria importante continuar a estudar a influência destas tentativas de persuasão realizadas pelos cônjuges/companheiros(as) de trabalhadores por turnos, devido à elevada percentagem (54.6%) obtida na amostra estudada. Neste sentido, outros autores (e.g., Newey & Hood, 2004; Smith & Folkard, 1993), apesar de não realizarem comparações entre a existência ou não de tentativas de persuasão, encontraram percentagens consideráveis de tentativas de persuasão em amostras que também relataram elevados impactos do trabalho por turnos na vida familiar e social.

No que diz respeito às idades dos filhos, foram encontradas diferenças significativas ao nível da Perturbação Global entre o grupo que tinha crianças até seis anos e o grupo que tinha filhos entre os 12 a 18 anos, sendo que o primeiro grupo relatava maiores impactos do trabalho por turnos em comparação com o segundo grupo. Estes resultados são consistentes com estudos anteriores (e.g., Daniel, Grzywacz, Leeker, Tucker, & Han, 2009; Han & Fox, 2011) que encontraram impactos do trabalho por turnos em idades precoces. Ao nível da Perturbação no Relacionamento Familiar, não foram encontradas diferenças em função da idade dos filhos.

As últimas comparações realizadas, evidenciaram diferenças nas duas subescalas em função da opinião dos participantes acerca do contacto insuficiente entre os(as) cônjuges/companheiros(as), sendo que os participantes que identificam esse contacto insuficiente entre pais e filhos prejudicial para as crianças relatam maiores impactos do

trabalho por turnos na vida familiar e social. Estes resultados são consistentes com alguns estudos (e.g., Han & Fox, 2011; Li et al., 2014) que defendem que o trabalho por turnos, incluindo sistemas rotativos, pode ser prejudicial para as crianças, quer a nível de desenvolvimento, quer a nível escolar.

Na interpretação destes resultados, devem ter-se em conta algumas limitações. Em primeiro lugar, os participantes deste estudo são cônjuges/companheiros(as) de um grupo profissional (i.e., polícias), não havendo heterogeneidade dos grupos profissionais em estudo. Para tentar controlar esta limitação, o estudo deverá ser alargado a outros grupos profissionais que também estejam sujeitos ao regime de trabalho por turnos. Em segundo lugar, a forma de divulgação e distribuição dos questionários *online* pelos participantes foi realizada e controlada por elementos externos a este estudo (i.e., presidentes de sindicatos, departamento de formação da DN), o que pode ter causado algum enviesamento na amostra. Por último, o *design transversal* do estudo não permite uma perceção alargada no tempo dos impactos do trabalho por turnos na vida familiar e social.

Além dos estudos mencionados anteriormente para controlo das limitações, poderão ser desenvolvidas outras investigações que permitam aprofundar esta temática: i) comparar os relatos de cônjuges/companheiros(as) de trabalhadores por turnos com os relatos de cônjuges/companheiros(as) de trabalhadores diurnos, acerca do impacto do trabalho por turnos na vida familiar e social (investigação em desenvolvimento, no âmbito de um projeto de investigação mais alargado); ii) comparar os relatos dos(as) cônjuges/companheiros(as) com os relatos dos próprios trabalhadores por turnos ou iii) alargar os relatos acerca do impacto do trabalho por turnos na vida familiar e social a outros membros do agregado familiar e amigos.

**Referências bibliográficas**

- Almeida, L., & Freire, T. (2003). *Metodologia da Investigação em Psicologia e Educação*. (3ª edição). Braga: Edições Psiquilíbrios.
- Amado, J. (2000). A técnica de análise de conteúdo. *Revista Referência*, 5, 53-63.
- Baker, A., Ferguson, S., & Dawson, D. (2003). The perceived value of time: Controls versus shiftworkers. *Time & Society*, 12(1), 27-39. doi:10.1177/0961463X03012001444
- Barnett, R. C., & Gareis, K. C. (2007). Shift work, parenting behaviors, and children's socioemotional well-being: A within-family study. *Journal of Family Issues*, 28(6), 727-748. doi:10.1177/0192513X06298737
- Boisard, P., Cartron, D., Gollac, M., & Valeyre, A. (2003). *Time and work: Duration of work*. Ireland: European Foundation for the Improvement of Living and Working Conditions.
- Camerino, D., Sandri, M., Sartori, S., Conway, P.M., Campanini, P., & Costa, G. (2010). Shiftwork, work-family conflict among Italian nurses, and prevention efficacy. *Chronobiology International*, 27(5) 1105–1123. doi:10.3109/07420528.2010.490072
- Carneiro, L., & Silva, I. S. (2015). Trabalho por turnos e suporte do contexto organizacional: Um estudo num centro hospitalar. *International Journal on Working Conditions*, 9, 142-160.
- Caruso, C. C. (2014). Negative impacts of shiftwork and long work hours. *Rehabilitation Nursing*, 39, 16-25. doi:10.1002/rnj.107
- Costa, G. (1997). The problem: Shiftwork. *Chronobiology International*, 14(2), 89-98. doi:10.3109/07420529709001147
- Costa, G. (2003). Shift work and occupational medicine: An overview. *Occupational Medicine*, 53, 83-88. doi:10.1093/occmed/kqg045
- Costa, G. (2004). Multidimensional aspects related to shiftworkers' health and well-being. *Revista de Saúde Pública*, 38(supl), 86-91. doi:10.1590/S0034-89102004000700013
- Craig, L., & Brown, J. (2014). Weekend and leisure time with family and friends: Who misses out? *Journal of Marriage and Family*, 76(4), 710-727. doi:10.1111/jomf.12127
- Daniel, S. S., Grzywacz, J. G., Leerkes, E., Tucker, J., & Han, W. J. (2009). Nonstandard maternal work schedules during infancy: Implications for children's early behavior problems. *Infant Behavior and Development*, 32(2), 195-207. doi:10.1016/j.infbeh.2008.12.008

- Demerouti, E., Geurts, S. A., Bakker, A. B., & Euwema, M. (2004). The impact of shiftwork on work – home conflict, job attitudes and health. *Ergonomics*, 47(9), 987-1002. doi:10.1080/00140130410001670408
- Dhande, K. K., & Sharma, S. (2011). Influence of shift work in process industry on workers' occupational health, productivity, and family and social life: An ergonomic approach. *Human Factors and Ergonomics in Manufacturing & Service Industries*, 21(3), 260-268. doi:10.1002/hfm.20231
- European Foundation for the Improvement of Living and Working Conditions – Eurofound. (2015). *First findings: Sixth European Working Conditions Survey*. Publications Office of the European Union. doi:10.2806/59106
- Field, A. (2005). *Discovering Statistics Using SPSS*. London: Sage.
- Gadbois, C. (2004). Les discordances psychosociales des horaires postés: Questions en suspens. *Le travail humain*, 67(1), 63-85. doi:10.3917/th.671.0063
- Gracia, P., & Kalmijn, M. (2016). Parents' family time and work schedules: The split-shift schedule in Spain. *Journal of Marriage and Family*, 78(2), 401-415. doi:10.1111/jomf.12270
- Han, W. J., & Fox, L. E. (2011). Parental work schedules and children's cognitive trajectories. *Journal of Marriage and Family*, 73, 962-980. doi:10.1111/j.1741-3737.2011.00862.x
- Handy, J. (2010). Maintaining family life under shiftwork schedules: A case study of a New Zealand petrochemical plant. *New Zealand Journal of Psychology*, 39(1), 29-37.
- Härmä, M., & Ilmarinen, J. E. (1999). Towards the 24-hour society – new approaches for aging shift workers? *Scandinavian Journal of Work and Environmental Health*, 25(6), 610-615. doi:10.5271/sjweh.488
- Hill, M. M., & Hill, A. (2002). *Investigação por questionário*. (2º ed.). Lisboa: Edições Sílabo.
- Kunst, J. R., Løset, G. K., Hosøy, D., Bjorvatn, B., Moen, B. E., Magerøy, N., et al. (2014). The relationship between shift work schedules and spillover in a sample of nurses. *International Journal of Occupational Safety and Ergonomics*, 20(1), 139-147. doi:10.1080/10803548.2014.11077030
- Lei nº7 de 12 de Fevereiro de 2009, Código de Trabalho – I Série. Ministério do Trabalho e da Solidariedade Social. Lisboa.
- Lesnard, L. (2008). Off scheduling within dual earner couples: An unequal and negative externality for family time. *American Journal of Sociology*, 114(2), 447-490. doi:10.1086/590648

- Li, J., Johnson, S. E., Han, W., Andrews, S., Kendall, G., Stradzins, L., et al. (2014). Parents' nonstandard work schedules and child well-being: A critical review of the literature. *Journal of Primary Prevention, 35*, 53-73. doi:10.1007/s10935-013-0318-z
- Martin, J. E., Wittmer, J. L. S., & Lelchook, A. M. (2011). Attitudes towards days worked where Sundays are scheduled. *Human Relations, 64*, 901-926. doi:10.1177/00187267110396248
- Martins, C. (2011). *Manual de Análise de dados quantitativos com recurso ao IBM SPSS: Saber decidir, fazer, interpretar e redigir*. Braga: Psiquilíbrios Edições.
- Matheson, A., O'Brien, L., & Reid, J. A. (2014). The impact of shiftwork on health: A literature review. *Journal of Clinical Nursing, 23*, 3309–3320. doi:10.1111/jocn.12524
- Maume, D. J., & Sebastian, R. A. (2012). Gender, nonstandard work schedules, and marital quality. *Journal of Family and Economic Issues, 33*, 477-490. doi:10.1007/s10834-012-9308-1
- Mauno, S., Ruokolainen, M., & Kinnunen, U. (2015). Work–family conflict and enrichment from the perspective of psychosocial resources: Comparing Finnish healthcare workers by working schedules. *Applied Ergonomics, 48*, 86-94. doi:10.1016/j.apergo.2014.11.009
- Minnotte, K. L., Minnotte, M. C., & Bonstrom, J. (2015). Work– family conflicts and marital satisfaction among US workers: Does stress amplification matter? *Journal of Family and Economic Issues, 36*(1), 21–33. doi:10.1007/s10834-014-9420-5
- Newey, C. A., & Hood, B. M. (2004). Determinants of shift-work adjustment for nursing staff: The critical experience of partners. *Journal of Professional Nursing, 20*(3), 187-195. doi:10.1016/j.profnurs.2004.04.007
- Perrucci, R., MacDermid, S., King, E., Tang, C., Brimeyer, T., Ramadoss, K., et al. (2007). The significance of shift work: Current status and future directions. *Journal of Family and Economic Issues, 28*, 600-617. doi:10.1007/s10834-007-9078-3
- Pestana, M. H., & Gageiro, J. M. (2005). *Análise de dados para ciências sociais. A complementaridade do SPSS*. (4ª edição). Lisboa: Edições Sílabo.
- Prata, J., & Silva, I. S. (2013). Efeitos do trabalho em turnos na saúde e em dimensões do contexto social e organizacional: Um estudo na indústria eletrônica. *Revista Psicologia: Organizações e Trabalho, 13*(2), 141-154.
- Presser, H. B. (1999). Toward a 24-hour economy. *Science, 11*(284), 1778-1779. doi:10.1126/science.284.5421.1778



- Rosenbaum, E., & Morett, C. R. (2009). The effect of parents' joint work schedules on infants' behavior over the first two years of life: Evidence from the ECLSB. *Maternal and Child Health Journal, 13*(6), 732-744. doi:10.1007/s10995-009-0488-8
- Shen, J., & Dicker, B. (2008). The impacts of shiftwork on employees. *The International Journal of Human Resource Management, 19*(2), 392-405. doi:10.1080/09585190701799978
- Silva, I. S. (2012). *As condições de trabalho no trabalho por turnos: Conceitos, efeitos e intervenções*. Lisboa: Climepsi Editores.
- Silva, I. S., Prata, J., & Ferreira, A. I. (2014). Horários de trabalho por turnos: Da avaliação dos efeitos às possibilidades de intervenção. *International Journal on Working Conditions, 7*, 68-83.
- Simunic, A., & Gregov, L. (2012). Conflict between work and family roles and satisfaction among nurses in different shift systems in Croatia: A questionnaire survey. *Arhiv Za Higijenu Rada i Toksikologiju, 63*(2), 189-197. doi:10.2478/10004-1254-63-2012-2159
- Smith, L., & Folkard, S. (1993). The perceptions and feelings of shiftworkers partners. *Ergonomics, 36*(1-3), 299-305. doi:10.1080/00140139308967885
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2007). *Using multivariate statistics* (5th Ed.). Boston: Allyn and Bacon.
- Volger, A., Ernst, G., Nachreiner, F., & Hänecke, K. (1988). Common free time of family members under different shift systems. *Applied Ergonomics, 19*(3), 213-218. doi:10.1016/0003-6870(88)90139-1
- West, S., Mappedzahama, V., Ahern, M., & Rudge, T. (2012). Rethinking shiftwork: Mid-life nurses making it work. *Nursing Inquiry, 19*(2), 177-187. doi:10.1111/j.1440-1800.2011.00552.x
- Wight, V. R., Raley, S. B., & Bianchi, S. M. (2008). Time for children, one's spouse and oneself among parents who work nonstandard hours. *Social Forces, 87*(1), 243-271. doi:10.1353/sof.0.0092
- Wilson, M. G., Polzer-Debruyne, A., Chen, S., & Fernandes, S. (2007). Shift work interventions for reduced work-family conflict. *Employee Relations, 29*(2), 162-177. doi:10.1108/01425450710719996