

**IMPACTO DA
PANDEMIA
NAS
PESSOAS
LGBT+ :
7 MESES
E 12 MESES
DEPOIS...**





CIG

**COMISSÃO PARA A CIDADANIA
E A IGUALDADE DE GÉNERO**

Presidência do Conselho de Ministros

ILGA

INTERVENÇÃO LÉSBICA, GAY,
BISSEXUAL, TRANS E INTERSEXO



rede ex aequo

associação de jovens lésbicas, gays,
bissexuais, trans, intersexo e apoiantes

**IT GETS
BETTER
PORTUGAL**



CasaQui

associação de solidariedade social

API ASSOCIAÇÃO
PLANOi
PARA A
IGUALDADE E
INCLUSÃO



**OPUS
DIVERSIDADES**

Entidades apoiantes / Parcerias

Apresentação

Os resultados apresentados neste relatório foram obtidos no âmbito de uma investigação em curso na Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação na Universidade do Porto, cujo objetivo é avaliar o impacto da pandemia de COVID-19 na população LGBT+.

A primeira fase do estudo decorreu entre 17 de abril e 4 de maio de 2020 (coincidente com o 1º confinamento geral). No presente relatório é apresentada uma breve panorâmica da situação das pessoas LGBT+ em dois momentos posteriores: cerca de 7 meses (novembro/dezembro de 2020) e 12 meses (março de 2021) após a primeira recolha de dados (abril-maio de 2020).

Caracterização da amostras

Amostra 1

Estes dados foram recolhidos cerca de **7 meses depois do início da pandemia** de COVID-19 em Portugal, entre 6 de novembro e 21 de dezembro de 2020. Responderam ao inquérito **257 pessoas**, dos 16 aos 58 anos, com uma **idade média de 34 anos**.

A maior parte vivia numa **zona** urbana (81%) e os restantes 19% numa zona rural. No que diz respeito às **habilitações académicas**, 7% tinham completado o ensino básico, 27% o secundário e 66% o superior.

Quanto ao **sexo atribuído à nascença**, 51% eram do sexo masculino e 49% do sexo feminino.

Quanto à **identidade de género**, a larga maioria identificou-se como cisgénero (84%), seguindo-se as pessoas não binárias (9%) e trans (6%). Menos de 1% identificou-se com outra identidade de género.

No que diz respeito à **orientação sexual**, 62% identificaram-se como lésbicas/gays, seguindo-se as pessoas bissexuais (21%), as pessoas pansexuais (11%) e as pessoas assexuais (3%). As restantes pessoas identificaram-se com outras orientações (2%).

Caracterização da amostras

Amostra 2

Estes dados foram recolhidos cerca de **1 ano depois do início da pandemia** de COVID-19 em Portugal, durante o mês de março de 2021, o que coincide com o 2º confinamento. Responderam ao inquérito **130 pessoas**, dos 17 aos 57 anos, com uma **idade média de 30 anos**.

A maior parte vivia numa **zona urbana** (72%) e os restantes 28% numa zona rural. No que diz respeito às **habilitações académicas**, 3% tinham completado o ensino básico, 31% o secundário e 66% o superior.

Quanto ao **sexo atribuído à nascença**, 54% eram do sexo masculino e 46% do sexo feminino.

Quanto à **identidade de género**, a larga maioria identificou-se como cisgénero (84%), seguindo-se as pessoas não binárias (9%) e trans (6%). Menos de 1% identificou-se com outra identidade de género.

No que diz respeito à **orientação sexual**, 62% identificaram-se como lésbicas/gays, seguindo as pessoas bissexuais (21%), as pessoas pansexuais (11%) e as pessoas assexuais (3%). As restantes pessoas identificaram-se com outras orientações (2%).

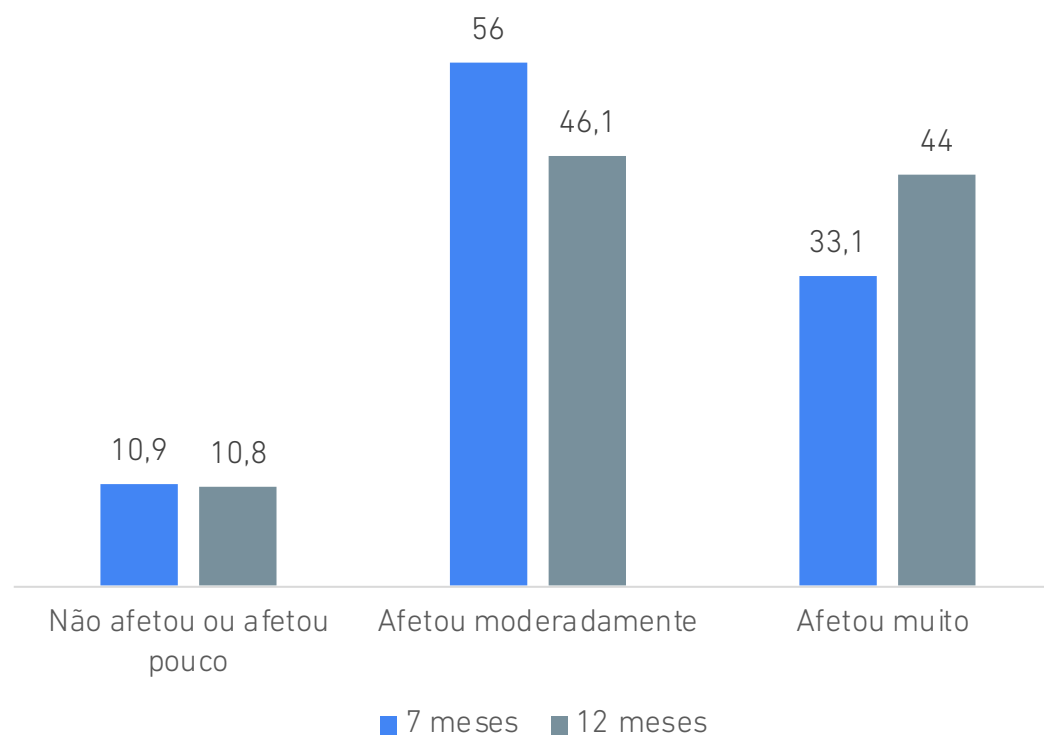
Impacto da pandemia a nível individual



Durante as últimas 3 semanas, até que ponto é que a pandemia de COVID-19 afetou a sua vida? [%]

Nos dois momentos de avaliação, a larga maioria das pessoas inquiridas sentiu que a sua vida foi moderada a severamente afetada pela pandemia.

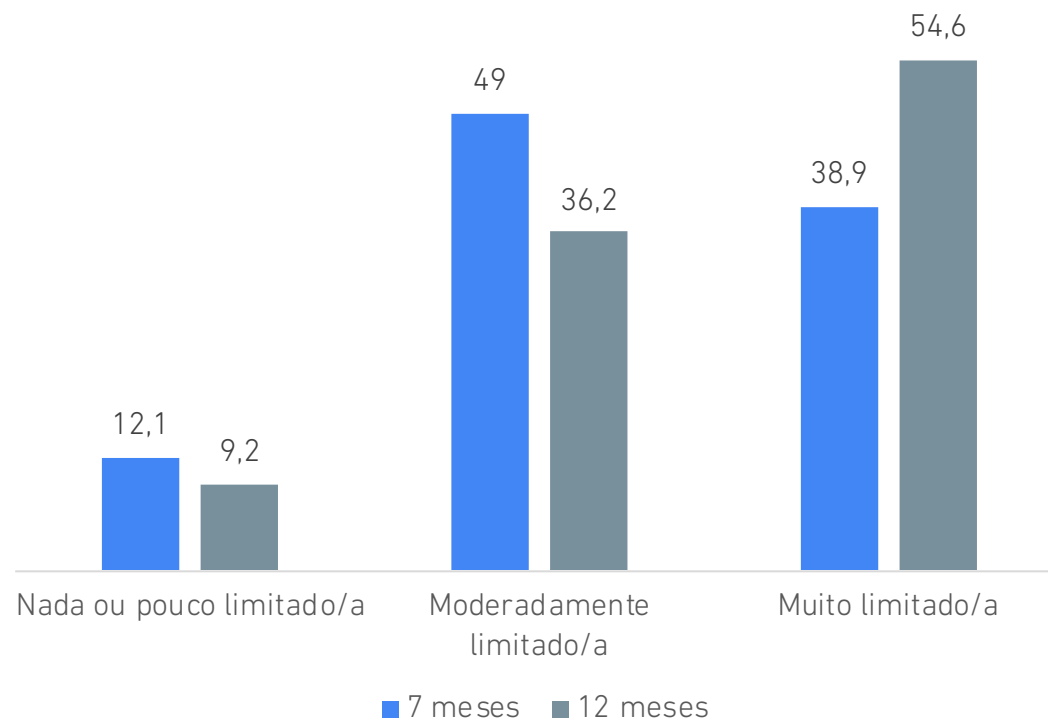
Em março de 2021 a percentagem de pessoas que afirmou que a pandemia afetou muito a sua vida aumentou relativamente ao período de novembro/dezembro de 2020.



Até que ponto se sente limitado/a para realizar atividades habituais devido à pandemia de COVID-19? [%]

A maior parte das pessoas inquiridas sentiu-se limitada nas suas atividades quotidianas nos dois momentos de avaliação.

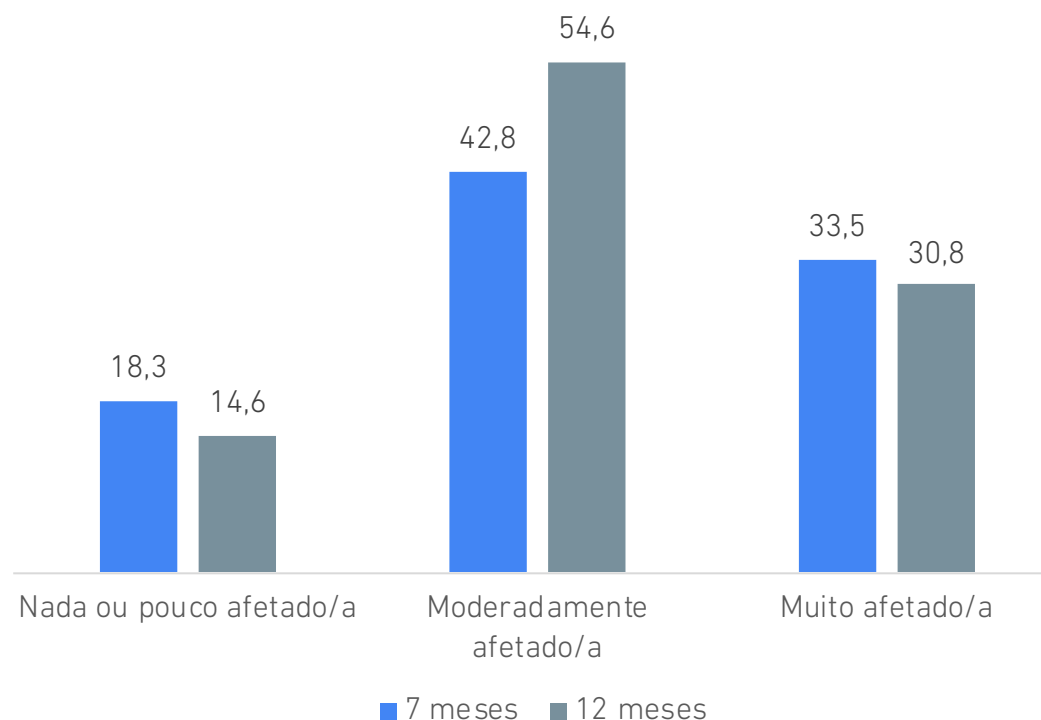
Em março de 2021 a percentagem de pessoas que se sentiam muito limitadas aumentou expressivamente relativamente ao período de novembro/dezembro de 2020.



Até que ponto é que a pandemia COVID-19 o/a afetou emocionalmente (fez com que ficasse zangado/a, assustado/a, perturbado/a ou deprimido/a)? [%]

Nos dois momentos, a larga maioria das pessoas inquiridas sentiu-se emocionalmente afetada pela pandemia quer no 1º momento, quer no 2º momento de avaliação (76.3% e 85.4%, respetivamente).

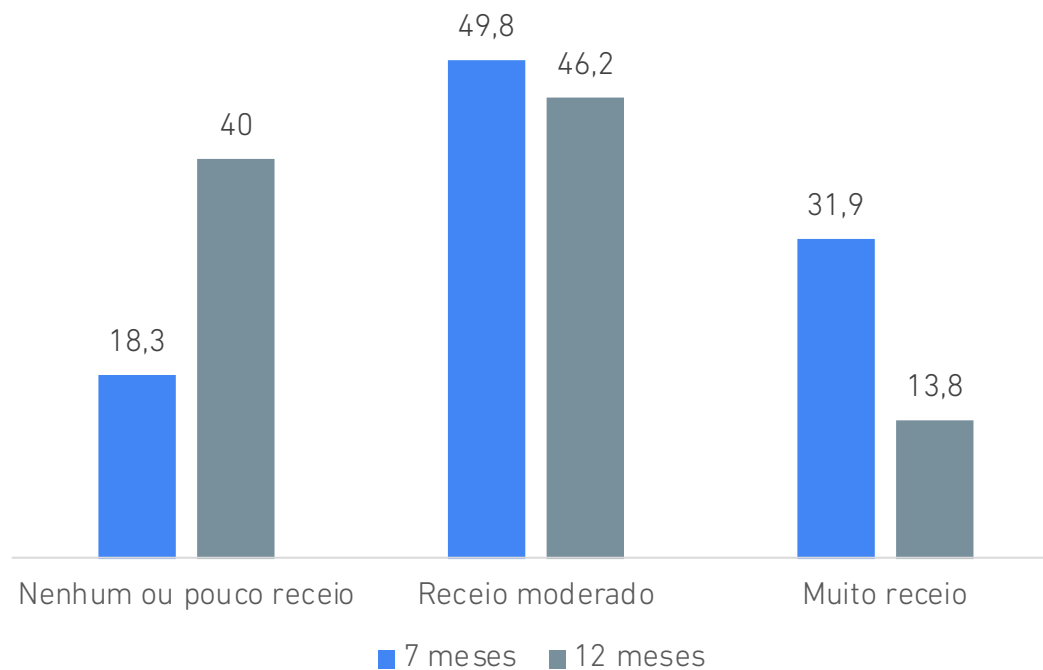
Em março de 2021 a percentagem de pessoas que se sentiam moderadamente afetadas aumentou expressivamente relativamente ao período de novembro/dezembro de 2020.



Até que ponto tem receio de vir a ser infectado/a com o novo coronavírus? [%]

Cerca de metade das pessoas inquiridas manifestou um receio moderado de infeção dois momentos de avaliação.

Contudo, em março de 2021 o receio elevado de infeção diminuiu expressivamente relativamente ao período de novembro/dezembro de 2020.

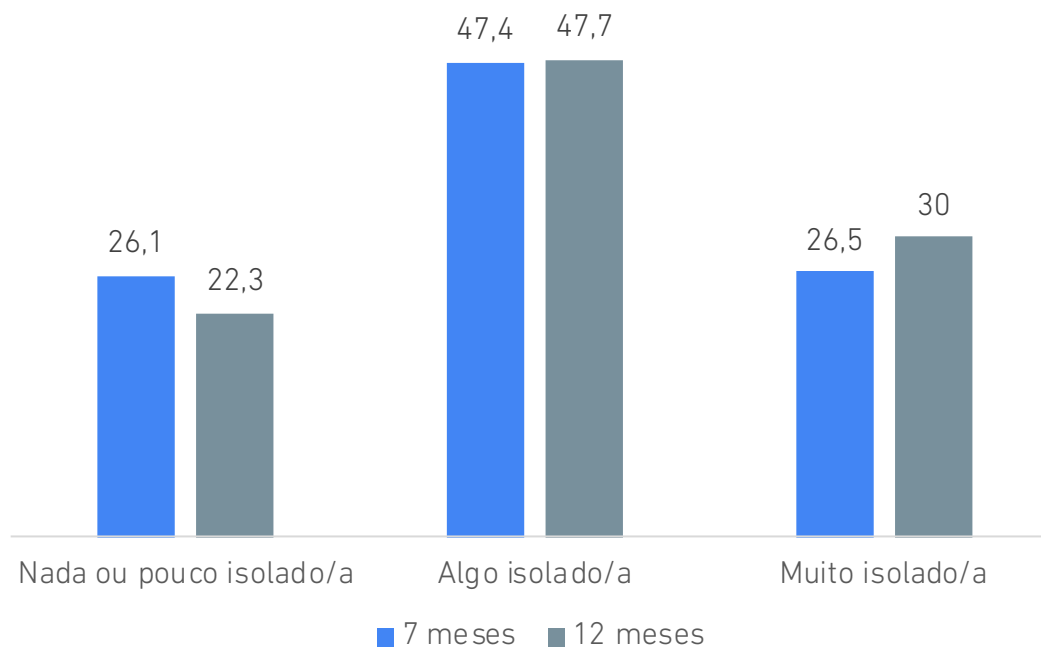


Impacto da pandemia a nível social (amigos e família)



Até que ponto é que a pandemia COVID-19 o/a fez sentir-se isolado/a dos seus/suas amigos/as heterossexuais ou cisgénero? [%]

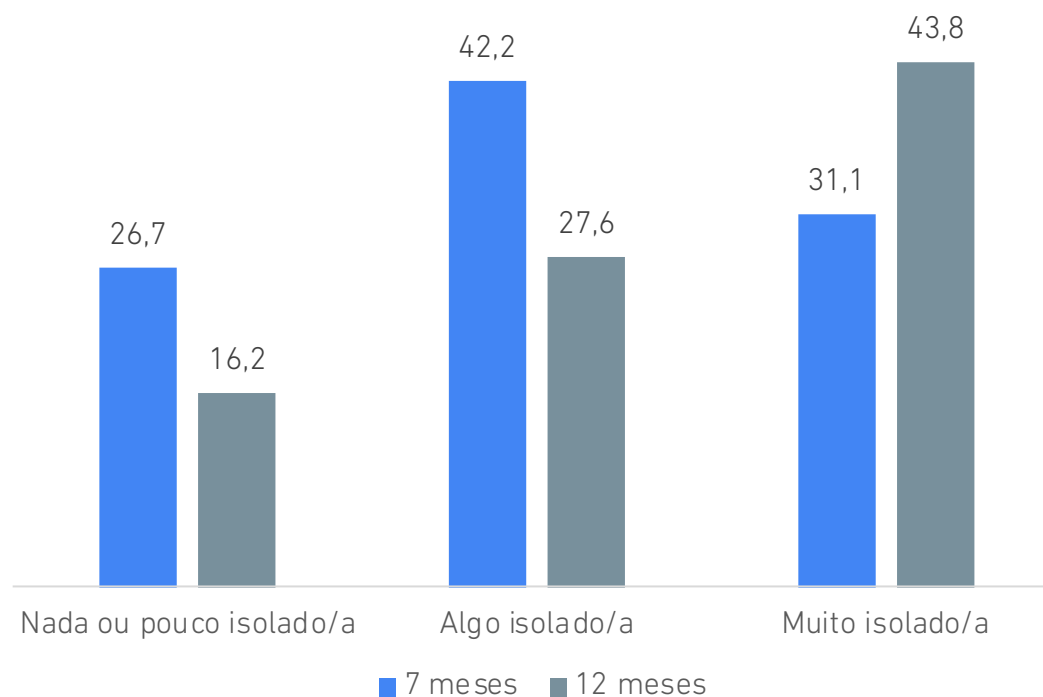
Nos dois momentos, a larga maioria das pessoas inquiridas sentiu-se emocionalmente afetada pela pandemia quer no 1º momento, quer no 2º momento de avaliação (76.3% e 85.4%, respetivamente).



Até que ponto é que a pandemia COVID-19 o/a fez sentir-se isolado/a dos seus/suas amigos/as LGBT+ [%]

A larga maioria das pessoas sentiu-se isolada dos/as amigos/as LGBT+ quer no 1º quer no 2º momento de avaliação (73.3% e 71.4%, respetivamente).

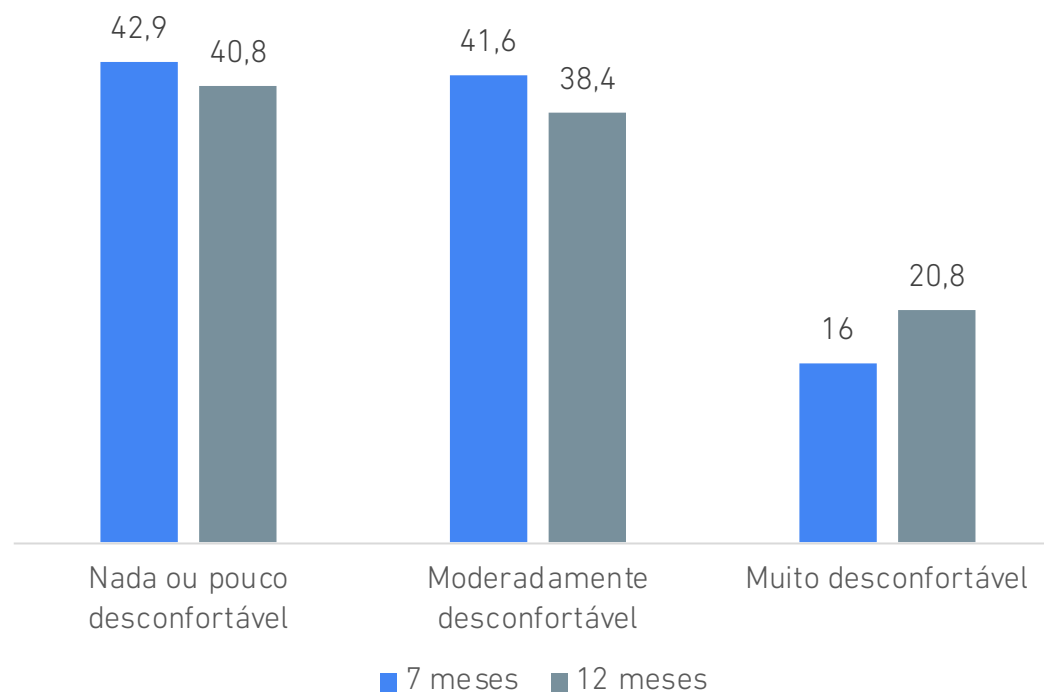
Em março de 2021, a sensação de isolamento elevado aumentou de forma expressiva relativamente ao período de novembro/dezembro de 2020.



Em que medida é que se sente desconfortável na sua família, na situação atual? [%]

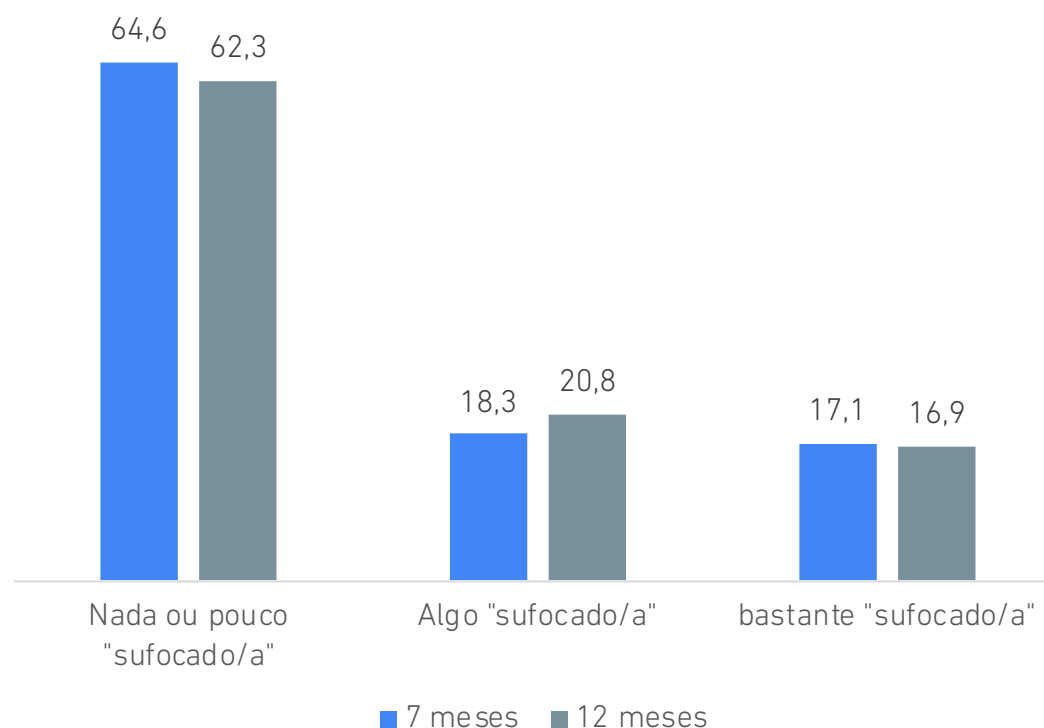
Cerca de duas em cada cinco pessoas não se sentiu desconfortável com a família. No entanto, a mesma proporção sentiu algum grau de desconforto.

Em março de 2021, o número de pessoas que sentiu muito desconfortável na sua família aumentou ligeiramente relativamente ao período de novembro/dezembro de 2020.



Até que ponto é que se sente “sufocado/a” por não poder expressar a sua identidade LGBT+ com a sua família na situação atual? [%]

Cerca de duas em cada cinco pessoas sentiram-se sufocadas por não poderem expressar a sua identidade LGBT+ na sua família, não se registando diferenças expressivas nos dois momentos de avaliação.



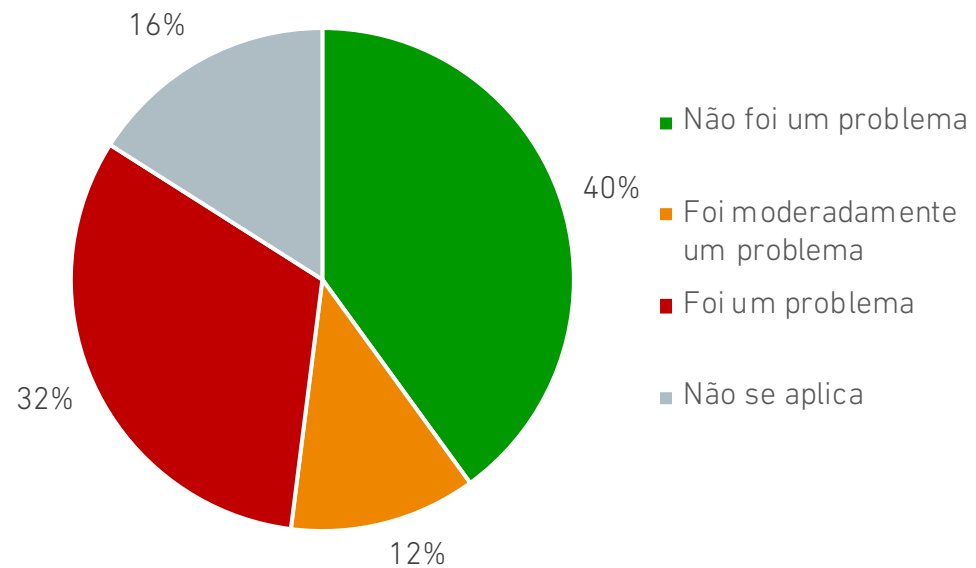
Aspetos negativos da pandemia

(nov/dez de 2020)



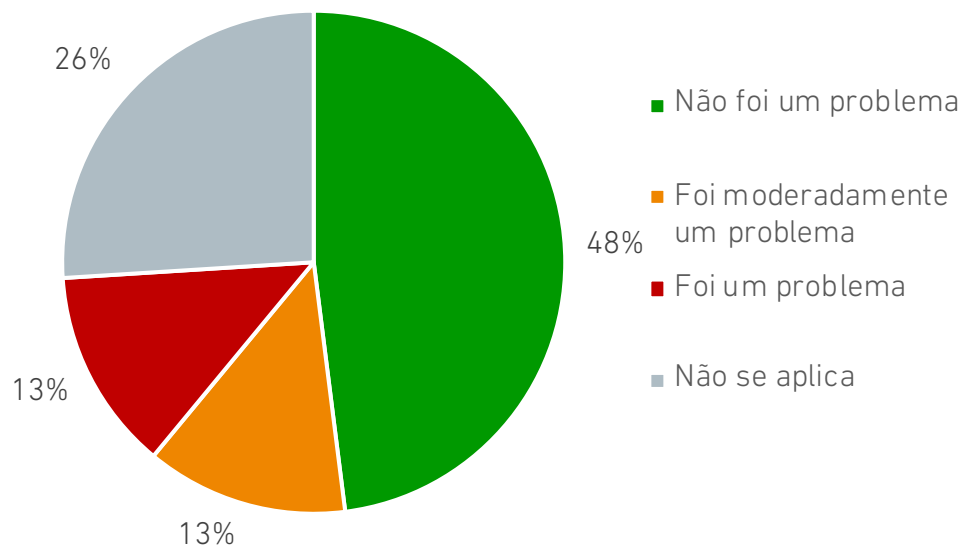
Problemas no acesso a consultas ou medicação relacionados com o processo de afirmação de género

Para 44% das pessoas trans inquiridas, o acesso a consultas no âmbito da afirmação de género foi um problema.



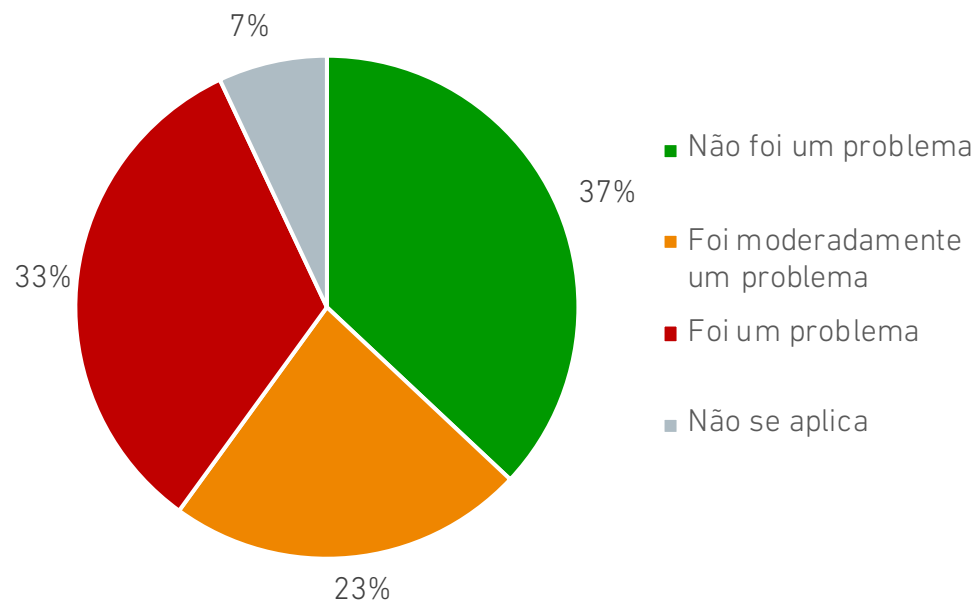
Problemas com o aumento de consumo de álcool, tabaco ou outras substâncias

Embora cerca de metade das pessoas inquiridas não se tenha debatido com este problema, uma em cada quatro (26%) consideraram problemático o consumo de substâncias aditivas durante a pandemia.



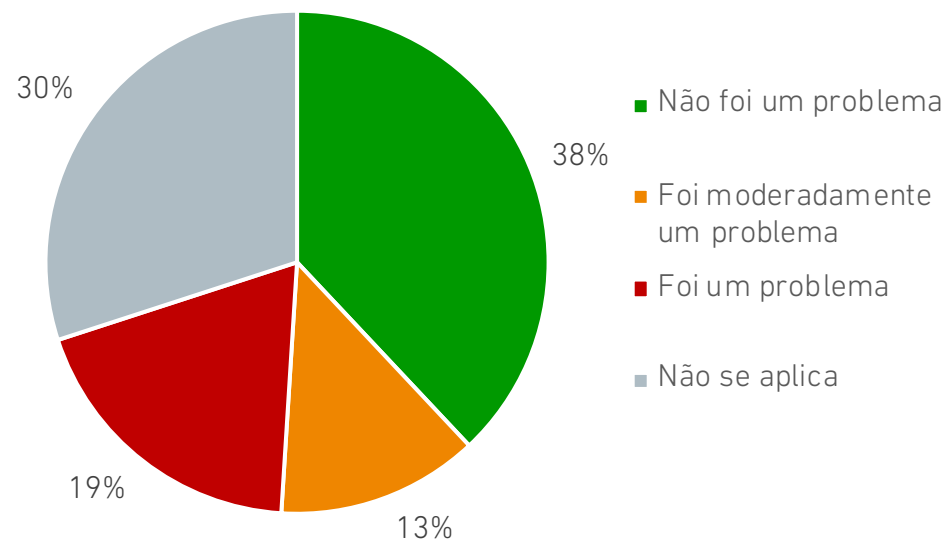
Problemas com a saúde mental ou bem estar

Ligeiramente mais de metade das pessoas inquiridas (56%) consideraram que tiveram problemas com a sua saúde mental ou bem-estar durante a pandemia.



Problema no acesso a espaço sociais ou políticos LGBT+

Para cerca de três em cada dez pessoas (32%) a pandemia dificultou o acesso a espaços sociais ou políticos LGBT+.

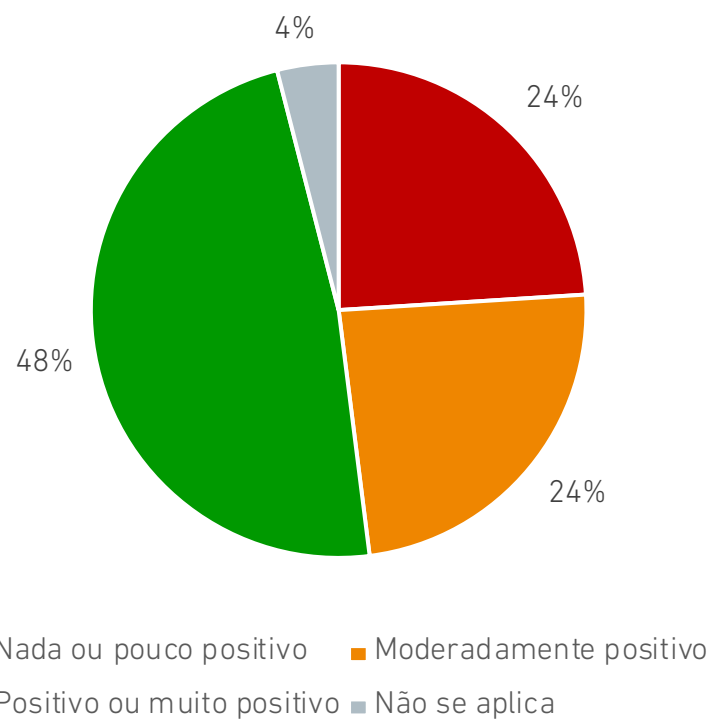


Aspetos positivos da pandemia (nov/dez de 2020)



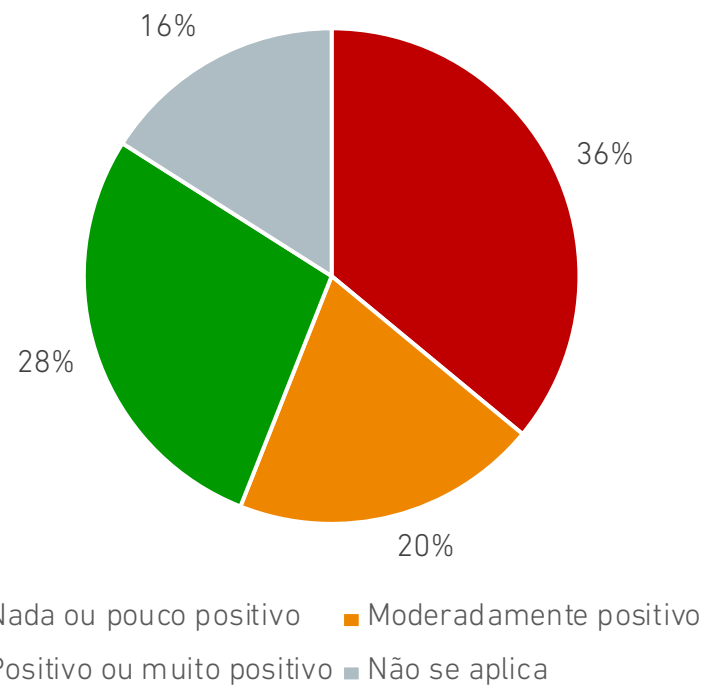
Maior disponibilidade de serviços online

Cerca de três quartos (72%) das pessoas inquiridas consideraram positiva a maior disponibilidade de serviços online durante a pandemia.



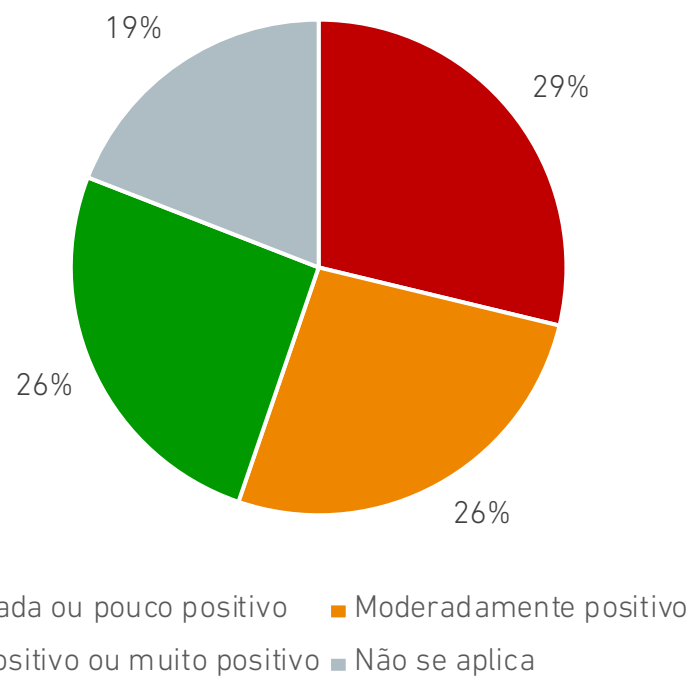
Mais amizades online

Quase metade das pessoas inquiridas (48%) considerou que um dos aspetos positivos da pandemia foi ter proporcionado mais amizades on-line.



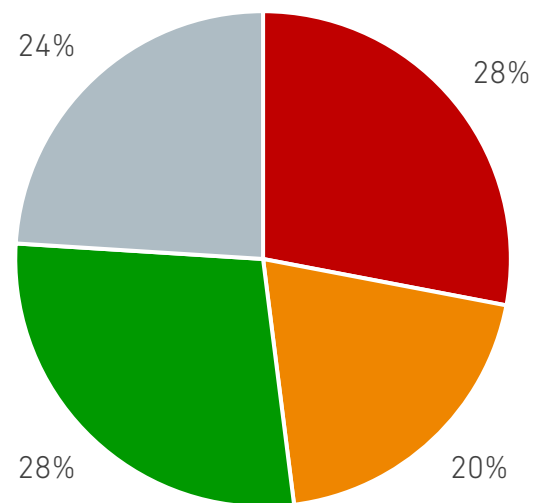
Maior sentimento de unidade e partilha

Ligeiramente mais de metade (52%) das pessoas inquiridas consideraram positivo o maior sentimento de unidade e partilha vivido durante a pandemia.



Altura para começar um novo projeto ou investir num interesse novo e sensação de aumento de criatividade

Quase metade (48%) das pessoas inquiridas consideraram positivo o facto de a pandemia proporcionar momentos de criatividade e de início de novos projetos e interesses.



- Nada ou pouco positivo
- Moderadamente positivo
- Positivo ou muito positivo
- Não se aplica

Síntese dos resultados

No que concerne ao **impacto da pandemia a nível individual**, a maior parte das pessoas inquiridas sentiu-se emocionalmente afetada e limitada no seu quotidiano. Estes sentimentos exacerbaram-se em março de 2021, o que se deve provavelmente ao facto do Estado de Emergência e do dever de recolhimento domiciliário vigorarem desde janeiro de 2021.

Quanto ao efeito da pandemia nas redes de **apoio social**, a maior parte das pessoas sentiu-se isolada dos/as amigos/as, independentemente da orientação sexual e identidade de género dos mesmos. Contudo, em março de 2021, a sensação de isolamento elevado relativamente aos/às amigos/as LGBT+ aumentou de forma expressiva. A mesma tendência verificou-se no que diz respeito ao grau de desconforto no seio familiar. Para algumas pessoas a pandemia dificultou o acesso a espaços sociais ou políticos LGBT+. Já o acesso a consultas no âmbito da afirmação de género foi um problema para metade das pessoas trans inquiridas.

Síntese dos resultados (continuação)

No que diz respeito à avaliação de **aspectos menos negativos** da pandemia, a larga maioria das pessoas inquiridas consideraram positiva a maior disponibilidade de serviços online e quase metade considerou igualmente positivo o incremento das amizades on-line e o sentimento de maior unidade e partilha.

Em síntese, a pandemia parece ter tido um impacto significativo quer a nível individual, quer a nível das redes de apoio social das pessoas LGBT+. Foi também notório um agravamento da sensação de isolamento social dos/as amigos/as LGBT+ e do desconforto no seio familiar em março de 2021 relativamente a novembro/dezembro de 2020. Uma maior disponibilidade dos serviços online e o aumento das amizades por esta via podem ter mitigado alguns dos efeitos adversos da pandemia.

Recomendações

Os resultados do presente estudo alertam para a importância de garantir a **disponibilidade de serviços psicológicos e psicossociais presenciais e online, adaptados às necessidades das pessoas LGBTQ+**, durante situações de pandemia e confinamento. Dado que estes serviços poderão não chegar a todas as pessoas de igual forma, o acesso aos mesmos deve ter em conta as necessidades particulares de grupos específicos (por exemplo, pessoas idosas, de nível socioeconómico mais baixo, imigrantes, em trabalho sexual, pertencentes a grupos racializados, em processos de afirmação de género, entre outros).

Para as pessoas LGBTQ+, as amizades com indivíduos da comunidade poderão revestir-se de especial importância, particularmente quando vivem num ambiente não afirmativo e estigmatizante da sua identidade. A utilização de aplicações online permite a conexão com redes sociais de apoio e poderá ter um papel importante na mitigação dos efeitos do isolamento social. Assim, seria benéfico o desenvolvimento no seio das associações de defesa dos direitos das pessoas LGBTQ+ de **fóruns e comunidades online que conectassem estas pessoas LGBTQ+**, particularmente as que vivem em meios rurais, com dificuldades de locomoção ou outras condições.

Serviços de Apoio

RECURSOS PARA PESSOAS LGBT+

ASSOCIAÇÃO AMPLOS

Associação de Mães e Pais pela Liberdade de Orientação Sexual e Identidade de Género

<https://www.amplos.pt>

E-mail: amplos.bo@gmail.com

Tel. Geral: 918 820 063

Tel. Porto: 913 814 884

ASSOCIAÇÃO ILGA PORTUGAL

Intervenção Lésbica, Gay, Bissexual, Trans e Intersexo

<https://ilga-portugal.pt/>

E-mail: ilga-portugal@ilga.org

- **CENTRO LGBT**

Rua dos Fanqueiros, 40 | 1100-231 LISBOA

<https://www.facebook.com/CentroLGBT>

- **LINHA LGBT**

Linha telefónica de Apoio e Informação: 218 873 922

- **SAP – SERVIÇO DE ACONSELHAMENTO PSICOLÓGICO**

E-mail: sap@ilga-portugal.pt

Tel. 927 247 468

- **DEPARTAMENTO JURÍDICO**

E-mail: jurídico@ilga-portugal.pt

- **SAV – SERVIÇO DE APOIO A VÍTIMAS LGBT**

E-mail: sav@ilga-portugal.pt

ASSOCIAÇÃO PLANO I

<http://www.associacaoplanoi.org/>

E-mail: direcao@associacaoplanoi.org

CENTRO GIS

Centro de Respostas às populações LGBT

Rua de Brito Capelo, n.º 223 - loja 40 | 4450-073 MATOSINHOS

<http://www.facebook.com/centrogis/>

E-mail: gis@associacaoplanoi.org

CASA ARCO-ÍRIS

Casa de acolhimento de emergência para vítimas de violência doméstica LGBTI

E-mail: casaarcoiris@associacaoplanoi.org

API

Associação pela Identidade, Intervenção Transexual e Intersexo

<http://apidentidade.blogspot.pt/>

ASSOCIAÇÃO NÃO TE PRIVES

Grupo de Defesa dos Direitos Sexuais

<https://www.facebook.com/ntprives/>

E-mail: naoteprives@yahoo.com

Serviços de Apoio (continuação)

CASA QUI

Associação de Solidariedade Social
Rua Ferreira de Castro | 1900-315 LISBOA
<https://www.casa-qui.pt/>
E-mail: geral@casa-qui.pt
Tel: 960 081 111

- **Gabinete de Apoio à Vítima Juventude LGBTI**
E-mail: gav@casa-qui.pt
- **Serviço de Psicologia**
E-mail: psicologia@casa-qui.pt

CLUBE SAFO

Associação de Defesa dos Direitos das Lésbicas
<https://www.facebook.com/clubesafo/>
E-mail: clubesafo@clubesafo.com

CORES UNIVERS@S

<https://www.facebook.com/coresuniversas/>
E-mail: coresuniversas@fpce.uc.pt

EXISTÊNCIAS

<https://www.existencias.net/>
E-mail: a.existencias@gmail.com
Tel. 239 837 033 / 965 592 651

IT GETS BETTER PORTUGAL

<http://itgetsbetter.pt/>
<https://www.facebook.com/Itgetsbetterpt/>
E-mail: geral@tudovaimelhorar.org

OPUS DIVERSIDADES

Rua Ilha Terceira, 34-2º | 1000-173 Lisboa
Estefânia, Metro: Saldanha
<http://www.opusdiversidades.org/>
Tel. 924 467 485

REDE EX AEQUO

Associação de jovens lésbicas, gays, bissexuais, trans,
intersexo e apoiantes
<https://www.rea.pt/>
E-mail: geral@rea.pt

PANTERAS ROSA

<http://panterasrosa.blogspot.pt/>

RUMOS NOVOS

Associação de Homossexuais Católicos
<https://www.facebook.com/rumosnovos>
E-mail: geral@novosrumos.org

TRANSEXUAL PORTUGAL

E-mail: transexual.portugal@gmail.com

GRUPO LGBTI da SEIES

Reuniões online de partilha e apoio para pessoas LGBTI
de todas as idades
<http://www.cooperativaseies.org/>
E-mail: lgbti@cooperativaseies.org
Tel. 914 423 532

Ficha técnica

Citação

Gato, J., Seabra, D., Leal, D., Silva, S., Ferreira, I., Rasteiro, I., Ribeiro, J., Silva, M.E., & Marçal, R. (2021, maio 17). Impacto da pandemia de COVID-19 em pessoas LGBT+: 7 meses e 12 meses depois.

A investigação recebeu o parecer positivo da Comissão de Ética da Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto e da Ordem dos Psicólogos Portugueses. A informação veiculada neste relatório é da exclusiva responsabilidade da equipa de investigação.

Equipa de Investigação (Portugal)

- Jorge Gato, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto
- Daniela Leal, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto
- Daniel Seabra, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra
- Sílvia Silva, Isabel Ferreira, Isabel Rasteiro, Júlia Ribeiro, Maria Eduarda Silva e Rafael Marçal (Estudantes FPCEUP)

Entidades Parceiras

- Ordem dos Psicólogos Portugueses
- CIG – Comissão Para a Cidadania e Igualdade de Género
- Associação ILGA Portugal - Intervenção Lésbica, Gay, Bissexual, Trans e Intersexo
- Rede Ex-Aequo - Associação de jovens LGBTI+ e apoiantes
- It Gets Better
- Casa Qui
- Associação Plano i
- Opus Diversidades

Design gráfico

Miguel Jesus

Fotografias utilizadas do [Unsplash](#) > capa: [Dil](#); p.6: [Huy Phan](#); p.11: [Kate Kalvach](#); p.16: [Riccardo Mion](#); p.21: [Chris Montgomery](#).

Saiba mais em:

<https://www.fpce.up.pt/queerantime/index.html>