



INSTITUTO NACIONAL DE ESTATÍSTICA
PORTUGAL

do INE

DESTAQUE

Informação à
Comunicação Social

19 de Junho de 2000

O USO DO TEMPO 1999



Na sequência de uma iniciativa pioneira a nível nacional e em articulação com as experiências internacionais no mesmo domínio, o INE divulga agora os primeiros resultados do “Inquérito à Ocupação do Tempo – 1999”.

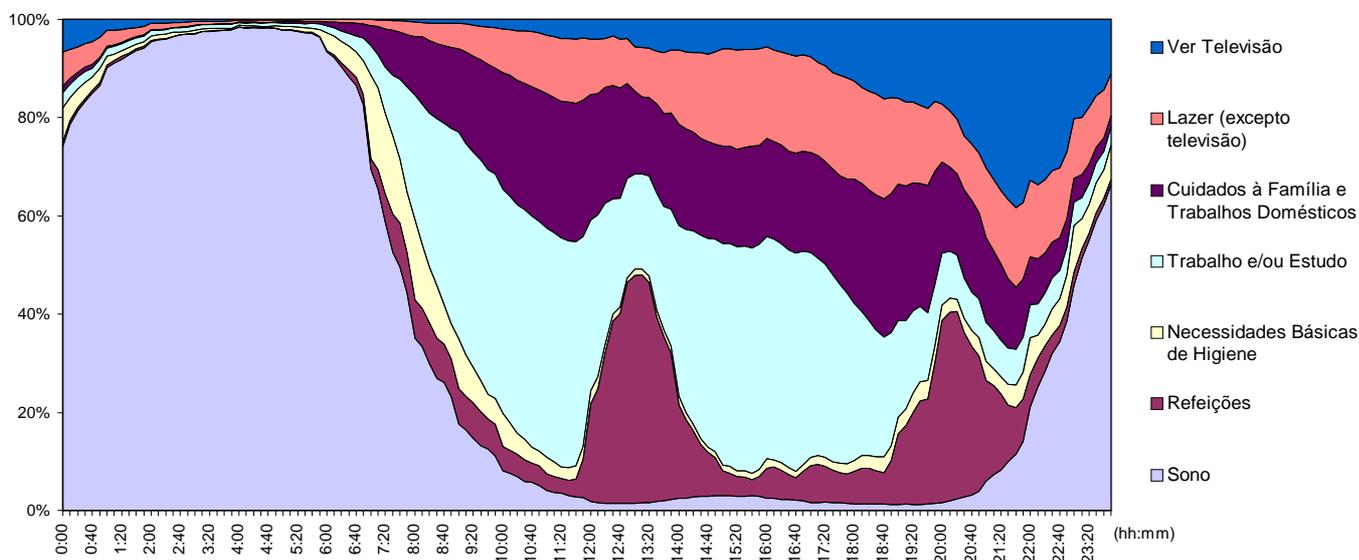
Esta nova operação estatística foi realizada em parceria com um leque variado de entidades, públicas e privadas: IMPRESA – SGPS, SA; Instituto do Emprego e Formação Profissional; Comissão para a Igualdade no Trabalho e no Emprego; Banco de Portugal; Instituto do Cinema, Audiovisual e Multimédia; Modelo Continente - SGPS, SA; CP – Caminhos de Ferro Portugueses, EP; Rede Ferroviária Nacional – REFER, EP; Metropolitano de Lisboa. O INE obteve ainda o apoio do Instituto de Ciências Sociais da Universidade Técnica de Lisboa e do Observatório das Actividades Culturais.

A recolha da informação, junto de uma amostra de cerca de 10 000 indivíduos, decorreu no último trimestre de 1999. Após o tratamento dos dados, obtidos através de um processo misto de entrevista e de auto-preenchimento de um “Diário”, é agora possível responder a questões como:

- Quais as ocupações dos portugueses num dia “tipo”, assim como as respectivas durações;
- Em que se ocupam as crianças e os idosos;
- Como se reparte o trabalho doméstico e os cuidados às crianças, entre os homens e as mulheres;
- O que se faz no intervalo para almoço ;
- Qual é, e como se ocupa, o tempo de lazer.

COMO OS PORTUGUESES OCUPAM O TEMPO

Perfil de um dia médio



DAS 0 ÀS 7 DA MANHÃ
– PORTUGAL DORME, E NÃO SÓ

À meia noite, cerca de três quartos da população com seis e mais anos dorme, enquanto 7% se prepara para o fazer ou então para sair. A par destas actividades, o lazer ocupa ainda alguma importância (14%), com destaque para a televisão. A esta hora, 3,1% da população ainda trabalhava em termos profissionais ou estudava e 1,2% efectuava algum trabalho doméstico ou prestava cuidados à família (sua ou outras).

Esta distribuição da ocupação do tempo mantém-se até às 6 horas da manhã, crescendo a proporção dos que vão dormir, ao mesmo tempo que as demais actividades vão perdendo importância.

DAS 7 ÀS 12 HORAS
– TOCA O DESPERTADOR... É A HORA DE ACORDAR, PREPARAR PARA O TRABALHO OU ESTUDO, OU TRABALHAR NAS LIDES DOMÉSTICAS

A partir das sete horas tudo se altera: Portugal começa a despertar e com ele outras actividades vão ganhando importância – são os cuidados de higiene e os cuidados à família, havendo já cerca de 6% da população que às sete da manhã se encontra a trabalhar, a estudar ou vai a caminho. Às oito horas, apenas um terço da população ainda dorme (35%), havendo sensivelmente a mesma proporção dos que estão a trabalhar, nas aulas ou em casa a estudar, bem como nas lides domésticas. O lazer ocupa, ainda, cerca de 4% da população.

Até ao meio dia, o trabalho profissional / estudo e o trabalho doméstico, no qual se incluem, para além dos cuidados à casa e família, os cuidados aos animais, as reparações, as compras, a jardinagem, etc., ocupam cerca de 70% da população; no mesmo período, mais de 10% da população dedica-se ainda ao lazer.

DAS 12 ÀS 14 HORAS
– ESTAMOS NA HORA DO ALMOÇO

Este é o período do almoço; com efeito, a proporção dos que se “sentam à mesa” começa a aumentar, podendo dizer-se que às 13 horas

quase metade da população parou para comer. Os outros continuam a trabalhar, quer em termos profissionais e enquanto estudantes, quer nas tarefas domésticas. O lazer mantém ocupada cerca de 15% da população.

DAS 14 ÀS 19 HORAS
– NOVAMENTE NO ACTIVO, COM EXCEPÇÕES

O trabalho profissional e os cuidados à família são ainda as ocupações em que se detém mais de 50% da população, nomeadamente até às 18h 30m. Entre as 14 e as 16 horas, existe uma franja de população que dorme uma sesta. A tarde é ainda marcada pelas ocupações não profissionais, como sejam a leitura, as visitas, o cinema, os passeios etc. Às 16h30m a televisão já “prende” pelo menos 7% da população, valor que vai crescendo, até atingir mais do dobro às sete horas.

DAS 19 HORAS ÀS 20 E 30
– É A HORA DO CONVÍVIO FAMILIAR

Este é o período do dia em que a família se reúne enquanto confecciona o jantar, janta, realiza outros trabalhos domésticos ou confraterniza, ao mesmo tempo que a televisão regista um maior crescimento de “audiência” – entre as sete e as oito e meia da noite, a proporção de portugueses que vê televisão passa de 16% para 24%. O trabalho e / ou estudo vai decrescendo de importância, havendo a registar, no entanto, cerca de 8% da população nestas actividades.

DAS 20 E 30 ÀS 22 HORAS
– A POPULAÇÃO DEITA-SE CEDO, MAS A TELEVISÃO AINDA OCUPA MUITOS PORTUGUESES

Mais de trinta por cento da população encontra-se em frente da televisão, enquanto lentamente começa a crescer a proporção dos que se deitam. Mesmo assim, cerca de 7% mantém-se ainda “à mesa” ou “foi tomar um café”. Os cuidados à família e as actividades domésticas continuam a ocupar 10% da população.

DAS 22 ÀS 24 HORAS – A PALAVRA DE ORDEM É IR DORMIR...

Se às 10 horas da noite, 21% da população já “dorme”, esta proporção cresce muito rapidamente, passando uma hora depois para mais do dobro. As ocupações de lazer vão diminuindo, excepto o ver televisão que se mantém, chegando às 23h30m com 16% da população ainda acordada e em frente do televisor.

Duração média das actividades, para a população com 6 ou mais anos, por Condição Perante o Trabalho e Sexo

	Empregado		Desempregado		Estudante		Doméstico		Reformado		Outro inactivo		Total
	Masculino	Feminino	Masculino	Feminino	Masculino	Feminino	Masculino	Feminino	Masculino	Feminino	Masculino	Feminino	
CUIDADOS PESSOAIS	10:57	10:46	12:39	11:45	11:50	12:02	11:39	13:06	12:41	12:40	12:36	11:32	
Sono	8:09	8:11	9:05	8:57	9:08	9:13	8:49	10:00	9:49	9:26	9:37	8:45	
Refeições	1:56	1:43	2:10	1:49	1:54	1:57	1:52	2:08	1:51	2:09	1:59	1:54	
Outros cuidados pessoais	0:50	0:50	1:22	0:57	0:47	0:51	0:57	0:57	1:00	1:05	1:00	0:53	
TRABALHO PROFISSIONAL E ESTUDO	7:33	5:53	0:15	0:28	5:09	5:24	0:34	0:36	0:13	0:36	0:10	4:38	
Trabalho profissional	6:42	5:10	0:08	0:11	0:16	0:11	0:31	0:33	0:12	0:02	0:06	3:14	
Estudo e formação	0:08	0:07	0:06	0:08	4:50	5:11	0:00	0:00	0:00	0:26	0:03	1:02	
Trajecto de e para o emprego	0:42	0:35	0:00	0:09	0:01	0:01	0:03	0:02	0:00	0:08	0:01	0:21	
TRABALHO DOMÉSTICO E CUIDADOS À FAMÍLIA	0:54	3:57	2:08	5:58	0:22	1:00	7:21	2:08	5:19	1:26	4:51	2:42	
Trabalhos Domésticos	0:20	3:00	0:51	4:16	0:10	0:46	5:50	0:46	4:23	0:35	3:53	1:55	
Compras	0:09	0:17	0:12	0:37	0:06	0:08	0:20	0:18	0:16	0:12	0:24	0:14	
Cuidados às crianças e adultos	0:07	0:27	0:03	0:54	0:01	0:02	0:36	0:07	0:11	0:03	0:21	0:14	
Construção, Reparação e manutenção	0:04	0:01	0:16	0:00	0:01	0:00	0:01	0:12	0:00	0:07	0:00	0:03	
Jardinagem, Cultivo de Hortas e Quintais e Cuid. a Animais	0:10	0:10	0:43	0:11	0:03	0:02	0:32	0:43	0:27	0:27	0:11	0:15	
ACTIVIDADES CÍVICAS E DE VOLUNTARIADO	0:09	0:13	0:20	0:49	0:13	0:10	0:33	0:22	0:36	0:08	0:38	0:17	
Apoyo informal a outras famílias	0:03	0:04	0:08	0:38	0:00	0:01	0:22	0:10	0:15	0:03	0:31	0:07	
CONVÍVIO	0:46	0:30	2:03	0:40	0:55	0:58	0:31	1:11	0:53	2:15	0:39	0:47	
Convívio	0:43	0:27	1:57	0:40	0:49	0:54	0:31	1:09	0:50	2:12	0:33	0:44	
Festas	0:02	0:00	0:05	0:00	0:04	0:02	0:00	0:01	0:00	0:03	0:04	0:02	
Conversas ao telefone	0:00	0:01	0:00	0:00	0:01	0:00	0:00	0:00	0:01	0:00	0:01	0:00	
LAZER	2:30	1:42	4:50	2:26	3:58	2:53	2:27	5:26	3:24	5:19	3:34	2:52	
Saídas	0:10	0:06	0:19	0:09	0:07	0:04	0:15	0:45	0:41	0:27	0:20	0:14	
Leitura	0:10	0:07	0:34	0:08	0:05	0:06	0:05	0:23	0:07	0:18	0:03	0:09	
Rádio/Música	0:03	0:02	0:08	0:00	0:05	0:06	0:01	0:10	0:04	0:18	0:02	0:04	
Televisão e vídeo	1:43	1:17	3:05	1:55	2:13	1:57	1:59	3:12	2:23	2:56	2:45	1:56	
Desportos, Passatempos e Jogos	0:22	0:08	0:42	0:13	1:26	0:37	0:04	0:54	0:07	1:18	0:21	0:27	
TRAJECTOS QUE NÃO OS DE E PARA O EMPREGO	1:07	0:55	1:37	1:44	1:28	1:28	0:50	1:05	0:48	1:27	1:28	1:07	
ACTIVIDADES MAL DEFINIDAS	0:01	0:00	0:04	0:05	0:01	0:01	0:00	0:01	0:01	0:05	0:00	0:01	

Dormir, comer e cuidados pessoais ocupam metade do dia

Quase metade do dia é passado a *manter a “máquina” em funcionamento* - dormir, enquanto sono principal ou apenas sesta, cuidados de higiene ou tomar as refeições, mesmo que seja um café ou um snack ocupam, em média, o equivalente a praticamente 12 em cada 24 horas.

O trabalho profissional representa cerca de 3 horas diárias, subindo naturalmente quando nos centramos na população empregada, cujo valor médio, no caso dos homens é de 6 horas e 42 minutos e de 5 horas e 10 minutos no que respeita às mulheres.

O estudo / formação que ocupa globalmente 1 hora diária, regista no caso dos estudantes, um valor bem mais elevado, em média 5 horas. O trabalho doméstico e os cuidados à família, os quais, no conjunto da população absorvem em média, quase 3 horas diárias, apresenta, contudo, flutuações significativas quando se analisa a situação por condição perante o trabalho. É assim que, num dos extremos, se situa a população doméstica, cuja duração média com estas actividades é da ordem das 7 horas e 21 minutos, enquanto no extremo oposto estão os estudantes que apenas gastam, em média, 1 hora no caso das mulheres e 22 minutos no caso dos homens.

O tempo que sobra

Se, no tempo que sobra, incorporarmos o convívio (enquanto actividade principal) entre os elementos da família ou entre a família e outras pessoas não fazendo parte da mesma, verifica-se que este ocupa, em média, cerca de 47 minutos por dia. Este valor médio sobe, sobretudo, ao nível da população masculina (exceptuando o caso dos empregados e dos estudantes).

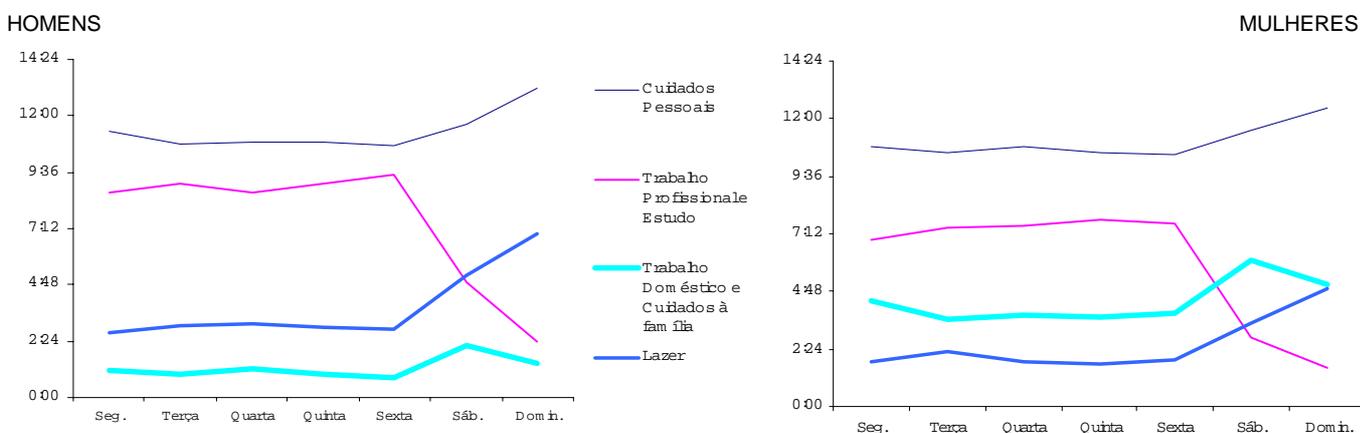
O lazer, sendo uma área que abrange actividades tão díspares como as saídas ao cinema ou ao teatro, a leitura, a audição de música, a televisão, o desporto ou, simplesmente, o “não fazer nada”, ocupa 13% do dia, ou seja, 3 horas. É a televisão a actividade que maior espaço preenche – nestas três horas, o “ver televisão”, enquanto actividade principal, representa cerca de 62% do total de tempo de lazer. Este valor cresce quando se acrescenta o tempo no qual, estando a executar outra actividade principal, como seja “tomar as refeições”, o português está em frente de um écran de televisão.

A semana versus o fim de semana – outro ritmo...

O ritmo quotidiano da população activa (empregada) é marcada pela vida profissional, a qual absorve, em média, um terço das 24 horas. Durante a semana não se registam flutuações significativas, mas chegando ao sábado este tipo de ocupação baixa praticamente para metade da duração e, ao domingo, regista apenas 2 horas.

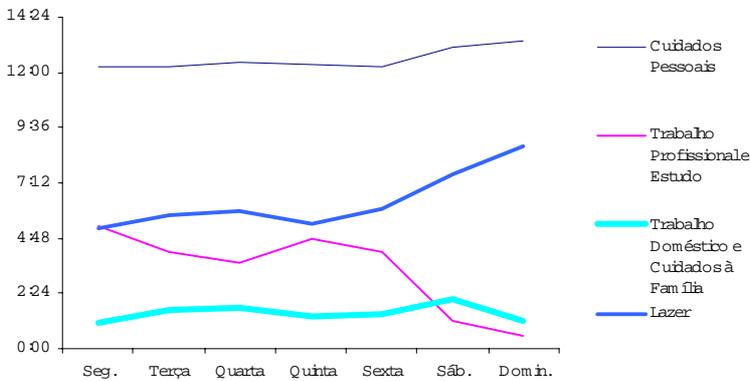
Embora este seja o perfil médio dos cinco dias úteis, a 2.^a feira apresenta-se diferente dos restantes. Com efeito, não só a duração do trabalho profissional / estudo é mais baixa, como o tempo dedicado aos cuidados pessoais é mais elevado, acontecendo o mesmo com as actividades domésticas. Os restantes dias são mais semelhantes entre si - é como se a 2.^a feira fosse a transição do fim de semana para o “trabalho”.

Duração média diária das actividades da população empregada

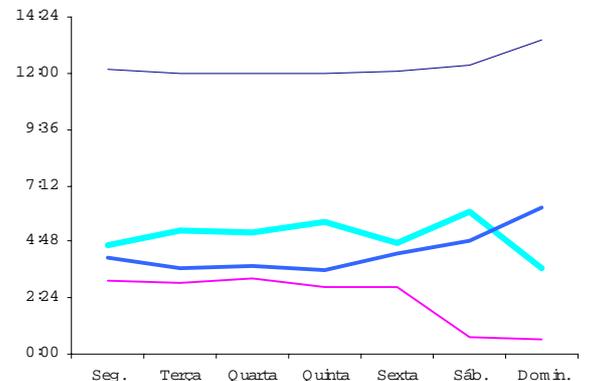


Duração média diária das actividades da população inactiva

HOMENS



MULHERES



A partir de 6.ª feira, o ritmo altera-se: o sono, as refeições e os cuidados de higiene sobem para um total de 11 horas e meia ao sábado e, no domingo, atingem um pico com um valor próximo das 13 horas. As famílias aproveitam o sábado para efectuar actividades domésticas, particularmente as mulheres. O lazer ganha espaço já neste dia, mas é sobretudo ao domingo que ele está patente, nomeadamente para os homens.

E no que respeita aos inactivos: será que entre estes existe também um ritmo para a semana e outro para o fim de semana?

Tal como para a população activa, também os inactivos têm um ritmo de vida diferenciado seguindo de muito perto o dos activos. No entanto e ao contrário do que sucede com os empregados, a segunda feira é marcada por uma duração mais elevada de “trabalho profissional / estudo”, no qual naturalmente o estudo é predominante, do que os restantes dias úteis da semana.

Finalmente, comparando trabalhos domésticos versus lazer, ao domingo, verifica-se que um homem inactivo dedica oito vezes mais tempo ao lazer que às actividades domésticas, enquanto que para as mulheres esta diferença é de duas horas e meia.

A sobrecarga das mulheres activas

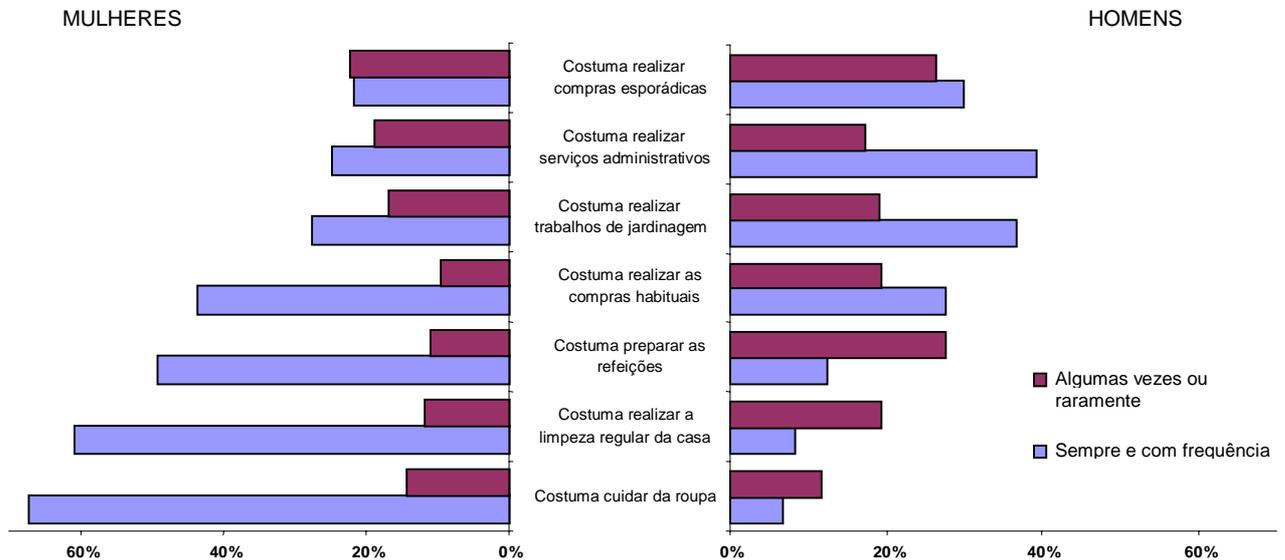
Nos dias úteis, a duração média do trabalho profissional dos homens é de 9 horas (incluindo os respectivos trajectos), enquanto que a das mulheres é de 7 horas e meia.

Por outro lado, verifica-se que, no que respeita aos trabalhos domésticos, o homem activo apenas despende com eles uma hora diária, enquanto que a mulher activa regista, para as mesmas actividades, uma duração de quatro horas; assim, em acréscimo a um horário laboral médio de sete horas e meia diárias, a mulher activa tem ainda uma jornada doméstica de 4 horas adicionais.

Se estes são valores médios para a semana, verifica-se que ao fim de semana o trabalho profissional é em parte substituído por trabalhos domésticos, particularmente no caso das mulheres. Regista-se uma diferença de quase 2 horas na jornada de trabalho profissional / trabalhos domésticos entre os homens e as mulheres, valor que sobe ainda mais ao domingo, fixando-se em 2 horas e 49 minutos em desfavor da população feminina. Esta diferença vai quase por inteiro para o lazer.

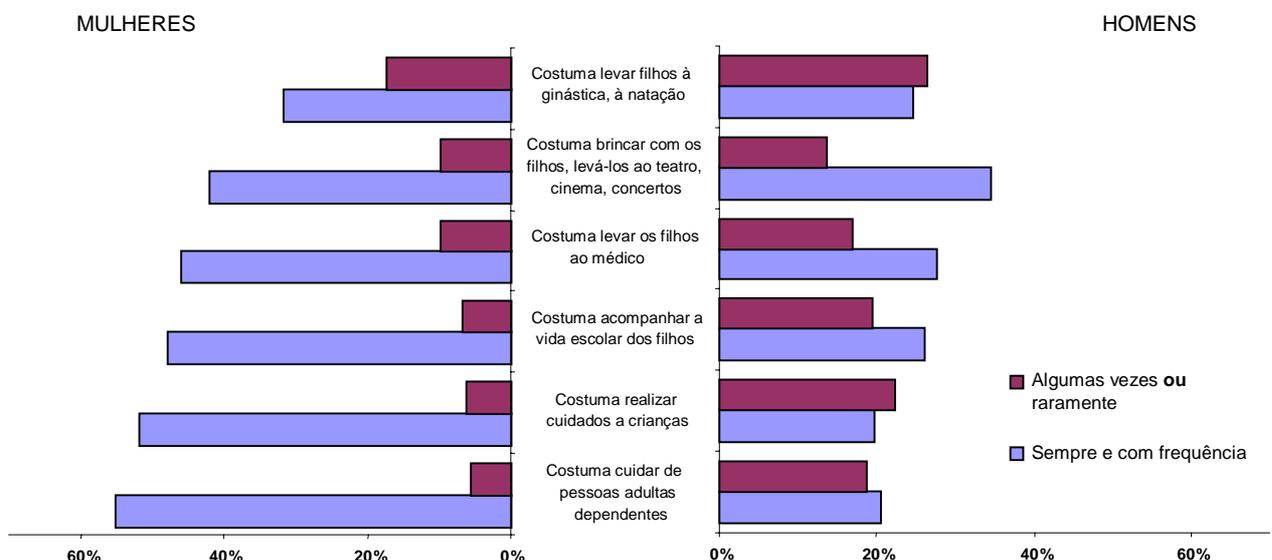
Com efeito, e analisando no contexto da família quem faz o quê e considerando apenas a população empregada, fácil é verificar que as tarefas que suportam a rotina da família são asseguradas pelas mulheres – preparar refeições, efectuar a limpeza da casa, cuidar da roupa e mesmo das compras regulares, são tarefas desempenhadas fundamentalmente pelas mulheres.

Frequência de realização de tarefas domésticas, pela população empregada



Nas actividades de “exterior”, como sejam os serviços administrativos, os trabalhos de jardinagem e as compras esporádicas, sobe a proporção de homens que as realizam “sempre” ou “com frequência”. Também nos cuidados às crianças e adultos dependentes o papel da mulher é fundamental, nomeadamente nos *cuidados às crianças* e no *acompanhamento da vida escolar*. Em qualquer destas categorias, a proporção de mulheres, que realiza estas actividades “sempre” e “com frequência” é no primeiro caso, quase tripla da dos homens e no que respeita ao acompanhamento da vida escolar é dupla. A participação dos homens com a frequência atrás referida é maior nas actividades relacionadas com “*levar os filhos ao médico*” e “*brincar, levar ao cinema, teatro, concertos, etc.*”. Os cuidados aos adultos dependentes são maioritariamente desempenhados pelas mulheres, em que a proporção, das que referiram fazer-lo “sempre” ou “com frequência” é da ordem dos 55%.

Frequência de realização de cuidados à família, pela população empregada

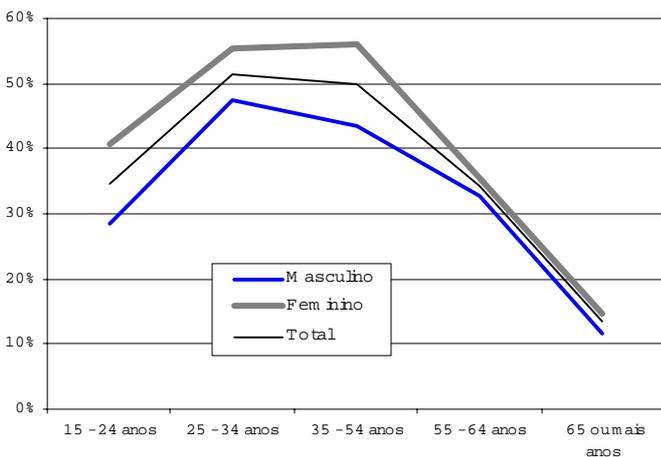


A pressa veio para ficar

Pode afirmar-se que em mais de um terço da população com 15 ou mais anos existe um sentimento de *stress*, aqui entendido como o sentir que anda apressado “*todos os dias*” ou “*com frequência*” (38,6%). Se a estes portugueses, acrescentarmos os que andam apressados “*algumas vezes*”, então mais de metade da população (54%) anda de alguma forma apressada.

Todavia, este sentimento não afecta a população da mesma forma, podendo pensar-se que este segue ou “obedece” ao ciclo de vida: com efeito, entre os 15 e os 24 anos, um em cada três indivíduos indicaram que andavam apressados (todos os dias ou com frequência); entre os 25 e os 54 anos, esta proporção passa para um em cada dois, idade que poderá ser entendida como a idade adulta, geralmente activa e que corresponde também normalmente a responsabilidades familiares; a partir dessa idade, a curva inflecte, caindo para os 34% entre 55 e os 64 anos e para os 13% no grupo etário constituído pelos indivíduos com 65 ou mais anos.

População apressada todos os dias ou com frequência, por grupo etário e sexo



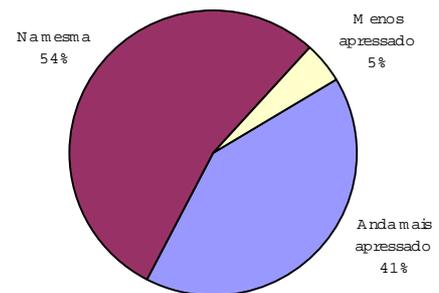
Por outro lado, este sentimento de “pressa” não só atinge mais as mulheres do que os homens, como começa mais cedo e vai até mais tarde: no escalão dos 15 aos 24 anos, em cada 100 jovens do sexo masculino, 29 diziam-se apressados; esta proporção, no caso das jovens, é de 41 em cada 100; no escalão seguinte (25 a 54 anos), atinge 45% da população masculina, enquanto no

caso das mulheres esta percentagem é de 56%. Comportamento idêntico acontece nos últimos escalões (33% *versus* 36% para o escalão 55 a 64 anos e 12% *versus* 15% para os indivíduos com 65 ou mais anos).

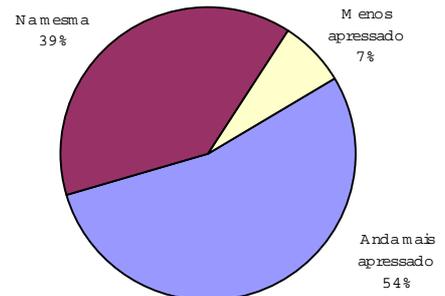
Este sentimento de “pressa” começou a alargar-se há três anos, uma vez que, actualmente, 64% da população considera que anda mais apressada do que há cinco anos mas, face ao período de três anos atrás, é menor a proporção dos que dizem que andam mais apressados.

Relativamente ao futuro, a maioria (66%) diz que não tenciona reduzir o ritmo de vida, ou seja, a pressa veio para ficar.

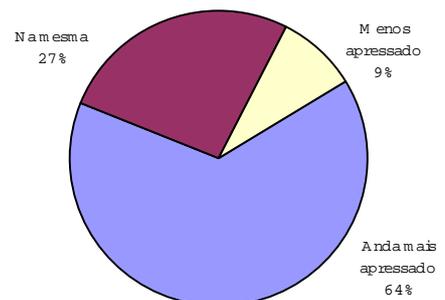
Relativamente ao ano passado



Relativamente há 3 anos atrás



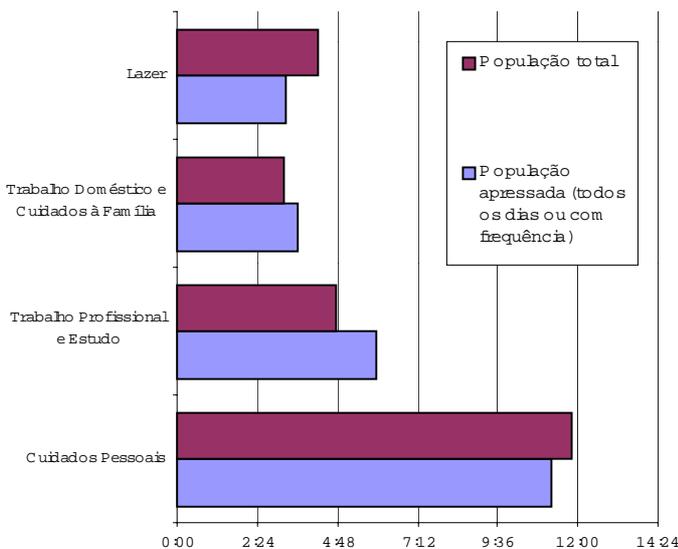
Relativamente há 5 anos atrás



Mas será que as 24 horas desta população são diferentes das da população em geral?

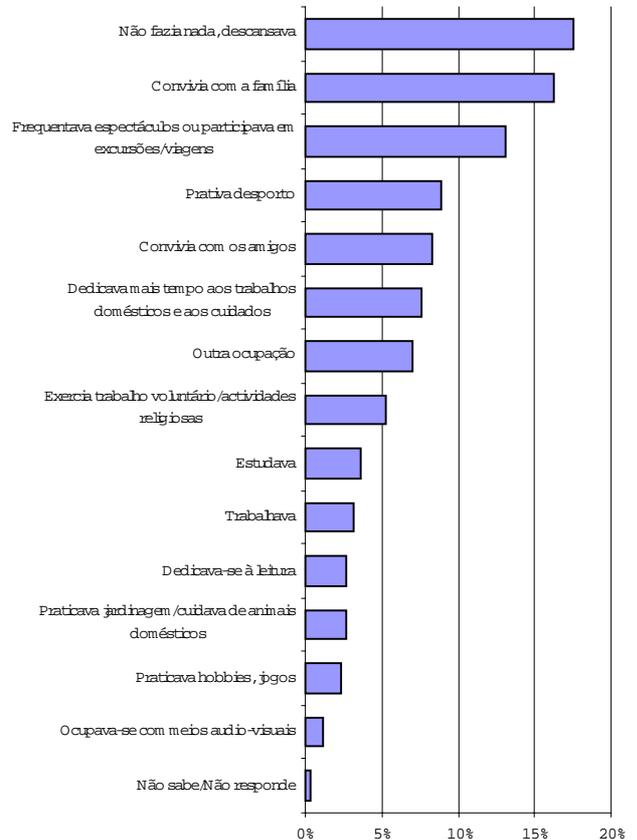
Com efeito, os portugueses que andam apressados (todos os dias ou com frequência) não só trabalham profissionalmente ou estudam cerca de mais uma hora diária, como é também maior a duração dos trabalhos domésticos e cuidados à família; daí que as necessidades básicas como o sono ou o comer ocupem menos tempo e mais importante que tudo o resto o tempo livre é reduzido de exactamente uma hora; não admira pois que acusem este sentimento de stress.

Estrutura de duração média de actividades diárias da população



O “não fazer nada”(18%), o “convívio com a família” (16%) e “com os amigos” que, no conjunto, representam 25%, são as principais escolhas para a ocupação do tempo livre de quem anda apressado (todos os dias ou com frequência). O lazer, enquanto saídas a espectáculos, participação em viagens, excursões, etc, absorve as preferências de 13% das pessoas.

Ocupação escolhida para o tempo disponível

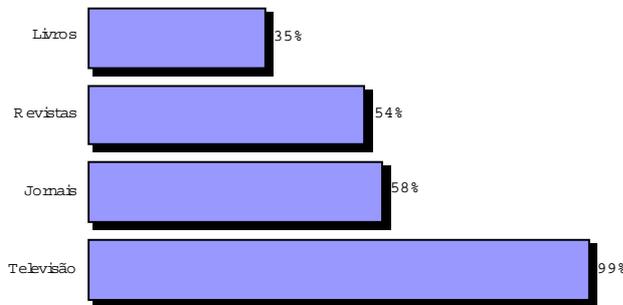


Há 600 000 indivíduos que resistem à televisão

Quase todas as famílias (97%) dispõem de, pelo menos, um aparelho de televisão; uma em cada 5 dispõe mesmo de pelo menos, três aparelhos; uma em cada 6 tem televisão por cabo e praticamente uma em cada duas famílias dispõe também de vídeo.

Não admira pois, que a televisão seja o número 1 da ocupação de lazer dos portugueses; qualquer que seja a idade ou o sexo, a grande maioria da população vê televisão “*todos os dias*” ou “*com frequência*”; apenas 6% consegue recusar, dizendo “*que não vê*” ou que “*vê raramente*”.

Lazer “dentro de casa”

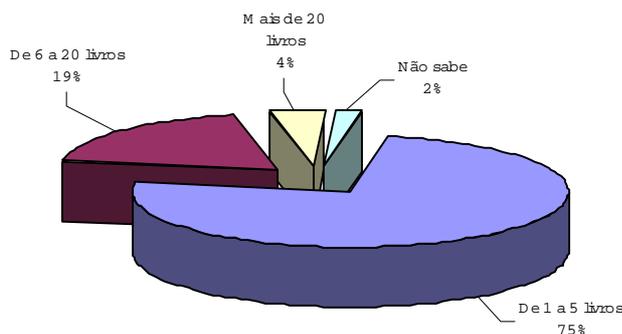


Se quase toda a população vê televisão “*todos os dias*” ou “*com frequência*”, o que varia é o tempo que se está defronte do écran, sendo que as mulheres registam uma duração inferior à dos homens.

Se a televisão é a ocupação de lazer n.º 1 dos portugueses, a leitura de jornais e revistas ocupam o 2º e o 3º lugar, respectivamente; com efeito, 58% da população com 15 e mais anos lê jornais, proporção que baixa para 54%, no que respeita às revistas. De referir que as mulheres preferem as revistas, enquanto os homens se sentem mais atraídos pelos jornais.

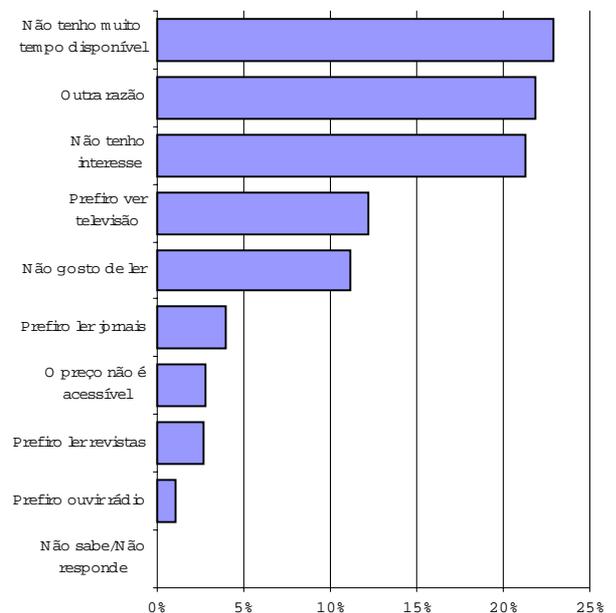
Finalmente, a leitura de livros é a que menos apetência transmite: apenas um em cada três indivíduos referiu que leu pelo menos um livro nos últimos doze meses, sendo que, os que leram entre um e cinco livros representam 74% dos que leram; daqui se deduz que não só é baixa a percentagem dos que lêem, como é sobretudo baixa a proporção dos que lêem com alguma regularidade.

População com 6 ou mais anos por número de livros que leu nos últimos 12 meses



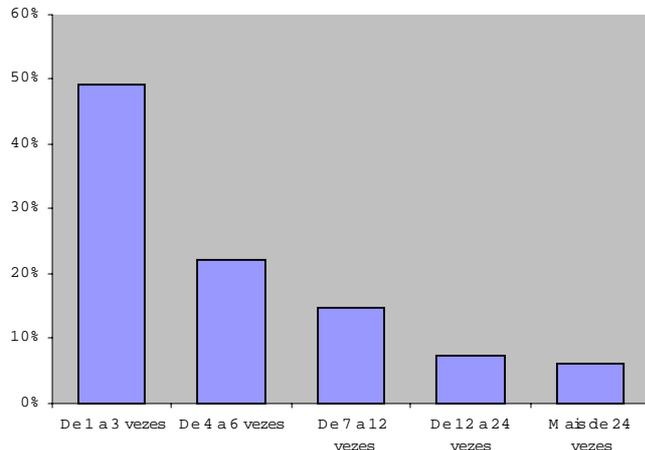
A “ausência de tempo disponível”, bem como a “falta de interesse”, são as principais razões para a não leitura. Embora não referida como razão, não é possível esquecer que existe uma franja de população que não lê, porque a sua capacidade para o fazer é reduzida.

População com 6 ou mais anos que não leu nenhum livro no último ano, segundo as razões de não leitura



Até aqui abordou-se sobretudo o lazer “dentro” de casa. Mas o que se passa com as saídas identificadas com os espectáculos vivos ou o cinema, ou mesmo a prática de um desporto? O cinema constitui alternativa de lazer para 32% da população observada, ou seja, 1 em cada 3 indivíduos foi ao cinema pelo menos um vez nos 12 meses anteriores ao inquérito. No entanto, dos que afirmaram ter ido ao cinema, quase metade apenas o fez entre 1 e 3 vezes; só 14% foi com alguma frequência (12 ou mais vezes).

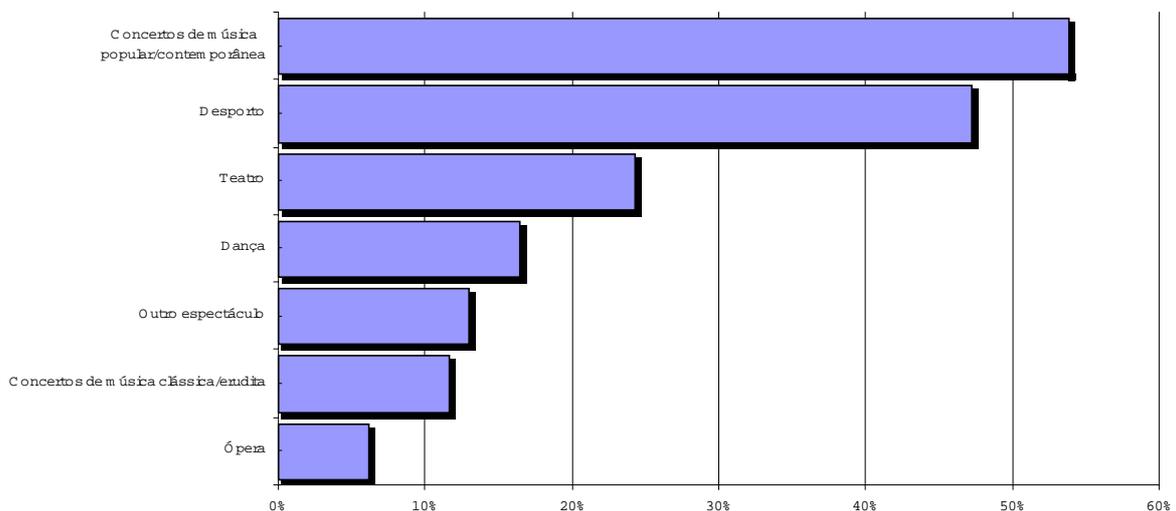
População com 6 ou mais anos, segundo a frequência com que foi ao cinema, nos últimos 12 meses



A principal razão apontada para este comportamento é a “ausência de tempo disponível” (28%) e, em segundo lugar, a de “preferir ver televisão” (22%). No entanto, e embora não explicitamente identificadas, deverão estar presentes a não existência de salas de cinema em áreas acessíveis à população (pode-se verificar que as regiões do Norte e de Lisboa e Vale do Tejo absorvem, no conjunto, 69% das salas de cinema do país e 75% dos espectadores). Também neste caso, as dificuldades de leitura (de legendas) são para alguns uma razão para a não frequência das salas de cinema. O preço dos bilhetes é motivo para a ausência de frequência de 13% da população.

Se o cinema constitui uma alternativa para um terço da população, os espectáculos vivos vão ao encontro do interesse de, pelo menos, 44% da população. Por outro lado, mais de metade dos que foram a um espectáculo deste tipo frequentaram concertos de música popular, moderna ou contemporânea; os espectáculos desportivos surgem em 2º lugar (47%), seguindo-se o teatro (24%).

População com 6 ou mais anos, segundo o tipo de espectáculo frequentado nos últimos 12 meses



Uma questão é assistir a espectáculos de desporto; outra questão é efectivamente praticar desporto. Na verdade, é apenas de 30% a proporção dos que afirmaram ter praticado algum desporto nos doze meses anteriores ao inquérito. Os jogos de bola, a bicicleta e a natação são as modalidades preferidas pela parte da população que pratica algum tipo de desporto.