



INSTITUTO
UNIVERSITÁRIO
DE LISBOA

Com o mundo às costas: Stress e identidades sociais nas zungueiras de Luanda

Madalena Vanda Ramos

Doutoramento em Psicologia

Orientadores(as):

Doutora, Maria Luísa Soares Almeida Pedroso de Lima, Professora
Catedrática de Psicologia Social

Iscte-Instituto Universitário de Lisboa

Doutora, Helena Cosma da Graça Fonseca Veloso, Professora de
Psicologia

UCAN-Universidade Católica de Angola

Janeiro, 2024



CIÊNCIAS SOCIAIS
E HUMANAS

Departamento de Psicologia Social e das Organizações

Com o mundo às costas: Stress e identidades sociais nas zungueiras de Luanda

Madalena Vanda Ramos

Doutoramento em Psicologia

Júri:

Doutora, Carla Marina de Matos Moleiro, Professora Associada
Iscte - Instituto Universitário de Lisboa (Presidente de Júri)

Doutora, Mariana Machado Pires Miranda, Professora Auxiliar
ISPA-Instituto Universitário de Ciências Psicológicas e da Vida

Doutor, Denis Michel Alain Pierre Sindic, Investigador
Iscte - Instituto Universitário de Lisboa

Doutora, Alice Oliveira Ramos, Investigadora Auxiliar
Universidade de Lisboa

Doutora, Maria Luísa Soares Almeida Pedroso de Lima, Professora
Catedrática
Iscte - Instituto Universitário de Lisboa

Janeiro, 2024

Dedico esta tese ao Deus do Pai Mayamona, com muita gratidão.

Agradecimento

Diante destas linhas venho expressar a tamanha alegria e gratidão pela realização do doutoramento que contou com apoio de muitas individualidades na qual estou bastante grata, por me ajudarem a concretizar este nobre sonho.

Às minhas Professoras: PhD Maria Luísa Lima, minha orientadora e a PhD Helena Veloso, coorientadora por terem aceites e incondicionalmente pelo vosso apoio, disponibilidade e paciência durante a pesquisa, pelos conselhos e partilhas de conhecimentos e de matérias que me ajudaram buscar sempre mais no âmbito da investigação científica e que ajudaram a crescer e não desistir mesmo quando as coisas ficaram mais complexas na fase do covid-19. Aos meus pais Domingos Ramos e Domingas, pelo incentivo, fé, esperança e determinação. Aos meus irmãos, António (in memória), Esmeralda, Leonardo, Wilson, Clementino, Joelma, pelo amor, força e atenção.

Aos meus cunhados, Sebastião André, Helga Ramos.

Aos meus sobrinhos (Márcio, Clelga, Alcía, Cleane, Ivana, Wilson), pelo carinho e amor.

A família em geral, meus sinceros agradecimentos.

Aos meus irmãos em Cristo (bispos, reverendos, pastores, anciãos e conselheiros, representantes, papás, mães, jovens e crianças) da Igreja do Nosso Senhor Jesus Cristo no Mundo os Tocoístas pela força e foco com fé.

Aos meus irmãos Tocoístas na diáspora pela coragem, fé, paz de espírito e determinação.

Aos meus colegas do serviço Universidade Agostinho Neto/Faculdade de Ciências Sociais.

Aos professores, colegas, e funcionários do Instituto Universitário de Lisboa (ISCTE) e do CIS-IUL pela atenção dispensada.

As minhas amigas e as pessoas que ajudaram direta e indiretamente a concretizar este propósito, muita gratidão.

Aos colaboradores que auxiliaram na recolha de dados da investigação.

As zungueiras que cederam seu tempo para dar os dados do dia-a-dia da atividade de venda ambulante.

Um especial agradecimento ao nosso amado Pai Sua Santidade Bispo Dom Afonso Nunes e a nossa mamã Diaconisa Feliciano Nunes como fonte inspiradora, persistência de lutar pelos sonhos.

A todos, a minha eterna gratidão.

Resumo

Este trabalho pretendeu compreender o stress na atividade das zungueiras de Luanda. Procurou ainda perceber o papel dos grupos enquanto atenuadores do impacto do stress na saúde destas mulheres. Do ponto de vista conceptual, recorremos à teoria transaccional do stress de Lazarus & Folkman, (1984) que salienta a importância da atribuição de significado na determinação da reação de stress e também à teoria da identidade social (Tajfel & Turner, 1979) e à sua ligação à saúde (Haslam et al., 2009), que mostra o papel positivo para a saúde da identificação com grupos sociais. A investigação incluiu um primeiro estudo qualitativo em que foram entrevistadas 32 zungueiras com o objetivo de identificar os fatores de stress e os grupos relevantes para este grupo profissional. Os dados foram analisados com o Nvivo 12 e serviram de base para a construção do questionário. No segundo estudo quantitativo, o questionário elaborado foi aplicado a 252 zungueiras, com tratamento de dados do SPSS na versão 26. Os resultados mostram a existência de quatro tipos de fatores de stress (Problemas com as autoridades, Insegurança, Más condições físicas de trabalho e Falta de rendimento), estando o terceiro mais ligado com o nível geral de stress e o último com relações mais sistemáticas aos indicadores de saúde. Identificámos e avaliámos a importância e o apoio de diversos grupos (família, amigas, vizinhos, zungueiras, igreja, kixikila e AVAL), mas só os três últimos apresentam um efeito moderador significativo do stress na saúde. Assim, para as zungueiras que se identificam mais com o grupo da igreja, da kixikila e do AVAL, as situações de stress moderado têm menos impacto na saúde do que para as que não estão identificadas com estes grupos. Concluimos que o stress é prejudicial à saúde das zungueiras, especialmente as que praticam a venda na rua e não estão integradas em associações coletivas. A venda ambulante sendo considerada um meio de subsistência para as famílias, contudo, é um problema de saúde pública. Por conseguinte, esta investigação pretende contribuir para que a zunga seja considerada como trabalho formal, inscrito ao serviço de segurança social.

Palavras-chave: Atividade de venda ambulante, identidade social, mercado informal, stress, zungueira.

Códigos de classificação PsycINFO:

3000 Psicologia Social

3200 Psicologia da saúde

3670 Condições de Trabalho e Segurança Industrial

Abstract

This study aimed to characterize stress in the work of zungueiras of Luanda. It also sought to understand the role of groups in mitigating the impact of stress on the health of these women. From a conceptual point of view, we used the transactional theory of stress by Lazarus & Folkman (1984), which emphasizes the importance of assigning meaning in determining the stress reaction, and also the theory of social identity (Tajfel & Turner, 1979) and its link to health (Haslam et al., 2009), which shows the positive role for health of identification with social groups. The research included a first qualitative study in which 32 zungueiras were interviewed with the aim of identifying the stress factors and groups relevant to this professional group. The data was analysed using NVivo 12 and served as the basis for constructing the questionnaire. In the second quantitative study, the questionnaire was administered to 252 zungueiras, and the data was processed using SPSS version 26. The results show the existence of four types of stress factors (Problems with the authorities, Insecurity, Poor physical working conditions and Lack of income), the third being more closely linked to the general level of stress and the last with more systematic links to health indicators. We identified and assessed the importance and support of various groups (family, friends, neighbours, zungueiras, church, kixikila and AVAL), but only the last three showed a significant moderating effect on stress on health. Thus, for zungueiras who identify more with the church, kixikila and AVAL groups, situations of moderate stress have less impact on health than for those who do not identify with these groups. We conclude that stress is harmful to health in the day-to-day activity of street vending practiced by zungueiras, especially those who sell on the street and are not part of collective associations. Street vending is considered a means of subsistence for families, it is also a public health problem. This work therefore aims to contribute to zunga being considered formal work, registered with the social security service.

Keywords: Street vending, social identity, informal market, stress, zungueiras.

PsycINFO classification codes:

3000 Social Psychology

3200 Health Psychology

3670 Working Conditions and Industrial Safet

Índice

Agradecimento.....	iii
Resumo	v
Abstract.....	vii
Lista de figuras	ix
Lista de tabelas.....	ix
Lista de abreviatura.....	ix
Introdução.....	1
Capítulo 1. Venda ambulante	5
1.1. As zungueiras de Luanda como objeto do estudo	5
1.1.1. Atividade de venda ambulante antes da independência em Angola	6
1.1.2. A atividade de venda ambulante durante a guerra civil	7
1.1.3. A atividade de venda ambulante depois da guerra civil.....	8
1.1.4. A atividade de venda ambulante atualmente.....	9
1.2. Estudos sobre as zungueiras.....	12
1.3. Justificação da pesquisa.....	16
Capítulo 2. Revisão da literatura.....	19
2.1. Stress e modelos gerais de stress	19
2.1.1. Modelo de resposta	20
2.1.2. Modelo de estímulos	23
2.1.3. Modelo transacional	24
2.1.4. Modelo de identidade social	31
2.2. Stress, saúde e relações sociais.....	33
2.2.1. Stress e saúde.....	33
2.2.2. Relações sociais e saúde	34
2.3. Stress no trabalho	40
2.3.1. Stress nos vendedores ambulantes	44
2.4 Questões de investigação e hipóteses.....	47
Capítulo 3. Estudo 1: Levantamento das opiniões das zungueiras sobre o stress e seus grupos relevantes	49
3.1. Introdução e objetivos do estudo	49
3.2. Método.....	50
3.2.1. Procedimentos	50
3.2.2. Construção do guião da entrevista.....	51
3.2.3. Trabalho do campo.....	53
3.2.4. Participantes.....	54
3.4. Resultados	56

3.4.2. Categorias encontradas	57
3.5. Discussão	94
Capítulo 4. Estudo 2: Stress e saúde nas zungueiras: o papel das relações sociais	101
4.1. Introdução e objetivos do estudo	101
4.2. Método	102
4.2.1. Instrumento de recolha de dados	102
4.2.2. Procedimento de recolha de dados	105
4.2.3. Participantes	107
4.3. Resultados	112
4.3.1. Fatores de stress nas zungueiras	112
4.3.2. Fatores de stress, stress e saúde	120
4.3.3. Identificação das relações sociais significativas	124
4.4. Discussão	133
4.4.1. Identificação dos diferentes fatores de stress das zungueiras	134
4.4.2. Comparação dos fatores de stress entre as zungueiras que vendem na praça e as da rua	136
4.4.3. Avaliação da ligação do stress a problema da saúde	137
4.4.4. Modelo de identidade social como recurso protetor do stress da venda ambulante	138
Capítulo 5. Conclusões	141
5.1. Integração do trabalho nas perspetivas teóricas invocadas	147
5.2. Ligação dos resultados obtidos aos estudos existentes	149
5.3. Ligação às hipóteses	152
5.4. Limitações do estudo	152
5.5. Recomendações para a investigação e para a prática	153
Referências Bibliográficas	155
Anexo A Consentimento informado do estudo 1 (capítulo 3)	171
Guião de entrevista	172
Anexo B Consentimento informado do estudo 2 (capítulo 4)	174
Questionário do estudo 2	175
Anexo C Fotografias das zungueiras	185

Lista de figuras

Figura 2. 1. Esquema do Modelo conceitual da tese	19
Figura 2. 2. Síndrome de Adaptação Geral.....	21
Figura 2. 3. Resposta descritiva dos sinais das alterações fisiológicas do organismo sob o efeito do stress	22
Figura 2. 4. Esquema que representa o processo de avaliação de coping	25
Figura 2. 5. Representação esquemática do modelo transacional.....	26
Figura 2. 6. Representação do modelo de identidade social ao modelo transacional de stress (Lazarus & Folkman, 1984)	32
Figura 2. 7. Modelo direto da ligação entre apoio social e saúde.....	36
Figura 2. 8. Modelo de buffer da ligação entre apoio social e saúde	37
Figura 2. 9. Ciclo virtuoso de identidade social na saúde	39
Figura 2. 10. Modelo de stress no trabalho.....	41
Figura 3. 1. Mapa administrativo da província de Luanda.....	53
Figura 3. 2. Categorias	57
Figura 3. 3. Mapa de categorias "apoio que recebem"	59
Figura 3. 4. Nuvem de palavras na categoria "apoio que recebem".....	66
Figura 3. 5. Mapa de categoria "doenças e sofrimentos adquiridos durante a zunga"	67
Figura 3. 6. Nuvem de palavras de categoria "doenças e sofrimentos adquiridos durante a zunga"	71
Figura 3. 7. Mapa de categoria "o que causa stress"	72
Figura 3. 8. Nuvem de palavras na categoria "O que causa stress"	81
Figura 3. 9. Mapa de categoria "o que faz sentir bem"	82
Figura 3. 10. Nuvem de palavras a categoria "o que faz sentir".....	84
Figura 3. 11. Mapa de categoria "zunga"	85
Figura 3. 12. Nuvem de palavras de categorias "zunga"	91
Figura 3. 13. Modelo de fatores do stress na venda ambulante das zungueiras de Luanda .	98
Figura 3. 14. Modelo de identidades sociais como fatores protetores dos efeitos de stress na venda ambulante.....	98
Figura 4. 1. Visualização da escala de resposta incluindo imagens com ícones.....	103
Figura 4. 2. Procedimentos para recolha de dados	105
Figura 4. 3. Fases de análise dos dados do estudo 2.....	112
Figura 4. 4. Betas significativas nas ligações entre os fatores de stress, stress e saúde (valores para amostra total).....	124
Figura 4. 5. Moderação da identificação com a igreja na relação entre stress geral e saúde geral.....	128

Figura 4. 6. Moderação da identificação com o grupo de kixikila na relação entre stress geral e saúde geral	129
Figura 4. 7. Moderação de identificação com o grupo da AVAL na relação entre stress geral e saúde geral	130
Figura 4. 8. Moderação de identificação com o grupo da AVAL na relação entre stress geral e saúde física	132
Figura 4. 9. Efeitos de moderação significação das relações sociais na relação entre stress e saúde (valores para a amostra total)	133
Figura 4. 10. Fatores de stress na atividade de venda ambulante	135

Lista de tabelas

Tabela 3. 1. Índice de Validade do Conteúdo.....	52
Tabela 3. 2. Dados das variáveis sociodemográficas.....	55
Tabela 3. 3. Frequência de Referências da categoria "apoio que recebem"	65
Tabela 3. 4. Frequência de Referências da categoria "Doenças e sofrimentos adquiridos durante a zunga"	70
Tabela 3. 5. Frequência de Referências de categoria "o que causa stress"	80
Tabela 3. 6. Frequência de referências da categoria "o que faz sentir bem"	83
Tabela 3. 7. Frequência de referências de categoria "Zunga"	90
Tabela 3. 8. Situações observadas no contexto da zunga	92
Tabela 4. 1. Médias de idade por local de zunga	107
Tabela 4. 2. Estado civil das zungueiras por local da zunga	108
Tabela 4. 3. Tem filhos por local de zunga	108
Tabela 4. 4. Números de filhos das zungueiras por local da zunga.....	109
Tabela 4. 5. Habilitações literárias das zungueiras por local de zunga	109
Tabela 4. 6. Anos de trabalho na zunga por local de zunga	110
Tabela 4. 7. Origem étnica das zungueiras por local da zunga	110
Tabela 4. 8. Religião das zungueiras por local da zunga	111
Tabela 4. 9. Estatística descritiva dos fatores de stress nas zungueiras (N=252 ordem decrescente de média).....	113
Tabela 4. 10. Diferenças estatisticamente significativas entre os fatores de stress nas zungueiras da praça (N=68) e da rua (N=189) (ordenados por valor do t).....	114
Tabela 4. 11. Análise fatorial em componentes principais dos 22 itens referentes às fontes de stress (Matriz rodada e estatística descritiva dos 4 fatores.....	116
Tabela 4. 12. Médias nos fatores de stress entre as zungueiras que vendem na praça e as zungueiras que vendem na rua	117
Tabela 4. 13. Diferenças significativas entre os dois grupos de zungueiras nos fatores de stress	118
Tabela 4. 14. Intercorrelações das variáveis de stress.....	119
Tabela 4. 15. Regressão múltipla dos fatores de stress no indicador de stress geral.....	119
Tabela 4. 16. Estatística das variáveis de saúde nas zungueiras (N=252).....	120
Tabela 4. 17. Diferenças entre os dois grupos de zungueiras nos indicadores de saúde....	120
Tabela 4. 18. Correlação entre os indicadores de stress e de saúde (N=252)	121
Tabela 4.18. 1. Regressão Múltipla dos fatores de stress no indicador de saúde geral	122
Tabela 4.18. 2. Regressão múltipla dos fatores de stress no indicador de saúde mental....	122

Tabela 4.18. 3. Regressão múltipla dos fatores de stress no indicador de saúde física	123
Tabela 4.19. Estatística descritiva das variáveis relativas à percepção de importância dos diversos grupos (N=252)	125
Tabela 4.20. Estatística descritiva das variáveis relativas à percepção de apoio social das zungueiras (N=252)	126
Tabela 4. 21. Análise com moderações significativas de identificação com o grupo na relação stress e saúde	126
Tabela 4.22 Regressão múltipla para testar o efeito de moderação da identificação com a igreja na relação entre stress geral e saúde geral	127
Tabela 4.23. Regressão múltipla para testar o efeito de moderação da identificação com o grupo da kixikila na relação entre stress geral e saúde	128
Tabela 4.24. Regressão múltipla para testar o efeito de moderação da identificação com o grupo da AVAL na relação entre stress geral e saúde geral	130
Tabela 4.25 Regressão múltipla para testar o efeito de moderação da identificação com grupo da AVAL na relação entre stress geral e saúde física	131

Lista de abreviatura

INE - Instituto Nacional de Estatística

COVID-19 - Doença por Coronavírus 2019

AVAL - Associação dos Vendedores Ambulantes de Luanda

DW-Development Workshopping

SPSS-Statistic Package for Social Sciences

CDs - Disco Compacto

DVDs - Disco versátil digital

IVC - Índice de Validade de Conteúdo

ASSOGE - Associação Observatório de Política de Perspetivas de Género

OMS - Organização Mundial da Saúde

SRRS - Escala de Avaliação de Reajustamento Social

VI-Variável Independente

VD- Variável Dependente

Introdução

A presente tese de doutoramento em Psicologia versa sobre as zungueiras: mulheres na atividade de venda ambulante nos mercados informais da cidade de Luanda, em Angola.

A atividade de venda ambulante é mais praticada nos países de baixo índice de desenvolvimento económico pelas populações que vivem condições mais precárias onde esta é uma saída para encarar o desafio da vida, pobreza, fome, miséria. Na ausência do emprego, esta é uma alternativa da fonte de sustento para as famílias. Em Angola, a atividade de venda ambulante teve diversas fases de evolução e é hoje praticada por mulheres, homens e crianças. Contudo, a maioria são as mulheres e por isso nesta investigação apenas vamos focalizar as mulheres zungueiras.

A atividade de venda ambulante é um emprego informal, onde os trabalhadores estão expostos às condições muito difíceis. Nos últimos anos, alguns investigadores têm pesquisado sobre a saúde ocupacional dos trabalhadores da atividade de venda ambulante e uma das dificuldades mais deparadas na investigação é a pouca literatura que aborda a saúde, bem-estar físico e mental dos trabalhadores de venda ambulante. No contexto angolano, este é o primeiro trabalho de investigação que se dedica a este tema.

Ao abordarmos a atividade e os eventos deparados no dia-a-dia das zungueiras no contexto laboral da venda ambulante, questionamo-nos sobre questões de saúde ocupacional. Será que, na opinião das zungueiras, a venda ambulante produz stress? Quais os fatores principais que contribuem para o seu stress? A experiência de stress tem impacto na saúde geral, física e mental das zungueiras? E os grupos a que pertencem: contribuem para gerir o stress de forma mais positiva? Estas, entre outras, são as questões que nos colocámos sobre a experiência de trabalho das zungueiras e as respostas estão no corpo da tese.

Para entender o stress no contexto laboral da zungueira usámos como o suporte três modelos teóricos principais: o modelo transacional de Lazarus & Folkman, (1984) que sublinha a reação de stress é feita pela atribuição de um significado mais ou menos positivo ao ambiente externo e aos recursos pessoais. Para compreender a função dos grupos na gestão do stress recorreremos à adaptação do modelo da identidade social de Tajfel & Turner, (1979) à saúde (Haslam et al., 2009), enfatizando o recurso a estratégias coletivas na avaliação da situação e à pertença ao grupo na gestão do stress e o Modelo dos fatores de stress no local de trabalho (Cartwright & Cooper, 1997) usado para a classificação dos fatores de stress no trabalho das zungueiras.

A investigação realizada está estruturada em cinco capítulos.

O primeiro capítulo debruça-se sobre a venda ambulante e pretende contextualizar o surgimento deste fenómeno para o leitor. Neste capítulo esmiuçou-se como funciona o trabalho de venda ambulante em Angola, como surgiu e a sua evolução. Resumimos também os trabalhos já realizados sobre este tema, na perspetiva de outras ciências sociais. O segundo capítulo apresenta o enquadramento teórico deste trabalho e versa a revisão da literatura baseada pelos livros e artigos divulgados sobre os enfoques de stress e modelos gerais do stress: modelo de resposta, modelo de estímulo e o modelo transacional de Lazarus & Folkman, (1984); processo de avaliação, processo de coping (focado na regulação emocional, focado no problema, religioso); o apoio social no modelo transacional de stress; modelo de identidade social; stress, saúde e relações sociais (stress e saúde, relações e saúde, modelo direto e de buffer, identidade social como buffer do stress). Resumimos aqui também a investigação no domínio do stress no trabalho e o stress no contexto da venda ambulante.

O terceiro capítulo apresenta estudo um levantamento das opiniões das zungueiras sobre o stress e seus grupos relevantes, através das entrevistas sobre os fatores de stress e a identificação dos seus grupos relevantes. A análise dos dados recorreu à análise temática e permitiu construir o questionário do estudo seguinte.

O quarto capítulo apresenta o segundo estudo. Trata-se de um estudo quantitativo, realizado por questionário, sobre stress e saúde nas zungueiras: o papel das relações sociais onde identificamos os fatores de stress nas zungueiras, bem como fatores de stress, stress e os indicadores de saúde, investigando também em particular a identificação das relações sociais significativas. Este estudo permitiu identificar os diferentes fatores de stress nas zungueiras e comparar estes fatores de stress entre as zungueiras que vendem na praça e as da rua, no qual avaliámos a ligação do stress a problemas de saúde geral, física e mental e em resposta da cura social temos o modelo de identidade social como recurso do stress da venda ambulante.

Por fim, no último e quinto capítulo teceu-se as conclusões finais sobre o percurso efetuado na investigação científica dos dois estudos, a partir dos objetivos traçados da pesquisa, fazendo uma síntese das principais reflexões realizadas ao longo da tese e suas limitações da pesquisa.

Diante o fenómeno dos desafios de venda ambulante deparados por elas, propulsionou-se o estudo dos níveis de stress no contexto da atividade em questão, com as bases teóricas para compreender e saber como conseguem gerir o stress, através do modelo transacional na visão de Lazarus & Folkman, (1984) que defendem as duas formas de avaliação que ocorrem em resposta a uma situação de estímulo ameaçador. Nesta ordem de ideias, as avaliações levam o indivíduo a pensar que tipo de recursos são necessários para enfrentar e

lidar a ameaça; o modelo da identidade social na visão de Tajfel & Turner, (1979) refere apoio social como sendo recurso, visto a partir da identidade social compartilhada. Também se fez abordagem das identidades sociais (Cruwys et al., 2016) na qual se apontou estes como fatores protetores do stress nesta população.

O objetivo central da investigação consistiu em compreender os fatores de stress das zungueiras dos mercados informais na cidade de Luanda.

Esta proposta é inovadora por se centrar numa população não estudada, as zungueiras, mulheres vendedoras do comércio de rua da cidade de Luanda, por intermédio do stress na vertente da saúde pública e as identidades sociais como cura social do stress.

Para alcançar a meta, traçaram-se os seguintes objetivos específicos que nortearam a investigação:

- ✓ Identificar os eventos da venda ambulante que influenciam aos fatores do stress das zungueiras, mulheres vendedoras dos mercados informais na cidade de Luanda durante o seu trabalho;
- ✓ Determinar o papel das identidades sociais para diminuir os efeitos do stress junto às zungueiras dos mercados informais na cidade de Luanda durante a venda ambulante.

Capítulo 1.

Venda ambulante

O capítulo que se segue consiste em caracterizar a venda ambulante na cidade de Luanda, bem como entender a causa do seu surgimento e quem a pratica na perspetiva da importância, tipo de produtos comercializados. Por um lado, saber as fases da evolução de venda ambulante e, por outro, mencionar algumas investigações sobre a referida atividade.

A venda ambulante é um fenómeno global em Angola, praticado pelos homens, mulheres e crianças.

1.1. As zungueiras de Luanda como objeto do estudo

A palavra zungueira vem do termo zunga¹ que significa rua, ambulante (Altuna, 2014; Ribas, 1997).

As zungueiras são mulheres que circulam a pé na cidade de Luanda, umas com o filho amarrado com um pano nas costas, carregam peso dos negócios na cabeça, nas costas, nas mãos e vendem em locais como: trânsito, berma da estrada, pontes, debaixo da ponte e nos prédios. Na sua trajetória na venda ambulante, para dar um rosto da comercialização dos negócios, nas zonas onde os clientes têm mais acesso de poder económico da compra dos produtos, elas exprimem o som da sua voz, cânticos e melodias da sua criatividade, fazendo marketing dos diversos tipos de produtos que estão na sua posse como: frutas, legumes, roupas, calçados, materiais escolares, doces, salgados, panelas, tigelas, produtos de comércio interno e todos aqueles que estão regulamentados na lista autorizada pelo Ministério do Comércio.

¹ Fonte: “Entrevista com falante da língua Kimbundu, a palavra zungueira deriva do vocábulo kimbundu” Ku-zunga”. Kimbundu é a língua falada originariamente pelo grupo étnico linguístico kimbundu situado em Angola, particularmente na província de Luanda, Bengo, Cuanza-Norte e Malanje. O vocábulo Ku-zunga significa deambular, passear, vaguear: Refere-se principalmente à ação da galinha que anda de um lado ao outro esgaravando o chão para achar algo de sustento para si e para os seus pintainhos. O vocábulo Ku-zunga está na forma infinitiva, tendo na sua estrutura, o elemento Ku-prefixo verbal que define o modo infinitivo de qualquer verbo, em Kimbundu; e o elemento zunga que define a categoria dos tempos, modos, vozes e pessoas verbais. A mesma palavra derivou a língua portuguesa por sufixo o verbo zungar e o nome substantivo (zunga) zungueiro (a). Assim, pelo fenómeno do aportuguesamento, zungar (zunga+ar) que significa deambular, passear, girar, percorrer; e zungueiro (a) significa aquele que vai de um lado para outro, a deambular com objetivo de fazer comércio” (Ramos et al., 2024, p. 3 ver o artigo Causa do stress no dia-a-dia da venda ambulante das zungueiras de Luanda).

As zungueiras têm a venda ambulante como ocupação laboral para o sustento das suas famílias. Importa dizer que a duração do horário de trabalho varia de zungueira para zungueira, pode iniciar às 5 ou 6 horas da manhã e o término depende do tipo de negócio que comercializa, lucro que tira, o que pode acontecer largarem à noite.

É imprescindível realçar que a atividade de venda ambulante não é fácil exercer, pois os trabalhadores circulam em qualquer lugar do centro da cidade e na periferia, até escoar todos os produtos de venda. Neste âmbito se deparam diversos obstáculos que impeçam de prosseguir. Importa realçar, tal como disse André & Luz, (2022) a venda ambulante é produto de mudanças sociais, políticas e económicas do país. Portanto, este trabalho é árduo e de muito sacrifício de horas seguidas do trabalho e quase todos os dias (Santos, 2011).

1.1.1. Atividade de venda ambulante antes da independência em Angola

Segundo Pantoja (2004), a atividade de venda ambulante em Angola surgiu no século XVII, pelas quitandeiras, mulheres que vendiam produtos na quitanda como: doces, frutas, peixe seco, comida preparada (fritos, guisados), tabaco, tecido, farinha, fuba, verdura, óleo de dendê, genguba, pimenta, amuleto, coleira, gengibre e a cola (Freitas, 2015; Lifschitz & Bonomo, 2015; Oliveira, 2016; Oliveira, 2018; Santos, 2011).

A palavra quitanda, vem de origem Ambundo, povo da comunidade etnolinguística bantu (Altuna, 2014) e significa mercado, feira, praça, posto de venda dos géneros frescos, pequenas lojas, barracas ou quindas, como refere Ribas (1989), citado por Freitas (2015).

«As quitandeiras se apresentavam com um pano de algodão negro, (...) dobrado em torno do corpo e envolve-o firmemente, a partir de suas axilas até os seus pés. Outro pedaço longo do mesmo pano preto cobre sua cabeça, atravessada sobre o peito ou pendurado livremente sobre os ombros e suas costas, mostrando apenas o seu rosto e braços» (Monteiro, 1857, referido por Pantoja, 2008, p. 88). De realçar as suas vestes eram de acordo com a origem étnica axiluanda, asonlogo, ovimbundo e luandense (Freitas, 2015; Pantoja, 2004; Santos, 2020).

No período da colonização europeia, houve descaracterização da imagem das quitandeiras (Santos, 2020), onde sofreram opressões do género, classe e raça por parte da classe social dominante. Embora as quitandeiras não fossem bem vistas no meio urbano e nas zonas periféricas da cidade (André & Luz, 2022) mesmo assim, circulavam na zona urbana.

Pantoja (2004) nos seus estudos frisa os regulamentos e restrições impostas às quitandeiras de Luanda, desencadearam conflitos entre as quitandeiras nativas e os novos comerciantes europeus, devido as vagas nas feiras e nos mercados. As quitandeiras e artesãos que não conseguiam pagar o aluguer, tiveram que se mudar do centro urbano e

foram para os musseques, a fim de exercerem suas atividades comerciais. Assim sendo, esta decisão deixou a cidade de Luanda com nova configuração, pois as quitadeiras tendiam a desaparecer da cidade, estavam concentradas nos musseques. Importa referir que as que vendiam no mercado estavam em condições de pagar o aluguer do espaço e competir com empresas que passaram a participar do abastecimento da cidade.

Pantoja (2004) demonstra que no século XIX, no período colonial, a venda ambulante realizada pelas quitadeiras, era desvalorizada socialmente. O senado da câmara de Luanda passou a expedir licenças com a intenção de disciplinar as quitadeiras na venda dos produtos: milho, farinha e feijão. Posteriormente, se verificou uma série de prisões de quitadeiras, alegando-se o incumprimento da venda de produtos pelas ruas sem a respetiva licença (Santos, 2020).

Para disciplinar as quitadeiras nos locais de venda, foi essencial o estado elaborar um plano urbanístico moderno e progressista nos moldes hegemónicos, como instrumento de domínio das populações que resistiam. Deste modo, as feiras livres em espaços, cujas regras sociais não seguiam a razão capitalista que anteriormente estavam sob domínio popular, eram subjugados à ação disciplinar dos mercados controlados pelo poder público municipal e nesta mudança ocorriam conflitos entre o poder público e as comerciantes (Luz & André, 2021; Santos, 2020).

Portanto, percebemos que a atividade de venda ambulante em Angola começou no século XVII, antes da independência, era praticada pelas quitadeiras que vendiam em lugares públicos. As quitadeiras na sua atividade de rua tinham forma típica de apresentação que identificava a sua origem étnica. Estas mulheres garantiam as grandes viagens até a América, a partir dos alimentos que vendiam (Oliveira, 2016; Oliveira, 2018).

1.1.2. A atividade de venda ambulante durante a guerra civil

Durante a guerra civil (1975-1991), a atividade de venda ambulante era designada por mercado paralelo, posteriormente, denominada como economia informal ou mercado informal entendida como sendo a economia produzida no setor informal que o governo não consegue arrecadar os impostos, apontou Queiróz (2016). Em outras palavras, o mercado informal é toda atividade sem controlo de uma instituição reguladora. A prática dos mercados informais teve aumento no período de 1977 a 1978 (Lopes, 2014).

De 1987 a 1991 foi caracterizada a economia do mercado influenciada pela dinâmica no setor informal em Luanda, pelos setores dos transportes e dos mercados urbanos. Para Viegas (2015), este setor começou a ser visível nos anos 1980, com início nos centros urbanos criando fonte de emprego e subsistência para as famílias.

A instabilidade política no período do conflito armado em Angola, de 1992 a 2002, desencadeou consequências como: o abandono da atividade de sustento na agricultura familiar, as baixas perspectivas do futuro do meio rural, falta de condições nas zonas residenciais (falta de infraestruturas, educação, saúde e trabalho), levou a população a imigrar do interior para capital de Angola (Monteiro, 2012; Samba, 2012; Santos, 2011).

A população deslocada depois de 1992 esteve em torno dos 3,5 milhões de pessoas, um aumento significativo de 13% do fluxo migratório durante o decénio 1990-2000, resultado pelas guerras civis (Rocha, 2011; Viegas, 2015). As estimativas apontadas pelo Instituto Nacional de Estatística (INE) foi à procura de subsistência e segurança política, em Luanda. As populações viviam desafios: como deslocadas de guerra, falta de emprego, pobreza, salário insustentável, situação precária das famílias, sem habitação, lavras e falta de formação (Ernesto & Capilo, 2018; Lopes, 2014; Monteiro, 2012; Santos, 2011; Sousa, 2014) todavia, estas mulheres não deixaram o sonho de uma formação e de trabalhar em empresas.

É essencial lembrar que o início da atividade de venda ambulante com termo zungueira, surge durante o período da guerra civil de 1992, devido à instabilidade política da luta armada, migração das famílias na capital do país para salvaguardar as suas vidas, bem como para obter as condições sociais favoráveis de sustento das suas famílias, assim deambulam (zungam) por toda cidade à procura de quem compre os seus produtos.

1.1.3. A atividade de venda ambulante depois da guerra civil

No ponto anterior foi visto que a atividade de venda ambulante durante a guerra civil passou a ter nova denominação de zungueira em 1992.

No que concerne à venda ambulante, depois da guerra civil, teve seu aumento explosivo em 2002 com o advento da paz, o que originou uma visão ou um conceito pelas instituições de direito, onde foram criadas leis para regulamentar e organizar as atividades de venda ambulante.

Segundo a lei das atividades comerciais, a Lei nº 1/07 (2007, p. 902) o comércio ambulante é definido como sendo toda “a atividade comercial a retalho não sedentária, exercida por indivíduos que transportam as mercadorias e as vendem nos locais do seu trânsito, fora dos mercados urbanos ou municípios e em locais fixados pelas administrações municipais”, ou seja, é “aquele que se realiza fora de estabelecimento comercial permanente, de forma habitual, ocasional, periódica ou continuada, em perímetros ou locais devidamente autorizados, instalações comerciais desmontáveis ou transportáveis, incluindo roulottes” (2007, p. 904).

Ora, a venda ambulante é legal, como consta a Lei 1/07, consagrada em 14 de maio de 2007, a Lei das Atividades Comerciais. Isto significa que no exercício do comércio de rua, as

zungueiras devem obter o cartão de vendedora ambulante com indicação do local autorizado para circulação da venda. Deste modo, quando é encontrada a vender produtos na zunga sem o cartão de vendedora ambulante, pagará uma multa ou será detida e confiscados os seus produtos.

Importa considerar que os efeitos da prática da circulação e dos escoamentos dos produtos, houve a necessidade de criar debates, palestras, conferências, projetos e programas no sentido de despertar um olhar na importância do trabalho informal das zungueiras, destacando como fonte de emprego ou posto de trabalho (Lopes, 2007).

Lopes (2008) explica que no trabalho informal existe um défice a saber:

- a) *Emprego*, a ausência de emprego formal que impele os trabalhadores informais para atividades menos remuneradoras e menos produtivas, inúmeras vezes realizadas por conta própria;
- b) *Direitos*, a economia informal é o mercado de trabalho onde se regista o maior défice de liberdade de associação, do poder de negociação, do trabalho forçado e de discriminação no trabalho, por falta de aplicação da legislação e regulamentação laboral;
- c) *Representação*, constata-se a fragilidade organizativa das instituições de representação dos trabalhadores informais, a exclusão no diálogo social com as instituições formais e com os decisores;
- d) *Proteção social*, os trabalhadores informais se confrontam, quotidianamente, com múltiplos riscos em relação aos quais não dispõem de mecanismos de proteção, com a agravante de muitas vezes não se encontrarem também contemplados pelos benefícios da proteção social pública.

Portanto, a atividade de venda ambulante depois da guerra civil na cidade de Luanda, intensificou predominantemente o número de mulheres que circulavam na rua com seus filhos ao lado, e às vezes às costas vendendo os seus produtos sem vergonha, nem medo de vender no centro urbano da cidade. A coragem destas mulheres levou a persistência delas terem a experiência de vender os produtos e circular em zonas de forte possibilidade económica de compra dos seus produtos.

1.1.4. A atividade de venda ambulante atualmente

Relativamente à atividade de venda ambulante, importa, salientar no contexto atual, as quitandeiras ainda existem, todavia, exercem a venda de produtos tradicionais, caseiros, plantas, raízes, ervas de medicina natural, produtos mágicos, religiosos de vínculos tradicionais da cultura angolana e vendem dons de vidente kimbandeira (Kasembe, 2005 113 referido por Santos 2020) em locais fixos. Elas são consideradas como as guardiãs da cultura

e da tradição angolana. Ao passo que as zungueiras vendem produtos de comércio interno, roupas, doces e salgados, vendem em circulação, porém em locais de risco, onde enfrentam sempre “operação resgate”.

É de referir que com a situação que assolava o mundo, a pandemia do COVID-19 e a crise económica, o número de desemprego aumentou consideravelmente em Angola. Segundo INE (2022), em Angola a taxa de desemprego na população com 15 ou mais anos estima-se em 30,8% sendo que com maior taxa nas mulheres 32,4% comparando com os homens 29,1%.

Quanto ao número de zungueiras já cadastradas, vale lembrar que a Associação dos Vendedores Ambulantes de Luanda (AVAL), segundo Vaga (2017), em 2017 cadastrou 3.700 vendedores ambulantes para exercerem as suas atividades nos mercados, contudo, os mercados se encontram vazios, pois os clientes acham os mercados distantes, tendo outros vendedores mais próximos fazem as suas compras. AVAL existe desde 2013, para representar os vendedores ambulantes. Estes trabalham com as zungueiras, no sentido de serem registadas com cartão, devidamente identificado com o tipo de produto e a zona onde devem comercializar os seus negócios, eles trabalham em parceria com o estado.

De realçar que as associações, sindicatos ou organizações dos trabalhadores informais são entidades que servem de suporte aos associados (vendedores ambulantes), com a função de ajudar a ultrapassar os vários desafios no contexto da venda ambulante. Nesta ordem de ideias, elas exercem dinâmicas capazes de fazer sentir o seu papel junto das zungueiras e do estado angolano. A atividade de venda ambulante é considerada como oportunidade de meios da vida, para as pessoas que perderam os seus empregos formais, usando como alternativa de fonte económica.

Segundo Candove & Janota, (2019) de novembro de 2018 a fevereiro de 2019 foram registados com cartão na província de Luanda 785 vendedores ambulantes, incluídos homens e mulheres. As zungueiras devem ser registadas nas administrações dos distritos que pertencem, no sentido de estarem identificadas com cartão de vendedora ambulante. Para tal, devem pagar uma taxa, tendo cartão de vendedora ambulante e especificado os produtos que não podem ser comercializados. A atividade da zunga passa ser legal, a partir do momento em que os praticantes obtêm o cartão de vendedora ambulante com indicação do local autorizado de venda; quando é encontrada a vender produto na zunga sem o cartão, deve pagar uma multa ou ser detida (Lei das atividades comerciais. Lei nº 1/07, 2007).

A venda ambulante atualmente, tem sido de forma desordenada e em locais não autorizados (trânsito em movimento, nas pedonais, entradas das escolas, prédios, vivendas, hospitais e empresas, nas rotundas, na berma das estradas, na linha férrea), desta forma, tem suscitado acúmulo de lixo, barulho, incómodo aos munícipes, acidentes de carros, motorizadas chocando contra as zungueiras que vendem em locais de risco.

Segundo Matondo (2020), foi lançada no final de 2018, pelos órgãos decisórios, a chamada “Operação Resgate”, que visa reforçar a autoridade do Estado em todos os domínios, para reduzir a desordem, insegurança, violência urbana e a sinistralidade rodoviária, e proibir a venda em locais de risco, bem como a venda de produtos não autorizados em mercados informais. Esta medida resultou em repressão, e consequências, agressões físicas, psicológicas, atropelamentos e mortes de zungueiras, como o caso Júlia Kafrique zungueira, assassinada em Março de 2019, na zona da “Padaria” Bairro Rocha Pinto que comercializava tomates, e, se recusou a abandonar aquele local, o agente da polícia pisa com a viatura, o seu alguidar, destruindo-lhe o negócio, e põe a viatura em marcha, os vendedores, foram retirando os seus bens apreendidos na carrinha, a quando se encontravam a vender na via pública, e este retira a sua arma de fogo e fez disparos que atingiu a zungueira (Vaga, 2020).

As instituições do estado angolano querem acabar com a venda ilegal na rua e desordenada. Esta situação tem criado braço de ferro entre as vendedoras ambulantes e o governo da província. Segundo Luamba (2022), a rotunda do Camama era um local onde havia a venda ambulante de forma desordenada, já desocupada pelos vendedores, com a presença nas ruas dos agentes de fiscalização das administrações municipais do mesmo. Relativamente à venda desordenada, o governo provincial de Luanda aprovou a estratégia para mitigação da venda desordenada, com ações previstas no plano de reordenamento do comércio nos municípios de Belas, Viana, Cacucaco, observadas em diversas avenidas da cidade capital de Luanda. O efeito observado nos municípios mencionados, deu seguimento à implementação do mesmo para outras avenidas de Luanda tais como: as de Cónego Manuel das Neves, Ngola Kiluanje, nas ruas Rei Mandume, Gajajeira, nos distritos urbanos do Sambizanga e do Rangel. Neste sentido, igualmente, para melhor organização e controlo desta atividade, foi aprovado o regulamento no decreto presidencial n.º 111/24, 17 de maio de 2024 (Lei sobre a organização, exercício e funcionamento das atividades de comércio ambulante, feirante e de bancada de mercado, 2024), para impedir a venda em lugares impróprios, todavia, passam a vender em mercados oficiais.

De realçar que o plano de reordenamento do comércio não é no sentido de acabar com a venda ambulante, contudo é para organizar a atividade comercial a nível da província, nas zonas residenciais (Portal do Governo Provincial de Luanda, 2023).

Recentemente, encerraram os armazéns do São Paulo, onde as zungueiras compravam os seus produtos a grosso, para revender em retalho. Neste local, também guardavam os seus produtos, a chamada casa de processo.

Segundo Seia (2023), no dia 22 de maio de 2023, mais de 400 zungueiras saíram à rua da cidade de Luanda, em frente ao palácio do governo provincial de Luanda, em protesto do programa de reordenamento da venda ambulante na capital de Angola, e a favor da abertura

do armazém da zona do São Paulo, e conseqüentemente a admissão da venda ambulante nesta área, pois neste local os clientes deixaram de afluir para comprar os produtos e a dinâmica do processo de aquisição de bens de primeira necessidade, ficaram impossibilitadas de obter os recursos financeiros. A decisão do fecho criou muitos conflitos das zungueiras entre os agentes e a administração do distrito de Sambizanga. No âmbito do reordenamento do comércio de rua, o governo provincial de Luanda afirma terem cadastrado mais de 2624 vendedoras, no município de Luanda, das quais 405 foram inseridas no mercado do São Paulo, onde têm efetuadas as suas vendas.

Portanto, a atividade de venda ambulante é um trabalho que faz movimentar e crescer a economia do país e dá posto de emprego, porém, no seu exercício tem sido de forma desordenada provocando diversos conflitos entre as autoridades e as zungueiras aquando encontradas a venderem em lugares não autorizados e sem identificação.

1.2. Estudos sobre as zungueiras

O estudo atual da investigação das zungueiras em Angola, está relacionado na vertente das ciências sociais, e não na vertente da psicologia. Neste ponto frisa-se de forma esmiuçada as investigações realizadas por diferentes autores, bem como as suas contribuições do trabalho de venda ambulante.

No campo da economia informal (Lopes, 2007, p. 168) debruça a conceção do microcosmo económico e social do ex-mercado Roque Santeiro, que simbolizava o país, nas diversas áreas disciplinares, destacando o comportamento dos indivíduos na compra e venda dos produtos, observada “nas despesas de consumo, a exigência que emana do reduzido nível de recursos ao dispor da maioria dos agregados familiares onde os compradores se integram; por outro lado, a matriz sociocultural impõe modelos e práticas de consumo, inscritos no quadro das relações de reciprocidade, solidariedade e ao consumo de ostentação”.

Além do mais verifica-se que no contexto deste trabalho existiu sempre risco, a diversidade de bens e serviços são alargados. Deste modo, permitiu a satisfação de algumas necessidades individuais, a partir de consumos partilhados, e a reprodução das relações sociais de negociação de preços e quantidades.

Lopes (2008) afirma que a atividade informal como uma prática tradicional antiga das quitandeiras, adaptadas pela nova realidade social e manifestada pelos problemas sociais: falta de formação profissional e ausência de alternativa de emprego para as mulheres, dificuldade de acesso à educação, falta de oportunidades iguais de formação e a falta de acesso ao mercado de trabalho. Estas causas levaram como alternativa pela necessidade de

sobrevivência (Domingues, 2019) dos agregados familiares, o ingresso das atividades de comércio da rua e redefinindo os papéis tradicionais da mulher e do homem.

O comércio de rua é considerado como uma profissão. Para Santos (2011), neste trabalho é aceite que o cliente faça kilapi (crédito), destacado em duas fases: (a) Pagamento_ o valor deve ser entregue no mesmo dia da compra; (b) O valor a pagar_ aumento da taxa de juro. Kilapi é um método que funciona como empréstimo aos clientes mais confiáveis, onde relacionamento é de amizade, conhece a casa e o local de trabalho dos clientes para pagar até três meses, por vezes cobram taxas de juros de 50% do valor de venda do produto (André & Luz, 2022).

Importa referir que kilapi, arreiô, kixikila são estratégias usadas no comércio de produtos que permitem às zungueiras obterem o dinheiro na zunga (Lobo, 2021). Esta realidade criou laços de solidariedade, capazes de encarar os negócios da zunga, pagar as despesas do lar e o sustento dos filhos. Neste âmbito, é demonstrada a expressão “arreiô” pelas vendedoras ambulantes, para anunciarem o preço de venda baixo dos produtos como roupas, utensílios de casa, bolsas, calçados, eletrodomésticos, material escolar, perfumes, cosméticos, CDs, DVDs pirateados, raízes afrodisíacas, roupas usadas, água, refrigerante, bebidas alcoólicas entre outros produtos (Santos, 2011).

Vale lembrar, aqui são demonstradas as estratégias do empreendedorismo solidário, espírito de interajuda entre as zungueiras, através do kixikila, os familiares e amigos. E essas estratégias auxiliam encarar os riscos, bem como facilitam na inserção das atividades do comércio de rua acompanhadas pelas regras de venda e compra, aquisição financeira para resolver as questões de educação dos filhos, na compra de terrenos para construção da casa própria, na manutenção da casa e dos alimentos (Lobo, 2021; Lopes, 2008; Santos, 2011; Sousa, 2016). As mulheres na zunga criaram a cooperação, cumplicidade, laços de solidariedade entre si e em relação com os seus clientes. Para elas a família tem muito valor, onde o marido é cúmplice da sua atividade, tal como enfatizaram Monteiro, (2012); Queiroz, (2016); Santos, (2019); Santos, (2011).

Tal como ressalta Sousa (2014), diante das situações de fragilidade, este trabalho contribui para o melhoramento das condições como: pobreza, exclusão, desigualdade social e em ultrapassar as experiências de vida marcada por dores, perdas, angústias e sofrimentos, lutas, contudo têm esperança e sonhos de um futuro de vida com qualidade, para si e os seus filhos tal como afirmou Samba (2012).

A prática da venda ambulante contribuiu para que a cidade de Luanda, tivesse a visibilidade da própria economia, onde apresentam configurações cosmopolitas de atualização das técnicas de venda, táticas de produção do espaço urbano como fonte do desenvolvimento, a transformação urbanística representada com as imagens das zungueiras, que produziu e redefiniu um novo espaço urbano (Queiroz, 2016; Santos, 2010).

Contrariamente, para André & Luz (2022) esta atividade trouxe a segregação sócio espacial, a informalidade na área urbana, desordem pública, paisagem cultural e a desigualdade social entre as classes que subsistem em Luanda.

Concordamos com Santos (2011) quando disse que a venda ambulante também deu ensejo na formação de hábitos de consumos entre as populações por se encarregarem de proliferar o que está na moda, trouxe a presença de comerciantes provenientes de outras partes do globo como: Mali, Costa do Marfim, Guiné Conakry, República Democrática do Congo e a China. É bem verdade que esta realidade incentivou o surgimento das cantinas criando competições entre os vendedores ambulantes e os comerciantes (documentados e não documentados) na sua maioria cidadãos estrangeiros com maior capital e outros empresários de maior possibilidade de negociação com as entidades públicas. De facto, a prática de venda ambulante tende a mudar com a entrada de muitos comerciantes do género masculino de outras nacionalidades, de diferentes idades, oriundos dos diversos territórios do país, para permanecer o vínculo afetivo com a sua terra. Tal situação se observa, por intermédio da associação com pessoas do mesmo território, redes de vizinhanças com base no grau parentesco e a língua do grupo etnolinguístico de origem, transformando os laços de solidariedade étnica.

É visível a agregação das mulheres por zonas de origem como as do espaço territorial centro de sul do país, na venda de produtos agrícolas. Elas expressam os seus conhecimentos culturais dos grupos de pertença, na vida prática criando táticas para o mercado, o que torna mais fácil na língua nacional falada na região de origem. Outra forma de agregação dos vendedores, que se observa está nos espaços de comércio, associado aos pequenos núcleos das redes de parentesco ligadas a comercialização dos seus produtos e o fracionamento das atividades comerciais por género e idade.

Monteiro (2012) afirma a necessidade de construir políticas públicas ligadas aos princípios dos direitos iguais da valorização da profissão de venda ambulante. Na visão de Sousa (2014), a atuação das entidades para com os programas económicos e sociais deve criar impacto sobre o desempenho da atividade política de emprego, segurança social e aos programas de diminuição da pobreza de maneira integrativa e participativa dos que têm a informalidade como meio de sobrevivência. No entanto, digamos que os trabalhos destas mulheres influenciam para o progresso e planificação de novas políticas públicas para atingir as esferas do desenvolvimento económico da cidade de Luanda.

O local de venda tem sido um risco (locais públicos e abertos) Mafuani (2019), as zungueiras sofrem de maus-tratos e perseguições, por parte da polícia e fiscalização. Félix (2021) disse às vezes tem acontecido atropelamentos de cidadãos e as zungueiras, nos momentos em que estão a correr de um lado ao outro. De acordo com Mafuani (2019), o local

onde os consumidores fazem as compras é sem higiene, o que significa que há acúmulo de lixo.

As zungueiras sentem-se pouco valorizadas pela sociedade, trabalham em condições precárias, sem infraestruturas nem ajuda, são perseguidas pelos polícias e fiscais que ficam com as mercadorias. Considera-se fundamental achar um modelo de plano de negócios, dirigido às atividades no mercado informal que auxilia a enfrentar as tarefas diárias para aumentar os lucros e diminuir as perdas (Francisco, 2019).

Telo (2021), na sua pesquisa da condição de vida das zungueiras e as suas famílias durante o estado de emergência e de calamidade em Angola, salienta que a fase do COVID-19 em Angola trouxe o aumento da pobreza entre as famílias das zungueiras sem recursos financeiros. Tal situação levou as mesmas a encararem as afrontas nas circunstâncias do confinamento social, de igual modo como concluiu a Associação Observatório de Políticas da Perspetiva de Género (ASSOGE) tal situação teve impacto sobre COVID-19 na vida das zungueiras referido por Ndomba (2020).

No período de emergência e de calamidade no comércio de rua, ocorreram ações como: agressividades das autoridades fiscais dos governos provinciais em Luanda, apreensão de bens, violência física, verbal, sexual e mortes das mulheres zungueiras. A situação do COVID-19 deixou os trabalhadores informais a redução da capacidade económica para comprar bens de primeiras necessidades, pois estes dependiam do salário diário vinda essencialmente da rua, com a decisão das restrições afluíram poucas vezes a rua, para vender e comprar disse Telo (2021).

Na altura do estado de emergência foram encerrados os mercados, houve limitações nos dias e horários de venda, interdição de deslocações e permanência na via pública, distanciamento físico, proibição de celebrações públicas, proibições de ajuntamentos nas igrejas e em lugares de lazeres, cerca sanitária nacional, encerramento das fronteiras internas e internacionais. Devido a esta situação, a venda era realizada por semana três dias, das 6 horas às 13 horas, frisa Ndomba (2020). Este limite de horário não foi fácil para obtenção dos lucros dos negócios ou mesmo na obtenção do dinheiro para comprar os alimentos.

De realçar que as medidas implementadas foi para que se cumprisse. Nas ruas da cidade estiveram presentes os militares, tanques, soldados e armas de guerra (Telo, 2021). Embora as medidas fossem para proteger todos, estas proibições não fizeram as zungueiras deixarem a zunga. Para estas mulheres, o COVID-19 promoveu alterações dos preços, queda dos negócios, mudança do tipo de negócio, gerou mais pobreza económica, aumentou a dificuldade de acesso à alimentação, saúde, educação, fornecedores dos produtos de venda, adaptação às alterações dos mercados, falta de clientes e a falta de transportes para as pessoas saírem de casa.

Segundo Rogério (2021), com o COVID-19 a trajetória diária das zungueiras cingia para o pouco sustento dos filhos, pois o negócio não rendia. Importa referir na fase da pandemia do COVID-19, houve aumento de tensão dos fiscais, polícias contra as zungueiras, falta de negociação ou diálogo entre as zungueiras e as autoridades muitas delas não entendiam o perigo do COVID-19, visto que elas não tinham apoio para sobreviver, continuavam a trabalhar. Algumas manifestaram o medo e susto de ser contaminadas pelo vírus do COVID-19 (Telo, 2021).

Portanto, a venda ambulante considera-se também ir ao encontro dos clientes que estão em trânsito. Neste tipo de trabalho corre-se o risco de perderem os negócios pelos polícias, sofrem assaltos pelos marginais, são atropeladas por carros no local de venda, outrossim elas enfrentam a dificuldade de alteração de preço dos produtos a grosso, o que altera os preços da venda levando os próprios clientes a reclamarem dos preços (Ferraz & Leandro, 2023).

Importa referir que existem diversas investigações apresentadas pelos autores acima, em torno da venda ambulante. Esta atividade é uma ocupação que auxilia nos rendimentos económicos para ultrapassar as necessidades básicas das famílias que vivem em condições difíceis. Deste modo, também permite movimentar e desenvolver a economia local da sociedade dando a possibilidade de diferentes fontes de empregos para quem não está a trabalhar.

As investigações apontaram o que está na base do surgimento da atividade de venda ambulante no contexto angolano: falta do meio de subsistência para as famílias (Viegas, 2015), dificuldades da vida, as consequências das guerras civis, falta de emprego (Costa, 2020; Lopes, 2014), falta de boa gestão dos recursos financeiros que o país possui, pobreza, as baixas perspetivas do futuro do meio rural (Samba, 2012). Por outro lado, a baixa qualificação académica (Costa, 2020) que impede de participar ao concurso público, as questões históricas, sociais, políticas, económicas e culturais (Miranda & Serra, 2019; Salomão, 2016), salário insustentável para as famílias (Ernesto & Capilo, 2018; Telo, 2021), falta de formação técnico-profissional (Sousa, 2016), sofrimento, entre outros.

1.3. Justificação da pesquisa

A venda ambulante é um fenómeno global que decorre na sociedade angolana, onde os praticantes enfrentam muitos desafios no seu exercício com clientes, marginais e os agentes (fiscais e polícias).

As zungueiras tentam viver as suas vidas com dignidade e respeito próprio, trabalhando diariamente para o sustento das famílias. No trabalho de venda ambulante não existe política de proteção social dos trabalhadores informais. Na zunga, as pessoas vivem experiências de vida marcadas por dores, perdas, angústias, sofrimentos e lutas. As pessoas para

conseguirem o dinheiro, às vezes vendem os seus produtos em lugares proibidos ou em áreas urbanas formais, o que tem originado uma afronta contra a ação dos agentes fiscais e policiares na privação da sua atividade de onde vem o dinheiro.

De realçar que também existe disputa permanente entre as colegas por cada cliente, o que acabam em discussões e até ameaças, levam em casa e descarregam com a maior brutalidade, em palavras mais ordinárias.

Assim sendo, além dos riscos de vida pelos locais de venda não autorizados (trânsito em movimento, pedonais, entradas das escolas, prédios, vivendas, hospitais e empresas, nas rotundas, na berma das estradas, na linha férrea), a falta de higiene que fica no local depois do trabalho, o ruído, falta de sossego dos munícipes, acidentes por atropelamentos, a “Operação Resgate” que os agentes usam contra estes trabalhadores na venda destes locais, agressões (físicas e psicológicas), a morte de zungueiras, a forma como são apreendidos os negócios de venda, assaltos à mão armada, abusos sexuais por meliantes, fuga desordenada e os delinquentes que tentam retirar o pouco que estas senhoras arrecadam durante o dia.

Diante das situações de causas do surgimento, a adesão do fenómeno global do comércio de rua e pelas experiências dos eventos ocorridos neste âmbito laboral, os desafios enfrentados no dia-a-dia, sendo muitas destas mulheres donas de casa, assumindo diversos papéis e as condições de trabalho identificadas, portanto, demonstram ser imprescindível e fundamental fazermos uma investigação em torno da venda ambulante para com as zungueiras, deste modo, suscitando, a partir da psicologia na vertente do stress e identidade social.

O evento ocorrido durante a zunga, não são fáceis de lidar. De acordo com Santos (2018), o trabalho regula a vida humana, para saúde física, alegria, desenvolvimento saudável da vida. Deste modo, importa referir que se existe stress ocupacional dos trabalhadores institucionais, devido às condições de trabalho e clima organizacional, ora, imagina o da zungueira.

Portanto, neste capítulo esmiuçou-se a venda ambulante na cidade de Luanda, referindo o objeto de estudo, o início da venda ambulante em diferentes fases no contexto angolano. Constatou-se que existe escassez na literatura que aborda o fenómeno em estudo. Porém da literatura consultada, notamos argumentos realizados por diferentes autores que abordam em diversas áreas científicas, contudo nenhum deles frisa na perspetiva da psicologia. Por este motivo achamos pertinente investigar, para darmos o contributo para o conhecimento.

Capítulo 2. Revisão da literatura

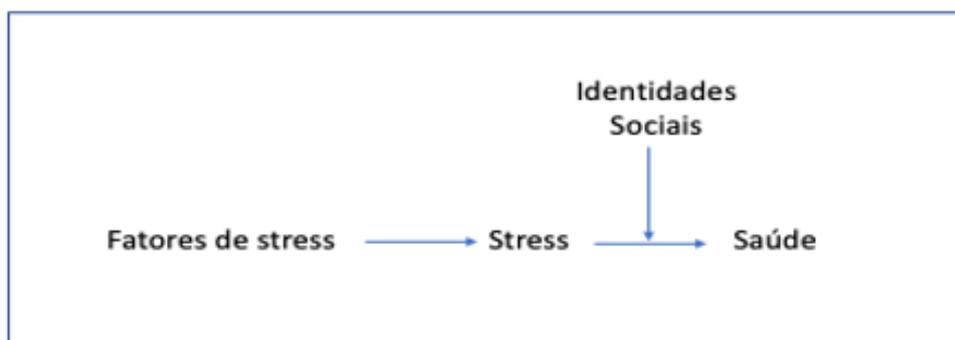
O capítulo que se segue apresenta a revisão da literatura. Aborda-se o stress e os modelos gerais de stress: modelos da resposta, modelos do estímulo e os modelos transacionais. Para compreender o stress das zungueiras no espaço laboral foi particularmente relevante o modelo transacional do stress de Lazarus & Folkman (1984).

Em seguida serão considerados os contributos do modelo da identidade social de Tajfel & Turner (1979) e das suas aplicações à saúde (Haslam et al., 2009) que mostram a importância da identificação com grupos sociais na gestão do stress. A este propósito, detalhamos a ligação entre o stress, a saúde e as relações sociais e as diversas formas como esta relação tem sido conceptualizada: modelo direto, modelo de buffer, identidade social como buffer do stress.

A revisão de literatura termina com aplicação destas perspetivas ao stress no trabalho, em particular ao stress nos vendedores ambulantes, uma vez que o grupo-alvo desta investigação são as zungueiras. A Figura 2.1 ilustra o modelo conceptual que será usado neste trabalho, ligando os conceitos de stress, saúde e identidades sociais.

Figura 2. 1.

Esquema do Modelo conceptual da tese



2.1. Stress e modelos gerais de stress

O stress faz parte da vida quotidiana (Santos & Santos, 2005). Se em épocas passadas o stress podia estar ligado à sobrevivência, no período moderno, o ser humano enfrenta outras situações e fontes de stress tais como: os aborrecimentos, os exames escolares, falta de tempo, pressões sociais, organizacionais, dificuldades económicas, contas a pagar, problemas familiares, competição no mundo profissional entre outras situações.

“O termo estresse (ou stress) origina-se do latim *stringere*. No século XVII era empregado na Inglaterra com o sentido de adversidade ou aflição. No campo da física, o estresse significa o grau de deformação que uma estrutura sofre quando é submetida a uma determinada força” (Nahas, 2017, p. 266).

Segundo Lazarus (1999), o interesse nos conhecimentos aprofundados sobre o stress evoluiu na primeira e segunda guerra mundial, devido à preocupação com relação ao bem-estar e o desempenho dos soldados nos campos de guerra.

O stress é “um processo psicofisiológico acionado autonomamente diante de estímulos variados (agentes estressores), que levam o organismo a um desequilíbrio homeostático” (Goldoni, 2011, p. 16). Selye define o stress como sendo um estado de tensão imposta a uma pessoa determinada, devido aos estressores no ambiente que ameaçam o indivíduo (Nahas, 2017; Ogden, 2004).

Ainda a respeito do stress, faz-se mister salientar que existem agentes estressores que podem ser positivos (alegrias) e negativos (situações que desencadeiam estímulos desagradáveis). Em qualquer contexto, podemos encontrar agentes estressores e estes podem ser classificados por estímulos físicos e estímulos psicossociais. Os estímulos físicos são aqueles que surgem do meio ambiente como: luz; calor; frio; som; poluição; odor; fumo; drogas em geral; agentes infecciosos (bactérias, vírus); lesões corporais; radiação e esforços físicos. Já os estímulos psicossociais são todos os eventos que podem alterar o percurso da vida de forma positiva e negativa. Suponhamos as situações de morte do parente próximo, a separação, o casamento, a reforma, os problemas no trabalho, a perda do emprego, as provas escolares, as férias, as mudanças, viagens (Nahas, 2017).

Nesta ordem de ideia, faz-se mister esmiuçar o stress a partir dos enfoques das diversas conceituações dos modelos gerais do stress: modelo de resposta, modelo do estímulo e o modelo transacional.

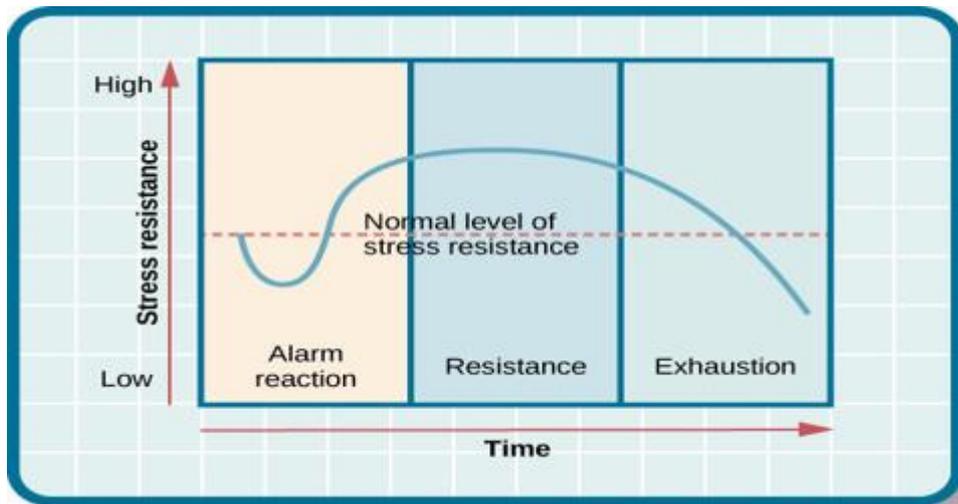
2.1.1. Modelo de resposta

Os modelos de stress centrados nas respostas focam-se nas alterações biológicas ou fisiológicas do organismo quando se encontra com um estímulo estressor (Walinga, 2019).

O médico canadiano Hans Selye, considerado o pai da estressologia, ao longo na sua obra *Stress of life*, na década de 1930 procurou entender como o organismo das pessoas respondem as situações que a vida lhe impõe. O organismo do ser humano foi projetado para reagir ao stress de forma a se proteger contra as ameaças de predadores e de outros agressores (Walinga, 2019). A este processo Selye, (1956) chamou Síndrome de Adaptação Geral-GAS (Haslam et al., 2018; Ogden, 2004; Silva & Salles, 2016; Walinga, 2019) e inclui três fases diferentes: alarme, resiliência e exaustão tal como está ilustrada na (Figura 2.2).

IFigura 2. 2.

Síndrome de Adaptação Geral



Fonte: (Weiser, 2014, p. 504)

1.^a Fase do estado de alarme

O estado de alarme é a fase inicial do stress na qual o indivíduo aumenta atividade, de modo posterior à exposição numa situação stressante, ou seja, é o choque em que a pessoa declara numa situação de ameaça. O mesmo experimenta um estado de excitação fisiológica (Haslam et al., 2018), esse estado informa as regiões do cérebro onde controlam humor, motivação e medo (Walinga, 2019).

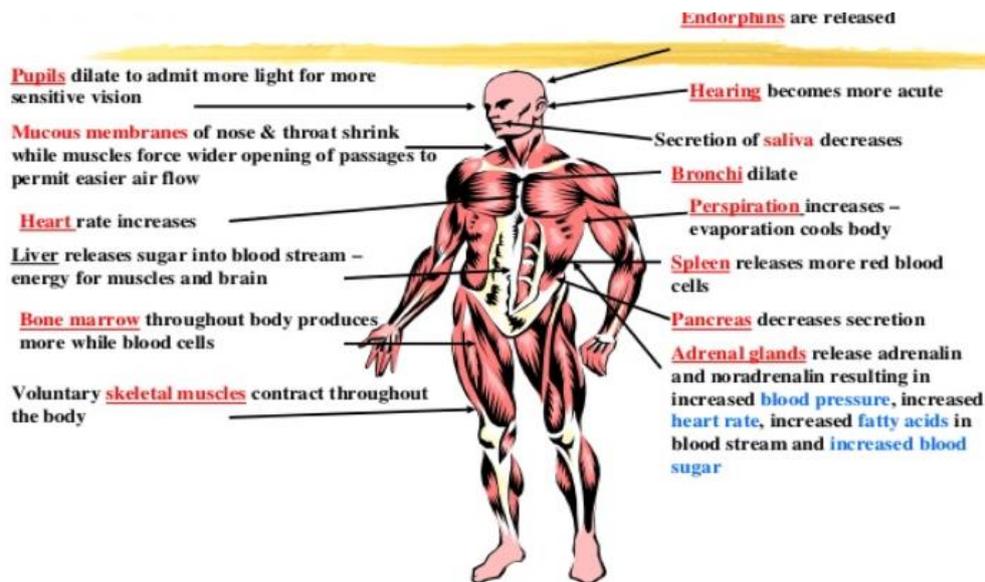
De acordo com fisiologista americano (Cannon, 1929), a resposta ao stress faz parte de um sistema unificado entre a mente e o corpo. Um dos efeitos do stress no organismo são as alterações hormonais (Bennett, 2002), que liberando as substâncias químicas, como a adrenalina (fonte de energia que prepara o corpo para fugir), ou a noradrenalina que prepara o corpo para lutar (Palmer & Cooper, 2010), permitindo ajudar o organismo a reagir aos agentes estressores. Deste modo, os corticosteroides estimulam o fígado a liberar mais açúcar no sangue, são lançadas mais gorduras e mais aminoácidos. Verifica-se um aumento da pressão arterial do modo que a circulação do sangue seja rápida aonde chega aos tecidos mais oxigénio, nutrientes, contração do baço, levando mais glóbulos vermelhos à corrente sanguínea, oxigénio ao corpo e o fígado libera o açúcar guardado na corrente sanguínea para ser usado como alimento, conforme referem Limongi-França & Rodrigues, (2014). Todavia, se essas substâncias forem criadas de forma excessiva, por causa do stress intenso e por longo tempo, tornam-se prejudiciais para a saúde do indivíduo (Farné, 2003). Ora, nesta ordem de ideias, se o nível de exposição ao cortisol for alto - este pode criar obstáculo no corpo e aumentar o risco de problemas de saúde como: ansiedade, depressão, problemas digestivos,

doenças cardíacas, problemas do sono, ganho de peso, falta de memória e transtorno de stress pós-traumático (Bennett, 2002; Walinga, 2019).

A Figura 2.3 ilustra resposta descritiva dos sinais das alterações fisiológicas do organismo sob o efeito do stress.

Figura 2. 3.

Resposta descritiva dos sinais das alterações fisiológicas do organismo sob o efeito do stress



Fonte: (Hussein, 2014, p. 5)

De uma forma geral, podemos dizer que o stress ativa o sistema nervoso simpático, preparando o corpo para atividade motora rápida, dando a possibilidade para atacar, defender ou escapar. Assim, a abordagem do stress centrada na resposta na fase do alarme no organismo (Cannon, 1932) o stress surge para que a pessoa enfrente ou escape da fonte do stress (Ogden, 2004) para um lugar seguro (Farné, 2003).

2.^a Fase de resistência

Para Haslam et al., (2018), na fase de resistência o organismo do indivíduo coloca exigências intensas, que levam a gastar os recursos mentais e físicos que Selye denominou de energia da adaptação, e que permite restabelecer o equilíbrio do sistema fisiológico. É na segunda fase, onde entra o coping para inverter os efeitos da fase inicial do stress. O indivíduo tem sintomas como irritabilidade, insônia, mudanças de humor, depressão, diminuição do desejo sexual, ulceração gastrointestinal (Limongi-França & Rodrigues, 2014).

De realçar que durante um evento stressante, se o indivíduo conseguir êxitos a experiência global do stress pode ser positiva, então a pessoa atinge um estado de eustress,

todavia, quando o stress for negativo ou angustiante é distress, (Walinga, 2019) e se o indivíduo permanecer com este estado, ou seja, se o processo de resistência continuar por longo prazo, a pessoa entra na terceira fase e última entendida de exaustão (Haslam et al., 2018).

3.ª Fase de exaustão

A fase de exaustão é o período em que a energia de adaptação do organismo se esgota e o seu equilíbrio não consegue ser restaurado (Haslam et al., 2018); desta forma o organismo torna-se incapaz de funcionar. Significa que o stress dominou o indivíduo tornando-o impossibilitado de mostrar a resistência. De acordo com Santos & Castro (1998), neste período o organismo sofre os efeitos da estimulação fisiológica prolongada, originando danos que podem ser irreparáveis e levar mesmo a perder a vida. Esta fase enfraquece o sistema imunitário, acaba com as reservas energéticas do organismo ao ponto de baixar a resistência. A exaustão aparece assim como stress crónico, também chamado burnout.

Estudos realizados por Selye mostram que as experiências de stress aumentam o risco de morbidade e a mortalidade (Stroebe, 2011). O stress no modelo de Selye está muito ligado aos fatores fisiológicos, e é um processo que afeta a saúde física, psicológica, social e o bem-estar mental, que o organismo responde, a partir de estímulos internos e externos. Este modelo é muito importante para perceber o impacto do stress na saúde dos indivíduos.

O modelo de stress de Selye tem sido criticado por ignorar a componente psicológica do stress. Nomeadamente na fase de exaustão o burnout tem uma forte componente psicológica que este modelo ignora (Haslam et al., 2018).

2.1.2. Modelo de estímulos

O modelo de estímulo aborda o stress centrado-se, não na resposta fisiológica do organismo, mas nos fatores situacionais que desencadeiam a resposta de stress. O modelo de estímulos de stress foi introduzido Thomas H. Holmes & Richard H. Rahe, (1967), que criaram a Escala de Avaliação do Reajustamento Social (SRRS), com 43 eventos potencialmente stressantes, seguidos de classificação inerente ao stress provocado nos indivíduos.

O objetivo da escala é avaliar quantos destes acontecimentos que implicam mudanças aconteceram na vida das pessoas. Os eventos inseridos na escala são acontecimentos da vida que implicam ajustamento e mudança e vão desde o casamento, a morte de um cônjuge, morte de um parente próximo, divórcio, férias, natal, pena de prisão, um filho ou filha a sair de casa, gravidez. Qualquer deles são estímulos que desencadeiam stress. Para Holmes & Rahe, (1967) qualquer destes eventos de vida pode ser positivo ou negativo, implicam

mudanças e adaptações provocando stress. O modelo do estímulo pressupõe assim que: a) A mudança é inerentemente estressante; b) Os acontecimentos da vida exigem ajustamento; c) Existe um limiar comum de adaptação, além do qual resultará a doença.

Os acontecimentos da vida podem ser esporádicos ou permanentes/crónicos (Moos & Swindle, 1990). Exemplos de alguns estressores permanentes podem ser as questões de saúde física, problemas caseiros ou de vizinhança, problemas financeiros, problemas de trabalho, problemas associados ao cônjuge, filhos, família alargada e amigos. O instrumento SRRS permite avaliar os níveis gerais de risco do stress, a partir da identificação do número de eventos experienciado no último ano, e do seu potencial stressante. Diversos estudos demonstram que quanto mais eventos da vida uma pessoa experimentar dentro de um período de tempo, o mais provável será nos relatos apresentarem os sintomas psicossomáticos e psicológicos de stress (Myers, Lindenthal, & Pimenta, 1971 referidos por Haslam et al., 2018).

De acordo com Dohrenwend, (2006), a crítica deste modelo prende-se com o pressuposto de que existe um potencial de mudança igual para todos nos eventos considerado, pois o significado de uma determinada situação varia em função do sentido que a pessoa dá ao evento; a interpretação dos eventos da vida é realizada pelo indivíduo, e não tem o mesmo potencial stressante para todos. O divórcio pode ser considerado por um lado uma ação difícil para alguém, por outro lado, pode trazer um conforto numa situação que provoca desprazer (Ogden, 2004).

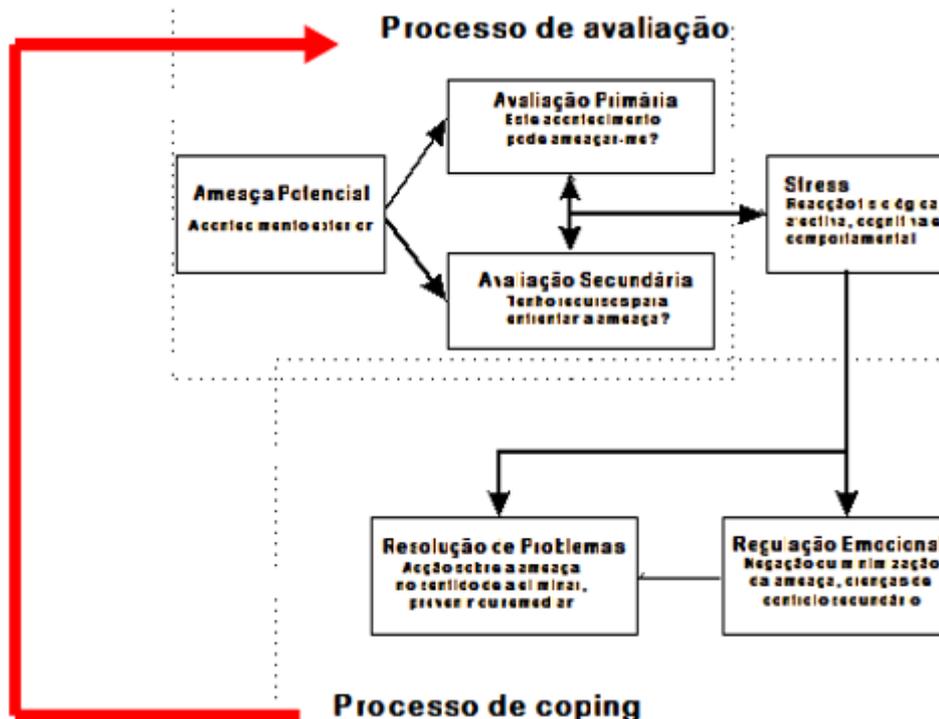
2.1.3. Modelo transaccional

O modelo transaccional do stress salienta exatamente o significado atribuído pelos indivíduos à situação em que se encontra. Foi desenvolvido por Richard Lazarus & Susan Folkman (1984), e consideram que as implicações relacionadas ao stress de uma determinada situação de estímulo não são produtos diretos de características objetivas da situação como pensavam os defensores do modelo de estímulo. E argumenta que a experiência do stress é estruturada por uma pessoa como avaliação cognitiva de um determinado estressor (Haslam et al., 2018). Quanto mais um determinado evento for significativo para um indivíduo, maior será o stress (Limongi-França & Rodrigues, 2014; Walinga, 2019)

A Figura 2.4 apresenta o esquema que representa a abordagem transaccional onde faz o enfoque do processo de avaliação do stress e o processo do coping.

Figura 2. 4.

Esquema que representa o processo de avaliação de coping



Fonte: (Lima, 1993, p. 235)

A Figura 2.4 constitui esquema do modelo transacional de stress onde visualiza o processo de avaliação do stress, relacionado ao evento externo quando um indivíduo depara com acontecimentos stressantes e processo de coping como recurso para lidar com a ameaça. No modelo transacional (Lazarus & Folkman, 1984) o stress depende de duas formas de avaliação: a avaliação primária e a avaliação secundária.

2.1.3.1. Processo de avaliação

Avaliação primária é avaliação que o indivíduo faz pelos acontecimentos do mundo exterior, e que pode assumir três modos, de acordo com as crenças, valores e propósitos dos indivíduos (Folkman, 2010): irrelevante; benigno e positivo; nocivo e negativo (Lazarus & Folkman, 1984; Ogden, 2004).

Na avaliação primária quando os estímulos são acompanhados com atributos negativos (como incontabilidade percebida; imprevisibilidade; ambiguidade; eminência temporal; intensidade; novidade), são-lhes atribuídos significados negativos, o que significa que a pessoa percebe o estímulo como uma fonte de ameaça para o seu bem-estar (Lima, 2023).

Avaliação secundária é a avaliação que o indivíduo faz dos recursos que tem à sua disposição para lidar com a ameaça percebida (Walinga, 2019). Deste modo, leva o indivíduo

a descobrir se é ou não capaz de lidar com a tal ameaça. Na avaliação secundária, o indivíduo analisa os recursos que tem à sua disposição (por exemplo recursos físicos, psicológicos, sociais) para lidar com o stress.

As duas formas de avaliação determinam se a situação é avaliada como um dano ou uma perda, uma ameaça ou um desafio. O que significa que o processo de avaliação explica por que um determinado acontecimento pode ter significados diversos para as pessoas (Folkman, 2010).

O processo de avaliação pode ou não dar origem a uma reação de stress (Figura 2.5). Se a situação não for considerada ameaçadora (avaliação primária), ou mesmo que seja considerada ameaçadora, se os recursos pessoais disponíveis forem considerados suficientes (avaliação secundária), não há lugar a resposta de stress. Mas se a situação for considerada ameaçadora e os recursos forem vistos como insuficientes para lhe dar resposta, desencadeia-se um conjunto de respostas fisiológicas e psicológicas associadas ao stress. A Figura 2.5 visualiza quando um indivíduo está diante algum evento da vida, onde avalia através das 2 formas primária e secundária. Significa que, na avaliação primária o indivíduo diante o evento estressor questiona a si mesmo (“Isso é ameaçador?”), esta ação, pode promover uma avaliação secundária que aumenta o stress (“não posso lidar?”) e para lidar com ameaça utiliza o processo de coping.

Figura 2. 5.

Representação esquemática do modelo transaccional



Fonte: (Haslam, et al., 2018, p. 90)

As críticas ao modelo transaccional do stress de Lazarus e Folkman (1984) salientam que a análise da pessoa com stress é feita de forma individualista e não grupal e por outro, nem sempre o apoio social é percebido e recebido como estratégia para lidar com o stress.

2.1.3.2. Processo de coping

O coping refere-se aos esforços cognitivos, emocionais ou comportamentais de gerir o stress (Lazarus & Folkman, 1984; Limongi-França & Rodrigues, 2014). Em outras palavras, o coping diz respeito aos pensamentos e comportamentos que os indivíduos utilizam para responder às demandas internas e externas dos acontecimentos estressantes (Folkman, 2010).

Assim, Coping é tudo aquilo que o indivíduo faz para reduzir o impacto do estressor (percebido ou objetivo) e porque os processos de avaliação envolvem as emoções, o que pode operar para alterar ou reduzir as emoções negativas. Importa ressaltar a respeito de coping para Lazarus & Folkman (1984), consideram como sendo respostas intencionais planejadas como resolução da relação stressante entre o eu e o ambiente. Tal ação orientará a pessoa nos seus pensamentos e comportamentos para resolver a fonte do stress e gerenciar as reações emocionais influenciadas pelos eventos stressantes (Compas et al., 2014).

O modelo transacional sugere que as estratégias para enfrentar o stress não são todas igualmente convenientes. Algumas não estão diretamente ligadas com o estressor e podem aumentar o stress por longo período (Carver, 1995 referido por Haslam et al., 2018). O subponto abaixo trata do coping como um recurso que pode ser de regulação do stress focalizado na emoção e a regulação focalizada aos problemas (Corrêa et al., 2016; Ghaffari et al., 2021; Lazarus & Folkman, 1984).

2.1.3.2.1. Coping focado na regulação emocional

O coping com foco na regulação de experiência emocional atua de forma a controlar e minimizar as emoções negativas associadas ao stress, como o medo ou a ansiedade. O coping focalizado na regulação emocional pode ser entendido como sendo um investimento individual que tem a liberdade para gerir as consequências emocionais a nível somático ou de sentimentos decorrentes dos eventos estressantes (Corrêa et al., 2016; Lazarus & Folkman, 1984) ou como uma constatação da regulação do humor, defesa e regulação do afeto. Deste modo, no processo gerador de emoção a mesma é regulada em cinco pontos a saber: (a) seleção da situação; (b) modificação da situação; (c) mobilização da atenção; (d) mudança de cognições e a (e) modulação de respostas.

São exemplos de coping da regulação emocional a procura de apoio social emocional (partilhar emoções com outros), a distração (pensar noutra coisa, ir ao cinema, fazer exercício físico para deixar de pensar no problema), o consumo excessivo de substâncias (fumar, consumo de álcool) com o objetivo de gerir as emoções negativas, o recurso à religião e à espiritualidade, o adiamento ou a negação do problema. Nenhum destes exemplos permite

resolver a causa da situação de stress, mas permite um alívio mais ou menos duradouro das emoções negativas. O coping de regulação emocional pode ser realizado de forma automática ou controlada, consciente ou inconsciente

De acordo com McRae & Mauss (2016), a capacidade de lidar com eventos estressantes e regular as emoções são caminhos essenciais no progresso da resiliência e na redução do risco de saúde. Se for sobrecarregado, podem tornar-se mais vulneráveis a problemas e distúrbios psicológicos, ao contrário daqueles que estiverem à altura do desafio, poderão tornar-se mais fortes, fortalecidos e mais resilientes a futuras ameaças e dificuldades. As estratégias de regulação emocional não são verdadeiramente formas de confronto ou de resolução dos problemas; pelo contrário, são formas de alívio e de fuga, que permitem às pessoas gerir o stress, acomodarem-se a ele, mas não verdadeiramente eliminar a fonte de stress. Logo, no coping focado na emoção, o indivíduo está centrado em regular as emoções negativas usa estratégias (como o distanciamento, a busca de apoio emocional ou a fuga-avoidance) e perpetua o problema e a necessidade de recursos do organismo (Folkman, 2010). Por esta razão, o coping emocional tem mostrado piores resultados de adaptação do que o coping de resolução de problemas.

2.1.3.2.2. O coping focado no problema

O coping focado no problema é definido como sendo estratégias que pretendem alterar o evento estressante, indo assim à origem do problema (Corrêa et al., 2016; Lazarus & Folkman, 1984). Tal como disse Maia et al., (2016), o coping focado no problema é a capacidade de dirigir ativamente ou de se envolver num comportamento específico para alterar o problema que causa sofrimento (Folkman, 2010). Exemplos de coping focalizado na resolução do problema são: definir o problema, gerar soluções alternativas, pesar as alternativas em termos dos seus custos e benefícios, escolher e agir. Também podem ser estratégias dirigidas ao próprio indivíduo: mudar as pressões ambientais, barreiras, recursos, procedimentos; pensar e planear as soluções; ir procurar informação.

Ao passo que o coping focado na resolução emocional permite diminuir as emoções negativas ligadas ao estressor no curto prazo de tempo, ele impede uma ação adequada na resolução do problema (Lazarus & Folkman, 1984).

O coping focado na resolução dos problemas é mais positivo para gestão do stress do que o coping focado na resolução emocional, pois a resolução emocional tem efeitos negativos nas emoções e não resolve o stress. Portanto, a estratégia do uso de coping focado nas emoções facilita o coping focado no problema, por conseguinte, esta remove a tensão, de modo, que o coping focado no problema diminui a ameaça e reduz a tensão emocional.

2.1.3.2.3. Coping religioso

O coping religioso é uma das formas de que se pode revestir o coping de regulação emocional, como uma estratégia de lidar com o stress em situações de ameaça. Para Pargment (1997), o coping religioso tem muitas funções tais como de buscar o significado, intimidade com Deus e ao próximo, identidade, controlo, transformação e espiritualidade e o propósito nas adversidades, como disse Zola (2023).

O coping religioso refere-se assim ao modo como os indivíduos empregam a fé, as crenças, a conexão com a transcendência aos outros, de modo a gerir os acontecimentos de crise (Lopes, 2018). As crenças espirituais estruturam um quadro cognitivo, que dá coragem para as pessoas religiosas enfrentarem as crises existenciais ameaçadoras, favorecendo o apoio emocional, para reduzir o sofrimento dos eventos estressantes da vida tornando-os mais suportáveis (Saad & Medeiros, 2012).

Ressaltam ainda os autores acima mencionados que o uso do coping religioso tem dado resultados satisfatórios em termos psicológicos e positivos aos indivíduos religiosos que enfrentam diversos acontecimentos da vida, fornecendo significado, conforto e esperança relevante ao indivíduo religioso que lida com um evento de stress (Thuné-Boyle, 2022).

Panzini & Bandeira (2005) abordam no seu artigo sobre o processo de validação do construto da escala de coping religioso-espiritual (CRE), por meio da escala norte-americana RCOPE (Pargament et al., 2000), cujos resultados das análises fatoriais de consistência interna e de correlação dizem que a escala CRE foi validada e fidedigna. O estudo apontou como o (CRE) nas pessoas que usam a fé para lidar com o stress, tem mostrado as melhorias da qualidade de vida física e mental.

Para o religioso, a fé é a fonte de esperança nos momentos mais difíceis, há sempre resiliência perante os problemas (Nunes, 2021). Para a pessoa religiosa, esta estratégia permite enfrentar os desafios da vida, e superar o medo e a incerteza. Portanto, o coping religioso para os religiosos permitem a obtenção dos sentimentos positivos de cura, esperança, resistência, satisfação da qualidade de vida para a saúde bem-estar físico e mental e a lidar com os eventos de stress. Digamos que o mesmo tem mais a ver com o foco da regulação da gestão emocional (raiva, tristeza, medo e ansiedade) transformando em resposta emocional positiva, aceitação, rezar, busca de apoio emocional (Nunes, 2021; Pargament, 1997).

2.1.3.3. O apoio social no modelo transaccional de stress

O apoio social é definido como a rede social de um indivíduo (contactos pessoais, amizades, grupos) que constituem recursos psicológicos e materiais que capacitam o indivíduo a lidar com o stress (Cohen, 2004).

Existem quatro tipos de apoio social que podem ser ativados em situação de stress (House, 1981; Ogden, 2004):

- ✓ Apoio instrumental é aquele que fornece recursos materiais ou assistência financeira, ou seja, é aquele que permite ajudar a resolver os problemas (Thoits, 2011);
- ✓ Apoio emocional é aquele que ajuda a pessoa a se afirmar que é uma pessoa de valor próprio, ou seja, são expressas por empatia, carinho, segurança e confiança que auxiliam o indivíduo a enfrentar os desafios (Cohen, 2004);
- ✓ Apoio de companheirismo é aquele que proporciona companheirismo através de contacto social de adesão;
- ✓ Apoio de informação é aquele que providencia o necessário em ações práticas da natureza de seus problemas, ou seja, são informações fornecidas, aconselhamentos que auxiliam a pessoa a lidar com os acontecimentos (Cohen, 2004). A informação permite o indivíduo acreditar na existência de pessoas que gostam dele, que o valoriza bem, como se preocupam com ele (Cobb, 1976).

No âmbito do modelo transaccional do stress, o apoio social pode ser visto como um recurso de avaliação secundária (perceber que na sua rede social tem recursos para enfrentar a ameaça), ou como uma estratégia de coping (de regulação emocional temos o apoio social emocional ou de companheirismo, e na resolução de problemas temos o apoio instrumental e informação). É de referir que as formas de apoio social quando são eficazes resultam no sentimento de cuidados e a valorização pelos outros e «parte de uma rede de assistência mútua e obrigações» (Taylor, 2007, p.145 citado por Haslam et al., 2018). Embora o apoio social seja um recurso útil que auxilia o indivíduo a enfrentar o stress, alguns autores defendem que nem sempre é recebido e percebido pelos indivíduos, como salientam Schwarzer & Leppin (1991) na meta-análise na relação entre apoio social e saúde e coping, facto observado por estes autores em 88 estudos. Contudo, de acordo com Haslam et al., (2018), o apoio social é fundamental em experiências de stress como desastres naturais, doenças, condições de trabalho. As influências culturais são fatores fundamentais para percepção de aceitação ou não do apoio social.

2.1.4. Modelo de identidade social

O modelo transacional de Lazarus e Folkman tem sido criticado por ter uma visão individualista do processo de stress. No entanto, desde os anos 1970 o estudo do conceito de identidade social tem sido fundamental na psicologia social. Para Hogg et al., (2004), o grupo social é entendido como sendo um conjunto de uma ou mais pessoas que possuem a mesma identidade social e que se identificam da mesma maneira, têm a definição de quem são e como eles se relacionam e diferem de grupos externos específicos. A identidade social (Machado e Kopittke 2002, p. 3 referido por Lourenço et al., 2014, p. 444) é o «fruto de uma interação entre mecanismos psicológicos e fatores sociais. Trata-se de um processo social dinâmico, em contínua evolução, que se constrói por semelhança e oposição».

A teoria da identidade social define a identidade social de um indivíduo como aquela que está “ligada ao conhecimento das pertencas a certos grupos sociais e a significação emocional e avaliativa que resulta desta pertença” (Tajfel, 1975, p. 112), ou seja, ela baseia-se ainda no sentido de pertença e significado emocional associado a um determinado grupo social com o qual a pessoa se identifica. Assim, a identidade social é o “conhecimento de um indivíduo de pertencer a determinados grupos sociais, juntamente com algum significado emocional e valorativo da participação nesse grupo, ou seja, ela faz parte do autoconceito de alguém que se origina do conhecimento de que alguém é membro de um grupo social, combinado com o valor e o significado emocional dessa associação” (Molix & Bettencourt, 2010, p. 513). Importa sublinhar, de acordo com Fialho (2017), a identidade social é a ligação que a pessoa tem ao sistema social, isto é, a partir da classe social, país, religião, desporto e outros vínculos, e que esta, por sua vez dão posicionamento reconhecido pelo outro.

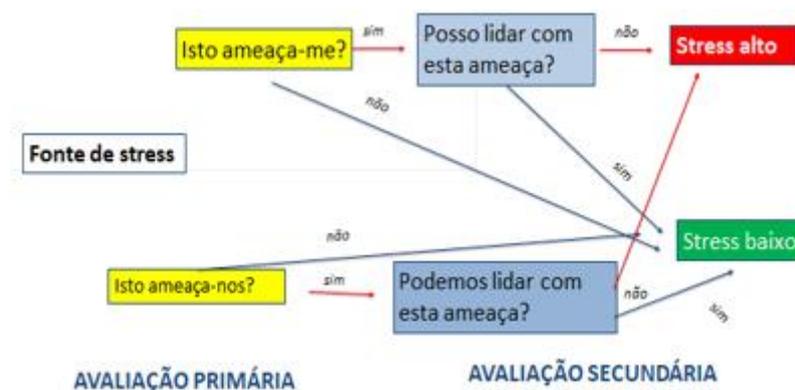
Na perspetiva de Tajfel & Turner (1979), o indivíduo tem diversas identificações, em função da ligação dos diferentes grupos sociais, tais como família, escola, trabalho entre outros grupos. Na medida que as pessoas vão interagindo na sociedade vão descobrindo a sua identidade social que mais se destaca na sua vida.

A psicologia social desde a última década tem mostrado a importância das ligações sociais como fator essencial na saúde e bem-estar do indivíduo tal como disseram Haslam et al., (2009), e especificamente a importância de ter diferentes identidades sociais, ressaltam Cruwys et al., (2016).

A aplicação ao stress do modelo da identidade social feita por Haslam et al., (2018), acrescenta o nível grupal ao modelo transacional de Lazarus: uma avaliação primária coletiva (este acontecimento ameaça-nos?) e uma avaliação secundária coletiva (temos recursos para enfrentar esta situação?), como a Figura 2.6 abaixo que ilustra o esquema de representação da aplicação ao stress do modelo de identidade social.

Figura 2. 6.

Representação do modelo de identidade social ao modelo transacional de stress (Lazarus & Folkman, 1984)



Fonte: (Haslam, et al., 2018, p. 98)

As relações sociais e a identidade social, tal como o apoio social auxiliam as pessoas a gerir ou a escapar dos problemas, desta forma impedindo o aumento de distúrbios psicológicos ou físicos, como realçam Cohen & Wills (1985).

As identidades sociais desempenham um papel fundamental em muitas situações da vida, principalmente os relacionados à saúde e bem-estar (Bentley et al., 2020). Décénios de investigação mostram que a ligação social é determinante para viver uma vida feliz, saudável e longa. Sentir-se ligado aos outros está associado a uma melhor saúde, bem-estar, bem como ao funcionamento social e cognitivo (Haslam et al., 2018; Jetten et al., 2017). Pertencer a vários grupos sociais é um fator de proteção que ajuda as pessoas a negociar a mudança de vida. Esses grupos podem assumir muitas formas. Eles podem ser aqueles que envolvem as pessoas no lazer (por exemplo, um clube do livro, um grupo de jardinagem), com a família (um grupo de irmãos ou família imediata), religião ou fé (um grupo religioso), cultura, desporto (um clube de futebol, um clube de ténis), emprego (um grupo profissional, uma equipe de trabalho), política (um grupo ativista, um partido político) ou em alguma outra forma de atividade compartilhada. Na perspetiva de identidade social, não é tanto o tipo de grupo, mas o significado psicológico do grupo que importa. É importante, que o grupo em questão seja significativo, valorizado e tenha significado emocional para a pessoa que é membro dele (Lopes, 2018).

Os grupos sociais são entendidos como recursos psicológicos (Jetten et al., 2014). O que significa que quanto mais grupos uma pessoa pertence, mais provável é que ela tenha acesso aos recursos que apoiam naquilo que a pessoa necessita. O importante, porém, como Sani et al., (2012) mostraram, não é apenas a quantidade de contacto com o grupo que importam para a saúde e o bem-estar, contudo também a qualidade da vida em grupo, ou seja, o nível de identificação social de uma pessoa com esses grupos. Os efeitos protetores da filiação da

identificação social durante os períodos de dificuldades são representados por meio dos múltiplos efeitos da continuidade da identidade social (Haslam et al., 2018).

A perspectiva da identidade social sobre o stress passa assim de uma visão individualista para uma visão de grupo, e está focada no “nós” e não no “eu”. Significa que a identidade social como base do apoio social é a pertença dos grupos sociais como um recurso, a ação coletiva como uma forma de coping (Lima, 2023), ao passo que na perspectiva do modelo de transacional, stress e o apoio social é conceptualizado com base individual (Uchino, 2004).

2.2. Stress, saúde e relações sociais

O subponto que se segue frisa o stress, saúde e relações sociais. O stress se for de forma prolongada tem efeitos negativos na saúde, contudo as relações sociais (familiares, amigos) têm efeitos positivos na saúde (Jensen & Jetten, 2015; Lima et al., 2017).

2.2.1. Stress e saúde

O stress quando é excessivo e prolongado, pode afetar negativamente a saúde física e mental. Os efeitos físicos, a exposição a condições cronicamente estressantes pode diminuir a resistência aos efeitos do estressor e prejudicar o corpo em geral que por vezes leva a danos fisiológicos irreversíveis (James et al., 2023; Walinga, 2019).

Importa lembrar como vimos anteriormente, os indivíduos que passam por longo prazo de stress correm maior risco de apresentarem, por exemplo, problemas digestivos e gastrointestinais, diabetes, doenças cardiovasculares, perda de minerais ósseos e imunossupressão (Dhama et al., 2019; Merabet et al., 2022; Petrie et al., 2018) e doenças respiratórias (James et al., 2023), ansiedade, depressão, problemas de sono, ganho de peso, falta de memória e transtorno de stress pós-traumático (Hussenoeder et al., 2022; Richter-Levin & Xu, 2018; Walinga, 2019). Como vimos anteriormente no modelo de resposta o stress provoca alterações fisiológicas que têm consequências na saúde se forem continuadas.

De acordo com Cohen et al., (1995), o stress no organismo influencia nas respostas comportamentais prejudiciais a saúde tanto por via das reações de stress suscitadas (perda de sono; ativa o sistema nervoso simpático e o eixo cortical hipotálamo-hipófise-adrenal) como por via das estratégias de coping utilizadas (por exemplo, consumo do tabaco; álcool; drogas ilícitas) (Cash & Toney-Butler, 2024; Cohen, 2004).

As doenças crónicas têm uma etiologia de longa duração (por exemplo, doença arterial coronária), mas o apoio familiar que os pacientes recebem favorece e ajuda os pacientes a

enfrentar os desafios das doenças, quando os apoios das famílias já existem precocemente o que levanta a autoestima e confiança do paciente (Uchino, 2009).

2.2.2. Relações sociais e saúde

As relações sociais positivas têm um impacto salutar na saúde dos indivíduos, tanto na saúde física, como na saúde mental ou no bem-estar subjetivo. Todos demonstram beneficiar muito de relações sociais positivas (Lima et al., 2017).

As pessoas com relacionamentos sociais apresentam 45% mais probabilidades de sobrevivência do que as pessoas que vivem isoladas (por exemplo Holt-Lunstad et al., 2010) e são encontradas associações entre a boa saúde de indivíduos envolvidos em relacionamentos sociais recíprocos e de confiança (Gibert et al., 2013). A ausência de laços sociais tem sido concebida como um problema de saúde pública, comparável ao tabagismo, ao consumo de álcool, à falta de atividade física e à obesidade (Holt-Lunstad et al., 2010).

As relações sociais podem ser entendidas como sendo qualquer relacionamento de duas ou mais pessoas (Cash & Toney-Butler, 2024). Nos últimos anos, a literatura sociológica tem-se referido às relações sociais como capital social, distinguindo entre dois tipos de relações sociais com diversas ligações à saúde como: capital social de vínculo (grupos primários) e capital social de ponte (grupos secundários),

Os grupos primários referem aos grupos pequenos (famílias, amigos), onde as interações são mais informais, íntimas, duradouras, pessoas significativas a quem estão emocionalmente ligados e importantes na vida do indivíduo (Thoits, 2011). Essas interações são caracterizadas por fortes laços sociais, alto apoio social e lealdade (Jensen & Jetten, 2015).

Os grupos secundários são aqueles grupos maiores (organizações de trabalho, religiosos, voluntários), em que as interações são mais formais, onde existem regulamentos a cumprir pelos seus membros. De referir que as relações sociais na gestão do stress, os efeitos dos seus papéis no grupo, depende do tempo de intimidade, contacto, frequência, reciprocidade nos serviços prestados, afirma Thoits, (2011).

As relações sociais podem assumir múltiplas formas (Holt-Lunstad, 2018) e os mecanismos que ligam essas relações à saúde podem ser muito diferentes (Feeney & Collins, 2015). Todavia, a investigação tem mostrado que tanto as relações mais próximas (familiares, amigos, relações de intimidade) bem como os laços menos íntimos (como as identidades sociais) têm relação com a saúde, deste modo constituem uma forte configuração no controlo social dos comportamentos não saudáveis, logo são capazes de lidar como suporte social e amortecer o efeito negativo do stress na saúde, pois desencadeiam emoções muito positivas que fortalecem o sistema imunológico, ou seja, propicia a ocasião para partilhar eventos emocionais essenciais com outros indivíduos significativos e dar-lhes significado. Ressalta-se

nesta ordem de ideias, a integração social procede na saúde por diversos caminhos. Por exemplo estudos de participação na vida comunitária, ao interagir com os outros aumenta a conscientização sobre as normas sociais, dão oportunidades para comparações sociais, deste modo, fortalecem a autoestima e dão acesso a informações pertinentes à saúde (Lima et al., 2017).

Berkman & Syme (1979), numa pesquisa junto de uma amostra de 6.928 adultos no Condado de Alameda, Califórnia, avaliaram a relação entre laços sociais e comunitários e mortalidade ao fim de nove anos, e concluíram que a mortalidade é menor entre aqueles que participam da vida comunitária. Diversas investigações recentes instituíram uma associação positiva entre participação em associações e bem-estar (Fancourt & Steptoe, 2018), saúde mental (Seymour-Smith et al., 2017) e saúde autorrelatada (Lima et al., 2021). De referir que as associações de grupos compartilhados impactam a saúde e o bem-estar (Ysseldyk et al., 2018) ao aumentar a autoestima, o pertencimento, o significado, o propósito, o controlo e a eficácia dos indivíduos na vida (Cruwys et al., 2014; Jetten et al., 2017).

Num estudo realizado por Camilo et al., (2024), as autoras compararam a importância dos dois tipos de relacionamento: a solidão e apoio social como proximidades de laços pessoais (mediadores entre relacionamentos próximos e saúde), e integração social e identidades múltiplas como proximidades dos laços de grupos (mediadores entre relacionamentos de grupo e saúde). Para obtenção dos dados recolheram-se 848 respostas por via on-line de autorrelato e análise de modelagem das equações estruturais. O estudo revelou que os relacionamentos próximos são os preditores mais fortes de melhores resultados de saúde; não obstante, os relacionamentos de grupo também contribuem para prever a saúde. Os efeitos dos relacionamentos de grupo na saúde são significativamente positivos e esta associação é mais forte para aqueles que se identificam mais com seu grupo de pertença.

A explicação para este efeito das relações sociais na saúde é possível ser encontrada por duas formas: os efeitos diretos das relações sociais e os efeitos indiretos ou de atenuação.

2.2.2.1. Modelo direto

As relações sociais como o ambiente familiar influenciam diretamente os aspetos psicológicos relevantes para a saúde mental e física (Repetti et al., 2002), controlando os comportamentos nocivos para a saúde: quem está bem integrado socialmente tem mais pessoas que “vigiam” os seus comportamentos (alimentares, consumos, etc.) impedindo práticas menos saudáveis. Além disso, motivam no desenvolvimento de competências sociais básicas indispensáveis na formação de redes sociais de apoio (Sarason et al., 1985; Uchino, 2009) o que tem efeito direto para saúde (Lima, 2023). A Figura 2.7 a seguir, esquematiza esta ligação direta.

Figura 2. 7.

Modelo direto da ligação entre apoio social e saúde



Fonte: adaptada

É importante lembrar (Uchino, 2009) nas relações sociais, onde o ambiente familiar (pais, irmãos, filhos) quando é positivo desencadeiam ações psicossociais positivas (ie, apoio percebido, autoestima, controlo) que permite lidar ou gerenciar os eventos stressantes da vida.

Podemos destacar algumas investigações realizadas por Kiecolt-Glaser et al., (2005) com casais, com finalidade de avaliar como os comportamentos conjugais hostis estão associados com a cicatrização de feridas, assim como a produção local e sistêmica de ocitocinas pró-inflamatórias. Participaram 42 casais com idade entre 22 e 77 anos admitidos em unidade de pesquisa hospitalar por 24 horas. Os resultados mostraram que os casais que manifestavam níveis consistentemente mais altos de comportamentos hostis apresentavam piores resultados de saúde do que os menos hostis. Os autores concluíram que os relacionamentos conjugais hostis são prejudiciais à saúde, pois tornam maior a resposta inflamatória do corpo, diminuem a resposta imunológica, por vezes aumentam o tempo de recuperação das feridas o que afeta a saúde.

Noutro estudo realizado com casais jovens (N=68) a qualidade conjugal pré-intervenção (Escala de Ajuste Diádico) está associada a maior ocitocina na saliva e no plasma nos dois pontos de tempo. O que significa que os casais com relacionamentos de alta qualidade, apresentam níveis aumentados de ocitocina (Holt-Lunstad et al., 2015) e amizades estáveis e íntimas preveem felicidade e melhores resultados de saúde (Holt-Lunstad et al., 2017).

Spitzer et al., (1992) mediram a tensão arterial durante 24 horas em 131 pessoas normotensos ou hipertensos leves moderados, e registaram as flutuações de tensão nas interações sozinhos, com famílias, amigos ou com estranhos. Os resultados mostraram que os níveis de pressão arterial foram mínimos, quando as pessoas estavam com as famílias e mais elevadas quando as pessoas estavam com desconhecidos.

Noutro estudo, Holt-Lunstad et al., (2003) efetuou durante 3 dias medição 24 horas da pressão arterial um registo de interações de 102 homens e mulheres normotensos saudáveis em avaliação ambulatorial na leitura feita 5 minutos após cada interação social. Os participantes preencheram um diário que incluía a categorização estrutural do relacionamento e avaliações da qualidade do relacionamento com o parceiro de interação. Os autores

concluíram que as interações com familiares e cônjuges estavam associadas a uma pressão arterial ambulatorial mais baixa. As interações com membros da rede ambivalente (caracterizadas por sentimentos positivos e negativos) estavam associadas à pressão arterial sistólica ambulatorial mais alta.

Os efeitos relatados em meta-análises são altamente consistentes com relação à ligação entre apoio social e redução de doenças e mortalidade. Nesta revisão de meta-análises sobre a relação apoio social e longevidade, há efeitos muito claros para qualquer tipo de apoio social (estrutural, funcional) em estudos correlacionais, experimentais ou longitudinais e conclui que há evidência bastante forte que apoia esta hipótese, particularmente nos primeiros anos de vida (Vila, 2021).

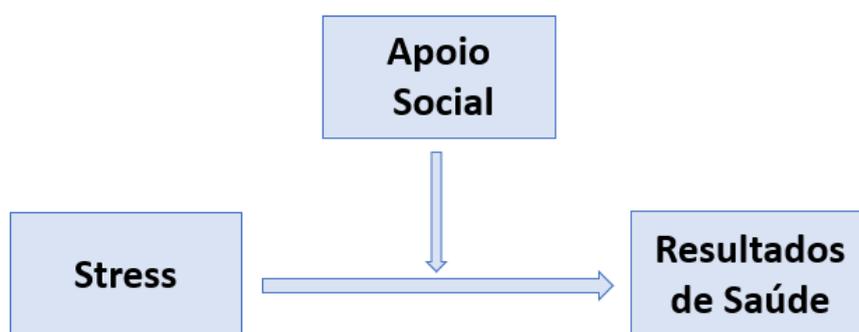
Portanto, no modelo direito, é importante realçar, os estudos acima mostram que as pessoas quando estão em relacionamentos conjugais abusivos, mal estão perto destas pessoas, estes ficam em stress e isto faz com que as pessoas adoçam mais facilmente. Pelo contrário, quando estamos perto das pessoas que nós gostamos ficamos mais relaxados, o que transmite efeito direito nas relações sociais na saúde.

2.2.2.2. Modelo de buffer

O efeito moderador do apoio social (buffer) refere-se à importância dos recursos que um indivíduo recebe ou percebe estarem disponíveis nas suas redes sociais, como os grupos de apoio formais e os relacionamentos informais de ajuda (Sneed & Cohen, 2014). Ao contrário do modelo direto, este modelo prevê que a existência de recursos sociais atua como uma almofada, uma forma de atenuar os impactos negativos das situações potencialmente nefastas. A Figura 2.8 visualiza o apoio social como buffer que tem resultados satisfatórios na saúde.

Figura 2. 8.

Modelo de buffer da ligação entre apoio social e saúde



Fonte: Adaptada

A ideia geral deste modelo é que a percepção de apoio social elimina ou enfraquece o impacto do estressor nos resultados de saúde e qualidade de vida (Cohen, 2004). O efeito de buffer do apoio social foi estudado no contexto de díades (por exemplo na demência). Um total de 108 díades de indivíduos com demência no estágio inicial e um parceiro cuidador foram avaliados na linha de base e com um mês de intervalo. Gellert et al. (2018) concluíram que a qualidade da relação moderava o impacto das situações de stress na saúde.

Carpenter et al., (2010) realizaram investigações sobre o apoio social que modera a relação entre o funcionamento físico e os resultados psicológicos testando a hipótese de amortecimento do stress. Neste estudo, participantes (N = 260) sobreviventes de cancro (cervical, n = 47; endometrial, n = 133; ovariano, n = 69; vulvar, n = 11), o apoio social foi testado como um buffer de resultados psicológicos adversos. Os resultados informaram que o suporte social teve benefício geral para sintomas depressivos, cujos efeitos diversificavam a partir da fonte ou tipo de suporte. Concluíram as circunstâncias para sobreviventes de cancro sobrecarregadas com sintomas físicos podem ser piores para aquelas com menos recursos de apoio social.

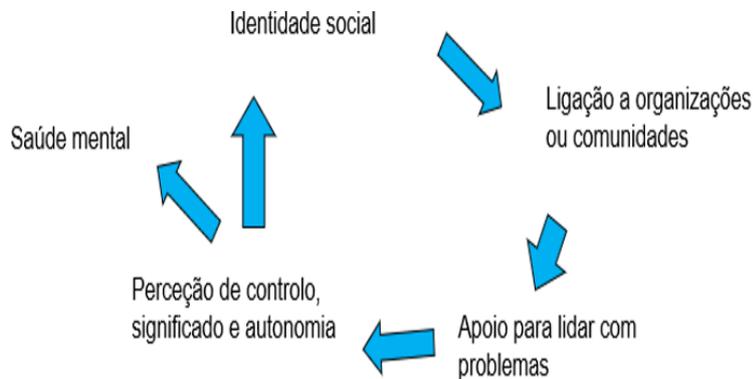
Como vimos na literatura anterior o apoio social é considerado como amortecedor do stress, e funciona na redução do stress, quando o apoio social é percebido, deste modo, reduz os sintomas físicos e psicológicos (Uchino et al., 2012) originando assim, na saúde física alegria, satisfação com a vida, domínio e a eficácia (Crittenden et al., 2014; Hostinar, 2015). A evidência é consistente ao papel do apoio percebido como buffer no desenvolvimento e curso de doenças cardiovasculares, bem como na suscetibilidade das doenças infecciosas (Berkman et al., 2000; Uchino, 2004).

2.2.2.3. Identidade social como buffer do stress

A aplicação da teoria da identidade social à saúde tem sido designada como abordagem da “cura social” (Haslam et al., 2009). Prende-se com a ligação da identificação com um grupo e a saúde e bem-estar dos indivíduos. A identidade social pode estar mais ligada à parte da saúde, porque as pessoas com maior identidade social estão mais ligadas às organizações e às comunidades, por isso têm mais apoio para lidar com os problemas, têm mais percepção de controlo, significado e autonomia e isto está ligado à saúde mental e saúde física chamado ciclo virtuoso da identidade social (Haslam et al., 2009).

Figura 2. 9.

Ciclo virtuoso de identidade social na saúde



Fonte: Adaptada

Portanto, a identificação com um grupo potencia o relacionamento pessoal, atenua os efeitos de eventos negativos, dá recursos para resistir à discriminação, situações difíceis isto está relacionado à saúde e bem-estar (Haslam et al., 2009).

Participar em atividades sociais e comunitárias tem provado ser benéfico para a saúde e o bem-estar (Gleibs et al., 2011; Lima et al., 2019; 2021; Wakefield et al., 2022). Por exemplo, a participação de pessoas idosas nos clubes da água em casas de repouso (Gleibs et al., 2011) tem sido usada para combater a desidratação. Neste estudo, os autores mostraram que beber a água neutraliza os perigos da desidratação, mas que é a participação nesta ação coletiva que, estabelecendo e dinamizando a interação social entre os residentes, proporcionou benefícios relacionados à saúde. Deste modo, os clubes de água tiveram resultados positivos ao dar apoio social que ajudou a criar um senso compartilhado de identidade social entre os residentes.

Outro exemplo de estudo de laços grupais em associações de coletividades, foi realizado por Wakefield et al., (2022) sobre a eficácia da prescrição social, que reforça as conexões sociais. Participaram pacientes que se sentiam isolados, solitários e ansiosos (N=630) em 3 momentos do tempo: no início, 4 meses depois (N=178) e 6-9 meses depois (N=63). Resultados mostraram a relação entre o aumento de associações a grupos e a qualidade de vida, mediada pela pertença a grupos, aumento do apoio social percebido e diminuição da solidão. E concluíram que a prescrição social melhora a saúde e bem-estar por meio de mecanismos de cura social.

Portanto, os laços grupais em associações e coletividades proporcionam benefícios positivos a saúde (física, mental) e bem-estar.

2.3. Stress no trabalho

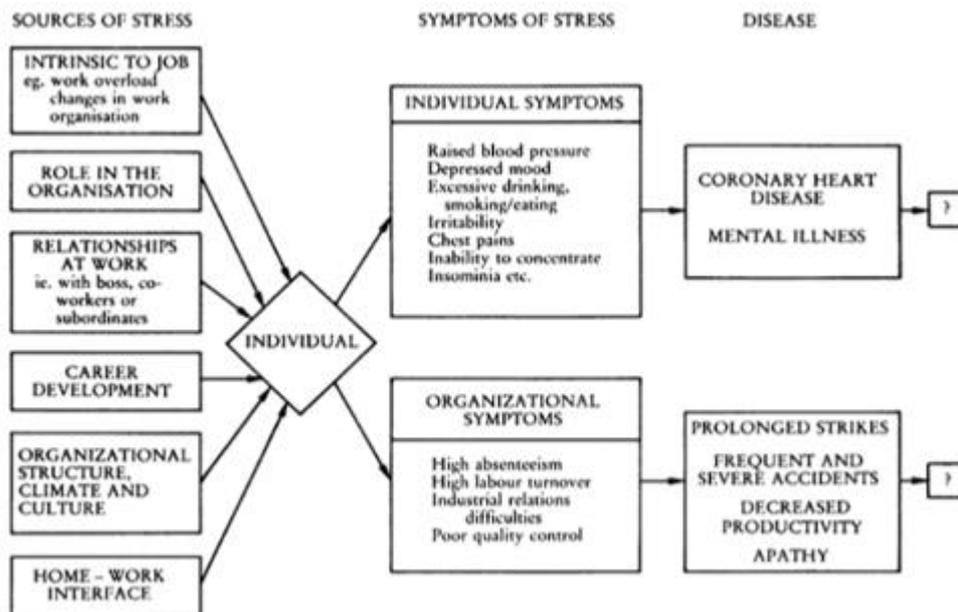
O stress no trabalho é «a resposta que as pessoas podem ter quando são apresentadas as demandas e pressões de trabalho que não correspondem aos seus conhecimentos e habilidades e que desafiam sua capacidade de lidar» define a Organização Mundial da Saúde (OMS) citada por Maulik (2017, p. 441), ou seja, é um obstáculo significativo em diversas organizações, com potenciais repercussões negativas na saúde e bem-estar, produtividade e satisfação no trabalho dos empregados (Vallasamy et al., 2023).

O trabalho é possível ser satisfatório e envolvente, contudo da mesma forma é capaz de ser estressante e mover resultados de saúde desagradáveis (Cartwright & Cooper, 2014). Segundo Contreras et al., (2021), o local de trabalho é um espaço onde os trabalhadores exercem a sua profissão, assumem cargos, convivem com outras pessoas, partilham experiências, socializam, determinam padrões de comportamento e interpretam individualmente o ambiente de trabalho, estruturado por critérios organizacionais da empresa e a partir dos procedimentos de interação social. Deste modo, para lidar com o stress os indivíduos recorrem ao recurso de apoio dos grupos.

O stress é um problema de saúde que existe no mundo profissional e individual. O stress no trabalho pode levar o processo de ativação dos sistemas, se for de forma prolongada ou repetida, os indivíduos correm risco de desenvolver doenças físicas, doenças mentais e o sofrimento psicológico (Bhui et al., 2016).

Figura 2. 10.

Modelo de stress no trabalho



Fonte: (Cartwright & Cooper, 1997, p. 14)

No que concerne ao fenómeno do stress, décadas de investigações avançaram diversos fatores que contribuem para o stress no ambiente laboral que são eventualmente prejudiciais à saúde (por exemplo Cartwright & Cooper, 1997):

- a) Características de emprego: são aquelas que não favorecem ao trabalhador uma qualidade de vida no exercício das atividades. Aqui se refere os fatores intrínsecos, as condições de trabalho, os trabalhos em turnos, as atividades de risco, a sobrecarga do trabalho (Limongi-França & Rodrigues, 2014), excesso de trabalho, ambiente de trabalho, as condições ergonómicas (Nahas, 2017). No contexto laboral as temperaturas elevadas têm consequências negativas que alteram o comportamento do indivíduo como o humor, fadiga, desidratação, desmotivação, absentismo, cujos efeitos manifestam no organismo, a partir de doenças tais como: diminuição da capacidade mental, doenças crónicas, alteração de frequência cardíaca, distúrbios do sono, cansaço e irritabilidade. Deste modo, os fatores ambientais afetam a saúde do trabalhador quando exposto ao excesso de calor no local de trabalho, humidade, calor radiante e ventos. Importa referir que a excessiva exposição ao sol provoca stress, sendo prejudicial para a saúde, porquanto o sol possui radiação ultravioleta que provoca cancro da pele, catarata, envelhecimento precoce e outras doenças de fórum da saúde física e mental (Costa et al., (2011). Portanto, o stress no trabalho leva ainda as pessoas a manifestarem diferentes comportamentos tais como: o uso de tabaco, consumo excessivo de álcool, pular refeições o que pode influenciar aos problemas de saúde.

- b) Papéis na organização: são aqueles que implicam responsabilidade e ambiguidade (Haslam et al., 2018). Refere-se aos conflitos de papéis na organização, bem como a responsabilidade em relação os assuntos pertinentes as pessoas dentro da organização (Limongi-França & Rodrigues, 2014). A cultura organizacional tem um impacto essencial, não apenas em como os indivíduos pensam e se comportam, todavia também em como a organização e seus membros são afetados e respondem a mudanças no ambiente interno e externo (Cartwright & Cooper, 2014).
- c) Relações de trabalho: refere-se às relações entre chefe e subordinado, as pressões exercidas pelos chefes. O trabalho que fornece recursos económicos para suprir as necessidades, recursos sociais (suporte social, estatuto social e instrumental) e recursos psicológicos (sentido de identidade, contribuição pessoal e afeto), são indicadores indispensáveis para o desempenho do papel do trabalhador na família (Chambel, 2016). Os recursos ganhos, a partir da atividade que a pessoa exerce no contexto laboral podem facilitar a vida familiar do indivíduo de forma harmoniosa e resolver os problemas dos mesmos.
- d) Desenvolvimento da carreira: refere-se a falta de segurança no trabalho (Limongi-França & Rodrigues, 2014) promovido, despromovido ou despedido (Haslam et al., 2018).
- e) Fatores organizacionais: refere a cultura e liderança, falta de senso de pertencimento (Limongi-França & Rodrigues, 2014) ameaças potenciais à integridade da pessoa, sua autonomia e identidade pessoal (Azevedo et al., 2019).
- f) Interface Trabalho-casa: pode ser como fonte de equilíbrio ou de conflitos (Haslam et al., 2018). Diversos dos aborrecimentos que os indivíduos vivenciam na vida contemporânea na interface entre trabalho e casa, tem aumentado principalmente nas famílias com dupla carreira, o que afeta no trabalho e os relacionamentos em casa (Cartwright & Cooper, 2014). O fenómeno trabalho-casa a literatura tem mostrado que a interface lar (família) e trabalho é um fenómeno fundamental na saúde ocupacional (Carvalho, 2016) com diversas consequências para a saúde e bem-estar dos indivíduos nas organizações, devido ao papel que este desempenha na família e nas organizações que por vezes tem sido incompatível, como refere Chambel (2016), a mesma realça o estudo realizado por Carvalho & Chambel, (2016) com os trabalhadores de um município português, onde notou-se que os conflitos entre trabalho e família influenciam a saúde e bem-estar no contexto de trabalho dos funcionários. Entretanto, quando à relação entre os dois fenómenos era positivo desencadeava satisfação de vida dos trabalhadores. É importante ressaltar que os trabalhadores que vivem interferências no desempenho do seu trabalho e na família, pode desencadear problemas de saúde (física e psicológica) e no bem-estar (Allen, et

al., 2000 citado por Chambel, 2016). Sendo assim, quando o trabalho não favorece positivamente as necessidades dos trabalhadores, desencadeia doenças do fórum da psique (Dejours, 1980). Importa salientar que na medida em que trabalho beneficia a família pelos recursos conseguidos, através da atividade profissional que exerce, permite valorizar, e ajudando-os a ter afetos mais positivos e desempenho na família (Aryee, Srinivas, & Tan 2005; Greenhaus, & Powell, 2006; Chambel, 2016).

Relativamente ao stress no trabalho, a maneira como as organizações podem reduzir o stress (Kompier et al., 2010), depende da natureza do trabalho, deste modo capaz de ser menos estressante, introduzindo intervenções de nível primário (por exemplo, reformulação do trabalho, mudança cultural), mudando as atitudes e comportamentos do indivíduo por meio de intervenções de nível secundário (por exemplo, treinamento de gerenciamento do stress e programas de promoção da saúde) ou iniciando intervenções de nível terciário para providenciar auxílio e assistência para acelerar a recuperação dos funcionários angustiados (por exemplo, aconselhamento dos funcionários). As intervenções a nível primário são vistas como meios mais eficazes e eticamente rígidos para prevenir e diminuir o stress dos trabalhadores, bem como a saúde instável conectada ao stress (Noblet & LaMontagne, 2006). Outro exemplo de prevenção do stress no local de trabalho foi a pesquisa realizada pelo Cooper, Liukkonen e Cartwright (1996), citado por Cartwright & Cooper, (2014) onde descobriram que a intervenção de nível primário projetada para melhorar a comunicação e a consulta em alguma empresa resulta na diminuição do absentismo. Ao passo que as intervenções a nível secundário, as evidências da eficácia permanecem muito mistas, tal como constatou Richardson & Rothstein, (2008) na meta-análise para determinar a eficiência das intervenções de gestão do stress em ambientes de trabalho. Nos trinta e seis estudos experimentais dirigiram 55 intervenções, com a amostra de 2.847 nas quais 59% eram mulheres, com idade média de 35,4 anos e duração média da intervenção de 7,4 semanas. E concluíram que os tipos de intervenção desempenham um papel moderador, os programas cognitivo-comportamentais criaram substancialmente efeitos maiores, do que outros tipos de intervenções, porém se as componentes adicionais de tratamento fossem aumentadas, o efeito era reduzido. Vale lembrar que os programas de aconselhamento dos funcionários mostraram que as intervenções melhoram significativamente a autoestima e diminuem a depressão e a ansiedade, contudo têm impacto negativo na satisfação no âmbito da organização (Cartwright & Cooper, 2014).

Depois de salientarmos diversos argumentos dos autores sobre a fonte de fatores que contribuem para o stress no contexto de trabalho e de como reduzir ou prevenir far-se-á abordagem relativo aos estudos sobre o stress no trabalho dos vendedores ambulantes.

2.3.1. Stress nos vendedores ambulantes

Nos últimos anos, alguma investigação tem sido dedicada aos desafios enfrentados pelos trabalhadores nos mercados informais, particularmente os vendedores ambulantes na perspectiva da saúde e bem-estar físico, mental e psicológico. A venda ambulante é uma forma de emprego informal e as condições de trabalho têm sido prejudiciais à saúde, (Sepadi & Nkosi, 2022).

Segundo Thomas, (2013); Saxena & Setoya, (2014) referido por Shrivastava et al., (2015) a boa condição de trabalho dos vendedores ambulantes permite que as pessoas tenham um estado de saúde mental que favoreça a produção. Para OMS, a qualidade de vida tem grande impacto na saúde mental. Os vendedores ambulantes tendem a ter más condições de trabalho, renda irregular, dificuldade de acesso aos serviços de saúde e são vulneráveis a problemas de saúde (McCauley, 2005 conforme referido por Ko Ko et al., 2020).

Nos parágrafos seguintes descrevemos alguns dos estudos realizados sobre as condições de trabalho dos vendedores ambulantes.

Mesquita & Santos, (2016) fizeram uma investigação sobre camelôs (vendedores ambulantes) que consistiu em avaliar a saúde mental, as condições de trabalho, correlacionar a idade e tempo de serviço ao sofrimento psíquico e verificar a relação significativa entre homens e mulheres, casados e solteiros. Participaram 40 trabalhadores num estudo de corte transversal, a partir da entrevista semiestruturada ao “Questionário Geral de Saúde de Goldeberg (1972)” composto de 12 itens (QSG-12). Concluíram que dos 40 trabalhadores camelôs, têm 40 anos e trabalham mais de oito horas por dia, e cerca de 65% acreditam que o seu trabalho provoca alguma doença. E relataram que o ambiente de trabalho é desorganizado, sujo e quente. Dos 47,5% participantes apontaram sofrimento psíquico significativo. Portanto, neste estudo as condições de trabalho dos vendedores ambulantes são ruins e mais da metade dos trabalhadores relataram que as condições de trabalho dos camelôs afetam a sua saúde.

Ko Ko et al., (2020) efetuou um estudo sobre os locais de trabalho dos vendedores ambulantes em dois grupos de 21 observações de campo e 47 entrevistas semiestruturadas de trabalhadores do lar e de vestuário em Yangon, capital de Mianmar. Neste estudo, identificou-se a exposição aos riscos de saúde ocupacional, às características físicas dos locais de trabalho, os que trabalham em espaços públicos com cobertura mínima, experimentam os efeitos diretos da poluição, riscos ergonómicos ao levantar e transportar mercadorias pesadas. Já os trabalhadores de vestuário em casa, muitos vivem e trabalham em habitações insalubres e bairros carentes, estes podem sofrer as consequências da poluição por trabalharem dentro ou perto de suas casas e riscos ergonómicos por má postura. De realçar que em ambos os grupos enfrentam desafios de insegurança, falta de proteção

social aos ambientes físicos e sociais em locais específicos de trabalho, o que influencia na saúde e bem-estar dos dois grupos.

Um outro estudo realizado por Bernardino & Andrade (2015), sobre o trabalho informal e as repercussões para a saúde do trabalhador direcionou, a partir de uma revisão integrativa. Concluíram que na venda ambulante existem baixas remunerações, jornadas longas de trabalho, o que desencadeia morbidades de natureza física e mental, observada na América Latina, Índia, Honduras ou nos Estados Unidos de América. Como resultado enfatizam-se os riscos dos ambientes de trabalho por acidente ergonómico, físico, químico ou biológico. De facto, estes aspetos influenciam negativamente a saúde do trabalhador e que pode afetar o sistema osteomuscular e a saúde mental. Vale lembrar a respeito das longas horas de trabalho das vendedoras ambulantes, Wong et al., (2019), efetuaram um estudo sobre o efeito de na saúde ocupacional e demonstraram que o mesmo afetam negativamente a saúde ocupacional dos trabalhadores. Por exemplo: aumento dos problemas de saúde mental, diminuição da qualidade e quantidade de sono, lesões lombares, pressão arterial alta e mulheres com risco de aborto espontâneo, menor peso do filho ao nascer (Sepadi & Nkosi, 2022).

Na cidade de Barishal por causa da pobreza, analfabetismo, falta de emprego, família grande, busca de melhores condições de vida, inadequação educacional e profissional, condições de vida vulnerável, o número de vendedores ambulantes tem sido maior. Rahman (2019), realizou um estudo sobre os vendedores de rua na cidade de Barishal do Bangladesh, com a finalidade de saber a condição socioeconómica, condição psicológica e os riscos deste tipo de emprego. Para tal usou método de triangulação como a qualitativa e a quantitativa, a partir da amostragem intencional, com amostra de 60 em que analisou 10 casos em percentagem e a distribuição dos dados comparativos. E concluiu-se que embora os camelôs tenham uma contribuição notável para a economia e para a comunidade local em Bangladesh, porém o padrão de vida é muito baixo. Não têm acesso a água potável pura, higienização do vendedor é insuficiente, os negócios são realizados em condições incertas e vivem em condições miseráveis. Os vendedores ambulantes se dedicam a ganhar a vida em uma condição arriscada, muitos vivem abaixo da linha da pobreza em favelas da cidade que não são higiénicas e em locais anti-higiénicos eles mantêm seus produtos de venda. Tal facto agrava a situação precária da saúde dos vendedores ambulantes, o que sempre leva ao stress mental e deste modo afeta a sua família (Rahman, 2019).

Sepadi & Nkosi (2022), efetuaram uma avaliação sistemática da literatura na África do Sul sobre exposições ambientais, ocupacionais e os efeitos na saúde dos vendedores informais de comida na rua. 354 publicadas revisadas e 9 foram incluídas, a partir de diretrizes dos itens de relatório das revisões sistemáticas e meta-análises. Deste modo, os autores acima mencionados mostraram que os vendedores ambulantes estão expostos aos riscos no local de trabalho que afetam a saúde e bem-estar.

Paola et al., (2018) realizaram um estudo sobre vendas ambulantes numa perspetiva psicológica, para medir os níveis de stress e ansiedade, na Colômbia, no município de Mosquera Cundinamarca. Com a finalidade de comparar os grupos de vendedores ambulantes autorizados e não autorizados. Para tal usaram a metodologia quantitativa, a partir do questionário de stress do Ministério da Saúde e Proteção Social e o inventário de ansiedade do estado-traço de Spielberger. O resultado mostrou diferença significativa de ($p=00,1$), o contexto do trabalho interfere o estado de saúde mental dos que praticam a venda ambulante. Segundo Guerrero & Varela (2016), a condição de trabalho do vendedor ambulante altera a saúde mental, a partir do stress, por conseguinte, os altos níveis de stress, alteram o estado físico e psicológico tornando o organismo mais vulnerável com os eventos stressantes. Outrossim, os níveis de stress quando são fortes e prolongados podem causar patologias como ansiedade, medo (Coduti et al., 2013).

Relativamente sobre a questão das condições de trabalho dos vendedores ambulantes, os referidos autores da pesquisa identificaram a falta de infraestrutura, longos dias de jornadas do trabalho, poluição do ar, falta de conhecimento da saúde e higiene nas suas atividades.

Existem diversos fatores de risco ocupacional na saúde dos vendedores ambulantes, apontados como a falta de infraestruturas que enfrentam, falta de abrigos, acesso limitado à eletricidade, dificuldade de acesso à água, instalações sanitárias, gestão inadequada de resíduos, riscos dos problemas de saúde respiratória, a do covid-19 e infeções gastrointestinais, infeções urinárias e problemas de saúde reprodutiva, falta de princípios e direitos fundamentais no trabalho (Sepadi & Nkosi, 2022).

Relativamente, ao stress existem outros fatores ameaçadores de stress na venda ambulante que é a presença das autoridades ou os agentes quando levam os bens das vendedoras. Estes fatores têm impactos na saúde que podem afetar o desempenho do trabalho (Paola et al., 2018). O relatório de Human Rights Watch, (2013) frisa que na atividade de venda ambulante, os agentes (fiscais e polícias) são as pessoas que impedem estes trabalhadores a exercerem as suas atividades na rua, sem documentos de identificação de autorização da venda ambulante. Estes trabalhadores se deparam esporadicamente diversas vezes ao dia, rusgas dos agentes (polícia de ordem pública e o fiscal do governo que prestam contas à polícia) às vezes aparecem de forma civil no contexto da zunga dependendo do local, como foi referido. De realçar que estes agentes fazem rusgas de forma conjunta. Durante a operação os fiscais estão munidos de porretes e acompanhados por agentes da polícia armados, indo atrás dos trabalhadores ambulantes a pé, de carrinha de caixa aberta ou de motorizada, às vezes em movimentos na via pública com velocidade provocando acidentes por atropelamentos e mortes. Por vezes, os comerciantes não têm como recolher o seu

negócio e são confiscados os negócios, por outro lado, sofrem agressões físicas e psicológicas em seus locais de venda.

Em locais de grande fluxo de clientes e de procura de produtos, os vendedores ambulantes percorrem em massa para despachar os negócios para conseguir alguma coisa para os filhos e as famílias. Nos locais de venda ambulante o perigo está eminente, visto que preferem circular vendendo os seus produtos nos trânsitos, paragem (táxi, autocarros, motorizadas), nas portas das grandes empresas, junto as escolas e faculdades entre outros locais. Segundo o relatório Human Rights Watch, (2013) os agentes extorquem subornos com regularidade, a violência, humilhação pública, espancamentos com porretes e outros objetos, pontapés, estalos e murros, que provocam ferimentos e inchaços nos braços, pernas e rosto. Estas autoridades não poupam as mulheres vendedoras ambulantes grávidas, com bebés às costas das agressões. Algumas por se encontrarem grávidas e por levarem os seus filhos na venda ambulante são lentas a fugir das repressões o que as torna mais vulneráveis às agressões, estas ações inflamantes são vistas por diversas testemunhas.

Assim sendo, de acordo com os autores acima referidos, no exercício da venda ambulante existem estressores que podem desencadear o stress sendo que o mesmo altera a saúde mental e física, a partir dos altos níveis de stress deparados pelas condições de trabalhos, deixando o organismo destes trabalhadores mais vulnerável às doenças suscitadas pelos eventos estressores. Nestes estudos, a maior parte das investigações identificaram fatores de stress (modelo do estímulo) e descreveram as consequências para a saúde dos vendedores ambulantes. Não foi dado ênfase aos fatores sociais que podem servir de atenuadores do stress, e por isso o estudo atual pretende preencher esse vazio na literatura.

2.4 Questões de investigação e hipóteses

As zungueiras no espaço laboral da venda ambulante, tentam viver as suas vidas com dignidade e respeito próprio, trabalhando diariamente para o sustento das famílias.

No local de trabalho da zunga, estas mulheres experienciam situações de aborrecimentos, vendem em locais impróprios, os conflitos entre zungueiras e os agentes e sem políticas de proteção social e mortes. Todos esses acontecimentos, e sendo um trabalho difícil, cansativo, pelas condições que trabalham e o carregamento do peso dos negócios, podem provocar stress a estas mulheres e efeitos negativos que afeta a saúde. No âmbito da literatura angolana, não há estudos sobre as zungueiras, frisando sobre o estudo do stress nas suas condições de trabalho, nem sobre o papel das relações sociais neste contexto. Diante desta realidade decidimos elaborar as questões de investigação como vedes abaixo:

- ✓ Será que na atividade de venda ambulante das zungueiras da cidade de Luanda-Angola existem fatores de stress?

- ✓ Que opiniões as zungueiras atribuem ao stress no contexto da atividade de venda ambulante?
- ✓ Quais os grupos sociais mais relevantes para as zungueiras na venda ambulante?
- ✓ Quais as identidades sociais mais relevantes para as zungueiras?
- ✓ Como é que estes grupos se relacionam com a vivência do stress das zungueiras?

Para este estudo usou-se como contexto teórico:

- Modelo transacional do stress (Lazarus & Folkman, 1984)_ fatores percebidos na situação pelas zungueiras e o uso dos recursos do processo de avaliação do stress;
- Modelo dos fatores de stress no local de trabalho (Cartwright & Cooper, 1997) _ No local do trabalho existem fatores que contribuem para o stress laboral (por exemplo Cartwright & Cooper, 1997), usamos este modelo para a classificação dos fatores de stress no trabalho;
- Modelo da identidade social (Tajfel & Turner, 1979) _ para ver como as identidades das zungueiras podem atenuar as relações entre o stress e a saúde, bem como identificar os grupos sociais de categorização das vendedoras ambulantes, as quais pertencem e que lhes ajudam a enfrentar os eventos do trabalho da venda ambulante.

A presente investigação pretende testar as seguintes hipóteses formuladas:

Hipótese (1)

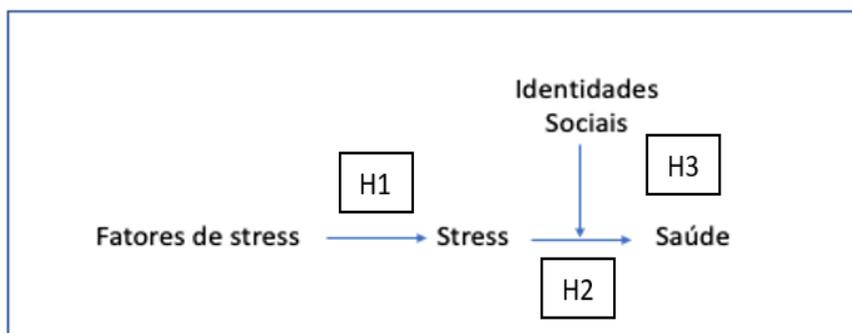
- As condições de trabalho na venda ambulante provocam stress nas zungueiras (Modelo dos fatores de stress no local do trabalho Cartwright & Cooper, 1997);

Hipótese (2)

- O stress das zungueiras está associado a problemas de saúde: geral, física e mental (Modelo transacional de stress Lazarus & Folkman, 1984);

Hipótese (3)

- As identidades sociais têm um papel protetor dos efeitos do stress nas zungueiras (Modelo da cura social Haslam, et al., 2018).



Capítulo 3.

Estudo 1: Levantamento das opiniões das zungueiras sobre o stress e seus grupos relevantes

O capítulo 3 apresenta o primeiro estudo empírico desta tese e procura fazer um levantamento dos fatores de stress e dos grupos relevantes para as zungueiras.

No primeiro capítulo analisámos os estudos realizados sobre a vida das zungueiras e constatámos que não havia trabalhos realizados numa perspetiva psicossocial sobre as condições de trabalho destas mulheres. No segundo capítulo apresentámos o enquadramento teórico deste trabalho. Baseámo-nos em dois grandes pilares conceptuais: as perspetivas transacionais do stress aplicadas ao contexto de trabalho e a perspetiva da cura social que salienta o papel das pertenças grupais na gestão do stress. Neste estudo iremos ouvir as zungueiras para identificar as suas perspetivas sobre quais são os fatores de stress relevantes na sua vida de trabalho e quais são as pertenças grupais relevantes.

3.1. Introdução e objetivos do estudo

No primeiro capítulo abordámos os estudos existentes sobre as atividades de venda ambulante em Angola. Gostaria de explicitar aqui os diversos motivos que nos levaram a estudar a atividade de venda ambulante das zungueiras.

Em primeiro lugar, interessou-nos este tema devido às questões de desigualdade do género, sendo que essas mulheres são as que mais sofrem neste âmbito laboral informal, pois muitas além de exercerem o trabalho doméstico na sua casa e sem condições para pagar uma auxiliar (empregada), antes de sair de casa deixam tudo arrumado, a comida já confeccionada para os filhos e o marido. Algumas zungueiras casadas e com filhos são responsáveis da gestão doméstica do seu lar e trabalham na zunga para sustentar a família;

Em segundo lugar, observava as dificuldades sentidas por estas mulheres no quotidiano. Durante a zunga as mulheres vendedoras ambulantes carregam muitos produtos de venda (frutas, roupas, água, hortícolas entre outros produtos), e percorrem pelas ruas com os negócios amarrados com um pano às costas, com bacia na cabeça e nas mãos, ao passo que nos homens, nota-se que vendem negócios leves e carregam nas mãos e não se movimentam tanto como as mulheres, pois estes ficam em pé nos entroncamentos das vias, nas bermas da estrada, e convidam os automobilistas que vão passando para aquisição dos seus produtos e não carregam pesos como as mulheres zungueiras;

Em terceiro lugar, quando o marido não trabalha são elas que os sustentam;

Em quarto lugar e último, conhecemos situações de abuso de poder das autoridades face às zungueiras. A venda ambulante é uma atividade difícil e cansativa, e sendo as mulheres zungueiras as que mais sofrem quando são deparadas pelos fiscais e polícias, são agredidas física e psicologicamente. De realçar que na venda ambulante, tem existido casos de mortes por arma de fogo e por atropelamentos, o que tem chocado muito a sociedade angolana. Digamos, a forma em que os agentes se dirigem a estas mulheres é diferente em relação aos homens (zungueiros). Portanto, na atividade de venda ambulante as mulheres (zungueiras) são as que mais afluem a esta prática do que os homens (zungueiros).

Diariamente em Angola, particularmente na cidade de Luanda depara-se com muitas zungueiras, que circulam pelas ruas da cidade a venderem seus produtos em lugares não autorizados. No contexto desta atividade essas mulheres correm riscos de vida e enfrentam diversos desafios para ajudar as suas famílias. Conhecendo estas dificuldades, pretendemos neste estudo aplicar às zungueiras o que apurámos sobre o stress no trabalho e sobre o poder dos relacionamentos sociais para a sua gestão. Assim, elaborámos as seguintes questões de investigação:

- Quais as opiniões das zungueiras sobre o stress na atividade de venda ambulante?
- Quais os grupos mais relevantes para as zungueiras?
- Quais são as fontes de stress?

Deste modo, no estudo 1 traçámos os seguintes objetivos:

- ✓ Identificar os fatores de stress na atividade de venda ambulante na cidade de Luanda;
- ✓ Citar as identidades sociais relevantes para as zungueiras (a que grupo pertencem).

O estudo 1 qualitativo é um estudo preparatório para o segundo estudo que permitirá identificar o impacto dos fatores de stress e o papel dos grupos sociais na saúde das zungueiras.

3.2. Método

Para recolha de dados do estudo 1 foi utilizado o método qualitativo.

3.2.1. Procedimentos

No estudo 1: Levantamento das opiniões do stress nas zungueiras mulheres vendedoras dos mercados informais da cidade de Luanda. Para tal usou-se o método qualitativo e a técnica de entrevista. Para tratamento e interpretação dos dados, utilizou-se o software informático aplicativo do Nvivo 12 como qual se fez a análise de conteúdo.

3.2.2. Construção do guião da entrevista

Em primeiro lugar elaborámos um cronograma de atividades que serviu de controlo, determinação dos trabalhos e seu posicionamento no tempo (Júnior & Santos, 2015).

De seguida, procedemos ao trabalho conceptual de validação do conteúdo da entrevista. Segundo Simões (2016), a validade de conteúdo é um processo necessário na etapa da construção da entrevista, pois permite saber se as perguntas sobre o assunto em estudo são representativas do objetivo da entrevista. Para isso, identificámos 3 grandes temas, correspondentes aos objetivos da entrevista:

- As opiniões sobre o stress das mulheres zungueiras dos mercados informais da cidade de Luanda na atividade de venda ambulante;
- O apoio social e as identidades sociais relevantes para as zungueiras;
- O tipo de relacionamento social que as protege do stress ou que as prejudica.

Para validação do conteúdo da entrevista, fez-se um guião de entrevista submetido a 5 juízes: 4 doutores e 1 mestre. Cada juiz fez a avaliação do grau da clareza de cada pergunta da entrevista numa escala de 1 a 4 (em que 1=Não Clara, 2=Pouco Clara, 3=Clara e 4 = Muito Clara). Depois de os juízes assinalarem as questões, se calculou o Índice de Validade do Conteúdo (IVC). Este método permitiu medir a percentagem das perguntas que estão em concordância sobre determinados aspetos ou itens do instrumento (Simões, 2016). O IVC foi calculado para cada pergunta através da fórmula:

$$\text{IVC} = \frac{\text{Respostas 3,4}}{\text{Total de Juízes}} \times 100$$

A validade é o crucial fator de seleção e aplicação de instrumentos para tratamentos dos dados mensurados. Recomenda-se que o IVC das perguntas atinja valores superiores a 0,78 para serem validadas (Lynn, 1986; Simões, 2016). As perguntas abaixo dos 78% devem ser eliminadas ou reformuladas.

Tabela 3. 1.*Índice de Validade do Conteúdo*

Juízes							
Perguntas	1	2	3	4	5	3,4	IVC
1	2	1	4	2	2	1	20
2	2	3	2	2	2	1	20
3	4	3	4	3	3	5	100
4	4	1	4	3	3	4	80
5	4	4	4	3	3	5	100
6	2	2	3	2	2	1	20
7	4	2	3	2	3	3	60
8	4	1	3	2	3	3	60
9	4	3	3	2	3	4	80
10	4	3	3	2	3	4	80
11	4	3	3	2	3	4	80
12	4	2	3	2	3	3	60
13	4	3	3	2	3	4	80
14	4	3	3	2	3	4	80
15	4	3	3	2	3	4	80
16	3	2	3	2	3	4	80
17	3	2	3	4	3	4	80
18	3	2	3	4	3	4	80
19	3	4	3	4	3	5	100
20	2	3	3	3	3	4	80
21	2	1	3	2	2	1	20
22	2	3	3	3	3	4	80
23	2	3	3	3	3	4	80
24	3	3	4	2	3	4	80
25	3	3	4	2	3	4	80
26	2	4	4	4	3	4	80
27	3	3	4	3	3	5	100
28	3	3	4	3	3	5	100
29	3	3	4	3	3	5	100
30	3	3	4	3	3	5	100

No instrumento fizemos as perguntas com valores de IVC inferiores a 0,78 (perguntas n. º 6, 7, 12). De realçar que, as questões foram organizadas por temas e também foram inseridas as questões relacionadas às variáveis sociodemográficas de cada entrevistada – idade, estado civil, habilitações académicas, situação de emprego, origem étnica, número de filhos e com quem vive. A entrevista teve 27 perguntas semiestruturadas, acompanhadas com um texto de introdução e de consentimento informado (ver anexo).

O projeto de investigação foi submetido ao comité de conduta de ética do Iscte e recebemos a declaração da responsabilidade e de conduta ética em que a investigação seguiu em conformidade com as disposições contidas no código de conduta ética na investigação do Iscte.

3.2.3. Trabalho do campo

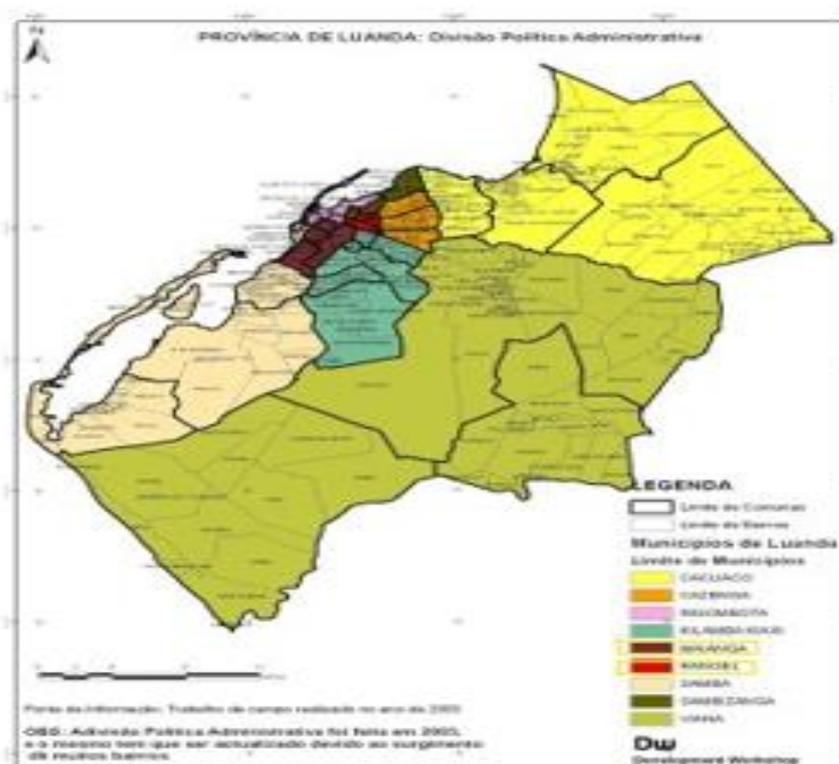
As atividades da investigação foram efetuadas no mês de agosto, setembro e a terceira semana do mês de outubro de 2019.

Zonas de trabalho do campo (localização geográfica)

As vendedoras ambulantes preferem estar em zonas onde o cliente tem maior poder económico (Lopes, 2014), isto é, no centro da cidade, por exemplo no Prenda, Cassenda, São Paulo, Ingombota, Maianga, Congolenses, Mutamba, Samba e nos bairros adjacentes às cidades.

Figura 3. 1.

Mapa administrativo da província de Luanda



Fonte: (DW, 2010)

O município de Luanda com sede na cidade de Luanda possui os distritos urbanos da Ingombota, Maianga, Kilamba Kiaxe, Rangel, Samba e Sambizanga. A partir da observação participante decidiu-se entrevistar as zungueiras que giram no bairro Prenda e Cassenda localizados no distrito da Maianga e no bairro dos Congolenses do distrito do Rangel todos pertencentes à cidade de Luanda.

Entrevistadores

Nesta etapa contamos com o auxílio de um entrevistador, um empresário e um munícipe. O entrevistador foi previamente preparado, tendo cuidado com a linguagem a utilizar; ter presente o guião de entrevista; controlar o tempo, pedir a autorização para gravação e a assinatura das entrevistadas. Antes da submissão das entrevistas ao grupo-alvo fizemos um pré-teste a catorze entrevistadas do distrito da Maianga, com objetivo de conhecer a compreensão das questões que foram direcionadas ao grupo-alvo; verificar como entendem as questões e certificar se mesmo com os problemas da literacia se é possível terem opinião própria. E constatarmos a existência de problemas da literacia, porém isto não as impede de responder as perguntas. Outrossim, procurámos saber se era necessário escrever as questões em língua nacional, caso tivessem dificuldades de entenderem a língua portuguesa, não encontramos ninguém. As entrevistas realizadas no distrito da Maianga foram em dois bairros: Prenda e Cassenda. Ressalta-se que cada entrevista foi individual e teve a duração entre sete a catorze minutos em duas fases: a primeira fase foi realizada no distrito da Maianga nos bairros do Prenda e do Cassenda, onde foram entrevistadas catorze zungueiras no mês de setembro de 2019. A segunda fase foi no distrito do Rangel particularmente no bairro dos Congolezes, no mês de outubro de 2019, com dezoito zungueiras. Em ambas fases se seguiu o cumprimento dos termos de consentimentos e autorização das entrevistas.

3.2.4. Participantes

As entrevistas foram submetidas às zungueiras com idades compreendidas dos dezoito aos sessenta anos de idade, todas residentes na província de Luanda.

Todas as zungueiras entrevistadas têm filhos, uma não tem nível académico, todas têm uma crença religiosa. Ressaltando ainda sobre as pessoas entrevistadas, participaram sem obrigação e a maioria deu as suas opiniões com satisfação do trabalho que exercem na zunga. No total foram entrevistadas 32 zungueiras que vivem na província de Luanda. Todas praticam a zunga como meio de subsistência para sustentar os seus filhos. As entrevistadas são humildes e respeitosas, não têm alternativa de trabalho senão a venda ambulante. A maioria acorda muito cedo para primeiramente, fazerem o trabalho de casa (doméstico) e posteriormente vão ao mercado ou armazém comprar os negócios de venda, para seguidamente começar a zungar durante o período da manhã e de tarde. À noite, a partir das 19 ou 20 horas, elas estendem em qualquer lugar para vender o seu negócio.

Tabela 3. 2.
Dados das variáveis sociodemográficas

S	Idade	Natural	N.º filhos	Estado civil	Escola.	T. de experiência
S01	25	Malanje	2	Solteira	10. ^a classe	2 anos
S02	29	Luanda	4	Solteira	5. ^a classe	10 anos
S03	-	Benguela	-	Solteira	-	2 anos
S04	36	Benguela	3	Solteira	9. ^a classe	2 anos
S05	24	Benguela	-	Maritalmente	8. ^a classe	4 anos
S06	-	Benguela	4	Maritalmente	8. ^a classe	-
S07	34	Malanje	6	Maritalmente	5. ^a classe	11 anos
S08	60	Cuanza Sul	-	Viúva	3. ^a classe	4 anos
S09	-	Luanda	2	Solteira	10. ^a classe	20 anos
S10	26	Malanje	3	Maritalmente	9. ^a classe	-
S011	-	Malanje	7	Maritalmente	2. ^a classe	17 anos
S012	28	Benguela	4	Separada	5. ^a classe	6 anos
S013	32	Cuanza Norte	7	Maritalmente	-	5 anos
S014	32	Cuanza Norte	7	Maritalmente	-	5 anos
S015	30	Malanje	3	Solteira	10. ^a classe	5 anos
S016	30	Bengo	4	Solteira	9. ^a classe	9 anos
S017	36	Malanje	5	Casada	6. ^a classe	4 meses
S018	36	Malanje	-	Casada	8. ^a classe	9 anos
S019	40	Bengo	4	Casada	5. ^a classe	+ de 1 ano
S020	40	Cuanza Norte	5	Casada	5. ^a classe	+ de 1 ano
S021	35	Cuanza Norte	5	Casada	5. ^a classe	+ de 1 ano
S022	38	Malanje	3	Casada	3. ^a classe	7 anos
S023	40	Luanda	6	Solteira	6. ^a classe	3 anos
S024	33	Cuanza Norte	4	Casada	8. ^a classe	13 anos

S025	35	Malanje	6	Solteira	6. ^a classe	+ de 1 ano
S026	40	Uíge	3	Separada	4. ^a classe	10 anos
S027	40	Huambo	3	Solteira	Alfabetização	+ de 1 ano
S028	39	Huambo	6	Casada	8. ^a classe	8 anos
S029	40	Huambo	3	Solteira	Alfabetização	+ de 1 ano
S030	40	Malanje	6	Casada	4. ^a classe	10 anos
S031	28	Huambo	4	Solteira	3. ^a classe	16 anos
S032	31	Cuanza Norte	4	Solteira	10. ^a classe	10 anos

Nota: (-) Não queria dizer quantos anos tem; quantos filhos tem; não respondeu à questão.

A Tabela 3.2 representa os dados das variáveis sociodemográficas, as entrevistadas têm em média de 36,18 anos de idade. Quanto ao nível de instrução, na sua maioria frequentou o ensino primário, tendo a classe mais alta a 10.^a classe. Sobre a sua região de proveniência das zungueiras 10 são de Malanje, 6 do Cuanza Norte, 5 Benguela; 4 Huambo; 3 Luanda; 2 Bengo; Cuanza Sul e Uíge 1. Entretanto elas em média têm 7 anos e 4 meses de tempo desde que exercem a atividade de venda ambulante. Relativamente ao número de filhos em média as participantes têm aproximadamente 4,39 filhos. Já o estado civil, num conjunto das entrevistadas 13 são solteiras, 7 vivem maritalmente, 9 casadas, 2 separada e 1 é viúva.

3.4. Resultados

O ponto que se segue é a apresentação dos resultados, a partir da análise do conteúdo.

3.4.1. Procedimentos de análise do conteúdo

Neste subponto procedeu-se à transcrição das entrevistas gravadas em voz e digitalizadas no word que foi usada no software aplicativo do Nvivo 12.

O uso do software permitiu fazer a análise do conteúdo, através dos diversos fragmentos das comunicações dos relatos. Deste modo, facilitou a transformação dos pontos mais importantes em análise de conteúdo, entendido como sendo um conjunto de técnicas da análise das comunicações ou informações cedidas pelo grupo-alvo (Bardin, 2016). De salientar que a análise de conteúdo foi realizada, através da utilização de técnica dos tratamentos de dados do estudo qualitativo, a partir do método de análise das categorias. Sendo assim, codificou-se o texto, através de recorte seguido das subcategorias, unidade de

registo e a unidade do contexto. A unidade de registo é a unidade de significação que codifica e retribui ao segmento de conteúdo a considerar como unidade de base, determina a categorização e a contagem de frequência. Significa que a unidade de registo é o segmento do conteúdo. Na categorização fez-se a operação de classificação dos elementos constitutivos de um conjunto por diferenciação, seguida por reagrupamento de género com critérios definidos. A unidade de conteúdo é a unidade de compreensão que permite codificar a unidade de registo retribuído pelo segmento de mensagem como afirma Bardin (2016). O método qualitativo permitiu-nos conhecer o significado e as opiniões que as zungueiras atribuem à realidade da venda ambulante focando o stress e as identidades sociais, o que confirmou a importância da realidade do fenómeno em estudo.

3.4.2. Categorias encontradas

No ponto que se segue far-se-á a apresentação das categorias encontradas, a começar pelas respostas dadas pelas entrevistadas tendo em conta o problema em questão.

Naturalmente, as respostas dadas pelas participantes foram transformadas em texto o que nos permitiu fazer os agrupamentos, organizadas em unidades de registo, na qual se fez a descrição das características fundamentais do conteúdo agrupados em cinco categorias: 1 - “Apoio que recebem”; 2 - “Doenças e sofrimentos adquiridos durante zunga”; 3 - “O que causa stress”; 4 - “O que faz sentir bem” e a 5 - “Zunga”. Seguidamente foram criadas categorias e subcategorias partindo das opiniões das entrevistadas (ver Figura 3.2).

Figura 3. 2.

Categorias



1-Apoio que recebem
2-Doenças e sofrimentos adquiridos durante a zunga
3-O que causa stress
4-O que faz sentir bem
5-Zunga

Fonte: Adaptada própria

A Figura 3.2. apresenta as categorias registadas pelas entrevistadas: a primeira categoria “apoio que recebem” está ligada à ajuda que recebem e que as motivam a continuarem na atividade de venda ambulante.

A segunda categoria são as “doenças e sofrimento adquirido durante a zunga”. Tem a ver com as doenças adquiridas no exercício da atividade de venda ambulante.

Na terceira categoria “o que causa stress”, as entrevistadas disseram que na venda ambulante, enfrentam muitos desafios que desencadeiam stress, tais como: a falta de venda do “negócio”, “gatunos”, “fiscais”, “polícias” entre outras situações que serão descritas no corpo do trabalho. Os agentes têm impedido a venda ambulante em locais não autorizados.

A quarta categoria designa-se “o que a faz sentir bem”, ao que responderam sentirem-se bem, quando levam comida para casa, quando estão a pagar o salário dos trabalhadores e quando o negócio anda.

Quanto à quinta e última categoria “zunga” que é uma atividade de comércio ambulante, as entrevistadas responderam que praticavam essa atividade como meio de sobrevivência.

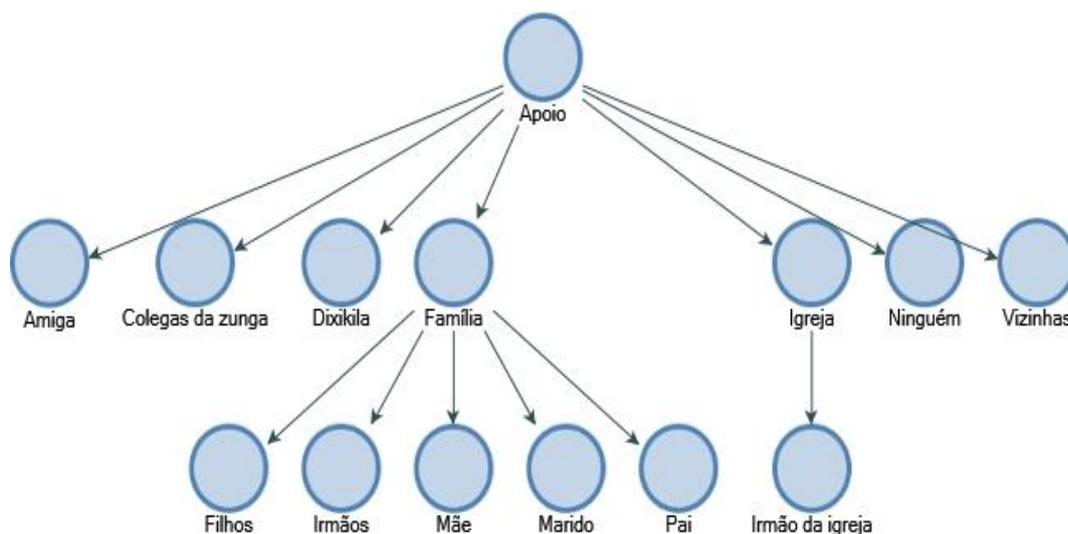
Depois da apresentação das categorias identificadas segue-se abaixo a análise de conteúdo de cada categoria e suas respectivas subcategorias:

a) “Apoio que recebem”

Concernente à categoria “apoio que recebem” ela inclui 14 subcategorias, referenciadas 410 vezes pelas entrevistadas (ver Tabela 3.3). Foram registadas as opiniões dos apoios que recebem pelas seguintes identidades sociais: “amigas”, “colegas da zunga”, “família”, “igreja” e “vizinhas”. É de realçar que na subcategoria família as entrevistadas afirmam que recebem “apoio de irmãos”, “filhos”, “marido”, “mãe”, “pai” e já na subcategoria “igreja” engloba irmãos da igreja, tal como está demonstrado no mapa ilustrado na (Figura 3.3).

Figura 3. 3.

Mapa de categorias "apoio que recebem"



O mapa da Figura 3.3 ilustra o tipo de subcategorias mais referidas pelas entrevistadas, ou seja, quem são as pessoas que mais as apoiam para a continuação do exercício da zunga. A subcategoria mais citada é a família referida 112 vezes; a seguir as colegas da zunga citada 37 vezes, igreja referida 29 vezes; kixikila referida 18 vezes; a subcategoria ninguém teve como número de referência 17 vezes, a seguir a amiga sublinhada 9 vezes e por último a subcategoria vizinha referida 6 vezes.

Portanto, as subcategorias acima mencionadas são nas opiniões das entrevistadas as que as incentivam e aconselham a prosseguirem o trabalho de venda ambulante.

- Apoio que recebem na zunga

No exercício da atividade de venda na rua, algumas participantes sublinharam as identidades sociais mais relevantes e que dão apoio como reforço e motivação da continuidade da atividade que exercem. Tal afirmação foi constatada a título de exemplo dos recortes de texto expressos nas entrevistas eis os seguintes:

a) Amiga

A subcategoria “amiga” é um dos recursos que as zungueiras usam para receber apoio naquilo que necessitam, ou seja, as pessoas com as quais elas contam quando precisam de ajuda, para comprar o negócio, sugestões de negócio ou mesmo outras necessidades tal como se pode constar nas respostas de [Z26] de 29 anos de idade que recebe apoio de uma amiga. “Às vezes tem uma amiga” afirmou também [Z17] de 36 anos de idade que recebe ajuda de “amiga chegada”. Do mesmo modo sublinharam que recebem apoio de uma amiga

a [Z15] e a [Z27] “tenho a minha amiga (...) me dá apoio”. Portanto, as entrevistadas explicam que têm recebido apoio das suas amigas sempre que precisam de ajuda. Igualmente as colegas da zunga foi identificada na subcategoria colegas da zunga, apoiam uma das outras conforme está demonstrado nos relatos escrito em texto:

b) Colegas da zunga

As zungueiras são solidárias entre si e isso pode verificar-se nas seguintes frases: [Z12] “as minhas colegas nós todas demos apoio”. Como diz [Z25] “sim, se tiver uma boa colega que tem bom coração, te ajuda”. Igualmente a [Z23] afirma que “as colegas, mesmo, podem te ajudar”. A [Z27] também concorda que existe apoio entre “as colegas mesmo, nos ajudamos mesmo, quando você não tem, você conversa com uma colega mais chegada se não tiver para te dar, então o negócio perde”.

Algumas entrevistadas afirmam que solicitam apoio das colegas no contexto das atividades do comércio de rua, por compartilharem os mesmos problemas da zunga e não só, pela confiança que têm umas às outras, pelos anos de trabalho, o que facilita. Entretanto, quando não tem negócio ou quando perde, pedem ajuda à colega conforme diz também a [Z20] “se não tem, então pede uma colega para o negócio não perder”.

As zungueiras quando estão em falta de negócio ou mesmo de dinheiro para conseguir ultrapassar as suas dificuldades recorrem às colegas da zunga, conforme reforça a [Z27] quando diz:

“Fulana estou a precisar de um dinheiro ela se tem te dá, quando você conseguir depois faz a devolução do dinheiro, nos ajudamos mesmo assim com as colegas. Quem me ajuda, tenho três colegas que andam comigo como se fôssemos irmãs”.

Tal como disse [Z26] recebe apoio “sim, com as colegas que vendemos juntas aqui”. Igualmente a [Z32] “Única mesmo, talvez a minha colega que já foi”.

O tempo de convivência no exercício da zunga faz com que se criem um relacionamento de laços de amizade, e de irmandade. As entrevistadas afirmam que entre as colegas da zunga se apoiam umas às outras quando uma precisa. O instrumento de apoio que recebem é o dinheiro quando elas jogam kixikila como foi demonstrado na subcategoria abaixo.

c) Kixikila

Kixikila é uma atividade que as vendedoras ambulantes praticam ou jogam para ultrapassar as dificuldades que encontram no trabalho de venda ambulante ou em casa. O

jogo da kixikila permite comprar negócio para a venda como diz a: [Z20] *“Nós jogamos kixikila cada pessoa dá a sua opinião (...) podes comprar calça, brinquedos, podes comprar algo que você sabe (...) que tem mais concorrência”*. A kixikila é um empréstimo que as zungueiras fazem na esperança de melhorar o tipo de negócio a praticar, quando o atual negócio já não tem saída ou tem pouco cliente. Esta pode comprar outros produtos de venda mais rentável, de muita procura pelos clientes o que varia em função da época e zona de circulação. A kixikila ajuda na ausência do capital financeiro, como afirmam,

[Z25] *“Nós nos emprestamos, epá fizemos kixikila, jogamos uma kixikila, aquela que tu não tens, então jogamos aquilo, fizemos uma kixikila juntas, (...), comprando negócio, sucessivamente, é assim que nós zungueiras vivemos. A [Z26] ressalta igualmente “Epá fizemos kixikila, jogamos uma kixikila naquela que você não tem.” [Z19] de 50 anos de idade Jogamos um pouco assim a kixikila também para ajudar-nos uma das outras”*.

Na opinião da [Z21] *“A kixikila é que vai te levantar senão, se você ficar assim só mesmo (...), porque quando você receber kixikila, ainda vai conseguir (...) ao armazém é que vai te levantar e conseguir comprar já outro balão de fardo (...) para ver se te levanta, senão minha irmã é difícil”*. Concernente a kixikila é um jogo em que existem regras que são criadas a critério do grupo, entre as quais está o número de participantes, a quantia que todas devem contribuir mensalmente ou diariamente e como será a rotatividade de receber o dinheiro. A líder do grupo da kixikila é chamada de mãe kixikila, a pessoa do grupo que transmite confiança, seriedade e responsabilidade, afirmou uma das entrevistadas. Quando alguém do grupo precisa de auxílio pede na mãe kixikila como disse a [Z31] com 31 anos de idade que respondeu o que faz quando precisa de dinheiro *“posso ir à mãe da kixikila para poder me atender então (...) a mãe da kixikila vai te dar”*.

As entrevistadas afirmam que têm apoio do grupo da kixikila para continuar a exercer as suas atividades de comércio ambulante, ajudam-se umas às outras com jogo da kixikila. Este jogo, começa pela confiança colocada em prática pelas convivências diárias da sua atividade. Neste âmbito, criam-se laços de solidariedade entre elas o que permitirá a facilidade e a motivação de ultrapassarem as necessidades em adquirir os negócios e não só. O laço de solidariedade instituído entre as zungueiras, demonstra forte indicador de redes de poupança, a partir do dinheiro adquirido, não só por este fator, contudo também por ser um recurso que pode auxiliar na autoestima delas. Constatou-se que segundo as zungueiras, a prática do jogo da kixikila permite comprar ou mesmo desenvolver negócios, que ajuda nas despesas de casa; a educação dos filhos; cuidados com a saúde; pagar propinas e transporte para os filhos irem à escola e outras necessidades.

A subcategoria família tem cinco subcategorias sublinhadas pelas entrevistadas como foi salientado acima: pai, mãe, marido, irmãos e por último filho.

d) Família

- Irmãos

[Z12] com 36 anos de idade fala que recebe apoio da família particularmente, do irmão como consta no texto “*é a minha família, na família que me apoia praticamente, a minha irmã que eu vivo com ela*”. Outras entrevistadas expressam em frase, quem dá apoio quando precisa: [Z16] “*se você não tem, você recorre num irmão se tiver te dá. Meu irmão.*” Afirmou também [Z20] de 35 anos de idade quando tem preocupação “*falo com a minha irmã.*” A par do apoio financeiro, em alguns casos os filhos já um pouco crescidos ficam sob cuidado da irmã da vendedora, isto para não ficar sozinho em casa, tal como afirma [Z28] de 40 anos de idade que disse “*nené fica com a minha irmã*”. Já [Z31] de 31 anos de idade também afirma que recorre a uma irmã para cuidar dos filhos “*tenho uma irmã mais velha*”. As entrevistadas informam que recebem apoio dos irmãos.

- Mãe

Algumas participantes afirmam ter recebido apoio da sua mãe conforme vemos nos textos: A [Z3] disse que “*dá mais força é a mãe, me dá mesmo muita força.*” Ela vende negócio com ajuda da sua mãe, como podemos ver na frase “*(...) aqui junto com a minha mãe fizemos muitos negócios há bons anos. A minha mãe está aqui a vender*”. [Z4] de 26 anos de idade disse “*a minha mãe também*”. As entrevistadas referem que têm recebido apoio da sua mãe, para praticar atividade de venda ambulante, para cuidar dos negócios, bem como dão força para não abandonarem esta atividade, visto que é de onde vem o sustento da família, sobretudo quando elas já têm filhos.

- Pai

[Z13] “*me apoiam (...) meu pai*”. As entrevistadas dizem que recebem apoio do seu pai na atividade do contexto da zunga.

- Filhos

A [Z8] de 34 anos de idade diz que os filhos a apoiam “*meus filhos*”. De facto, os filhos são um dos grandes fatores motivacionais da prática de atividade da venda ambulante, pois estes sabem que é dela onde sai o dinheiro para suprimir as suas necessidades tal como se pode ler no encorajamento dos filhos de [Z14] “*mamã vai vender*”. [Z9] com 36 anos de idade afirma que a “*Família, e os filhos o bocado que dão já ajuda*”. As entrevistadas afirmam que têm

recebido o apoio dos filhos para continuarem a trabalhar na venda ambulante, pois estão conscientes de que a zunga é a única alternativa que a mãe tem para se conseguir satisfazer algumas das necessidades básicas, como: alimentação, saúde, vestuário e escola.

- Marido

Determinadas zungueiras durante as entrevistas relataram receber apoio do marido para zungar e percebem que o apoio recebido é relevante para progredirem no seu negócio, como vemos nas frases, quando a [Z4] de 26 anos diz que recebe apoio do marido, “*meu marido me apoia*”. Igualmente [Z7] “*não, marido apoia mesmo*”. [Z8] de 34 anos diz que *meu marido, (...), sim*”. Bem como a [Z6] de 32 anos que recebe incentivo e a força do marido, quando diz que a “*coragem é mesmo o marido.*” Já a [Z5] de 36 anos só confia no seu marido, “*só meu marido. Aqui mesmo só confiar no marido*”. A [Z27] de 39 anos diz “*epá é o marido quando recebe o salário*” assim como a [Z32] de 40 anos disse é o “*meu marido, Yá, Yá*” a mesma ressalva que o marido é o único que a ajuda, como vedes na frase “*ninguém só mesmo meu marido, só o único mesmo*”.

Nos recortes de codificação da categoria apoio as entrevistadas expressam que recebem apoio do seu marido para zungar. Pelos dados da investigação, foi possível aferir que para as entrevistadas a subcategoria família pertence a um dos grupos das identidades sociais mais relevantes expressas em frases. O que perfaz dizer a família, através dos laços sociais demonstram que o apoio funciona como medida de apoio estrutural, por outro lado, o apoio recebido e percebido funciona como amortecedor de stress para estas mulheres.

e) Igreja

A igreja é definida como sendo uma instituição de caridade ligada aos laços de doutrina da fé, onde os fiéis buscam a esperança sobre um futuro melhor e a coragem de seguir adiante, mesmo com tantos impedimentos de vender na rua. A igreja (irmãos da igreja) tem a responsabilidade de criar condições de transmitir esperança e resiliência para que estas mulheres possam suportar as dificuldades deparadas na vida.

- Irmão da igreja

Quando as zungueiras vivenciam as dificuldades e enfrentam os desafios da venda ambulante, elas recorrem sempre à igreja, particularmente aos irmãos da igreja dos quais buscam a força e apoio como afirma: [Z6] de 32 anos de idade “*suponhamos nós da igreja adventista vamos dar a questão na igreja, que eu neste momento estou mal, as crianças estão*

com fome, a igreja vai te ajudar com uns cinco mil, uns seis você se mete de novo na praça. A [Z12] de 36 anos de idade tem recebido apoio dos *“vizinhos, irmão da igreja sim, me apoiam”*. Igualmente a [Z26] de 29 anos de idade *“uma irmã, um irmão da igreja”*, tal como disse [Z27] de 39 anos de idade *“não tenho nenhum, talvez só na igreja.”* Ressalta-se para persistência das atividades de venda ambulante, está na base o facto de receberem a força e coragem dos irmãos da igreja como falou a [Z15] de 30 anos de idade durante a entrevista *“o irmão da igreja me encoraja muito tem de ter coragem de zungar para sustentar os filhos”*.

As entrevistadas disseram ter recebido apoio por parte da igreja quando elas apresentam as dificuldades dos eventos e desafios deparados no contexto da zunga, assim como os problemas de donas de casa, o que ajuda bastante a recomeçar o negócio, quando elas perdem, ou quando o negócio vai à falência. Neste sentido, os irmãos da igreja têm desempenhado um papel fundamental de incentivo e força na continuidade da atividade de venda ambulante. Relativamente à subcategoria os irmãos da igreja constatamos que foi identificado, como um dos grupos de pertença relevante de identidade social para as participantes. Portanto, no trabalho de venda é preciso que haja alguém que possa devolver a dignidade, força, esperança no coração das zungueiras. De facto, notamos que este alguém é a igreja (irmãos da igreja) tal como elas disseram.

f) Ninguém

[Z2] de 28 anos de idade afirma não ter apoio de ninguém *“não, não tem ninguém.”* Tal como disse a [Z3] *“não temos ninguém, a família de hoje em dia”*. Igualmente a [Z9] de 36 anos de idade *“o nosso trabalho epá! Ninguém”*. Algumas entrevistadas realçam que não recebem o apoio de ninguém, o que significa que elas por si só criam as condições para não desistir da atividade do comércio de rua como vemos nos seguintes relatos: a [Z15] de 30 anos de idade diz *“não, ninguém apoia, ninguém, apoia, não, não.”* A [Z16] *“não ninguém me dá eu mesma sozinha”*. Afirma [Z26] de 29 anos de idade que *“não tem ninguém que empresta dinheiro”*. E a [Z31] ressaltou também que não recebe *“apoio de ninguém”*. Na subcategoria ninguém, as entrevistadas dizem não ter recebido apoio o que por vezes torna difícil de continuarem com a venda ambulante, quando perdem o negócio.

- Vizinhos

[Z26] de 29 anos de idade *“quando não consegui vender, vou numa vizinha boa, às vezes pode te ajudar”*. Do mesmo modo respondem outras entrevistadas que as vizinhas e vizinhos dão apoio nas vendedoras do comércio de rua como vemos nos textos a seguir: [Z17] de 36 anos de idade *“certas pessoas, certas vizinhas também me dão apoio.”* [Z12] 36 anos de idade

“vizinho, (...) sim, me apoiam”. E a [Z8] de 34 anos de idade “meus vizinhos, sim”. As entrevistadas dizem ter recebido apoio dos vizinhos e vizinhas como foi constatado nos recortes expressos no texto, o que as levam a continuar a exercer a atividade de comércio de rua.

Depois de apresentarmos a categoria apoio que recebem seguir-se-á a tabela do número de referências das palavras.

Tabela 3. 3.

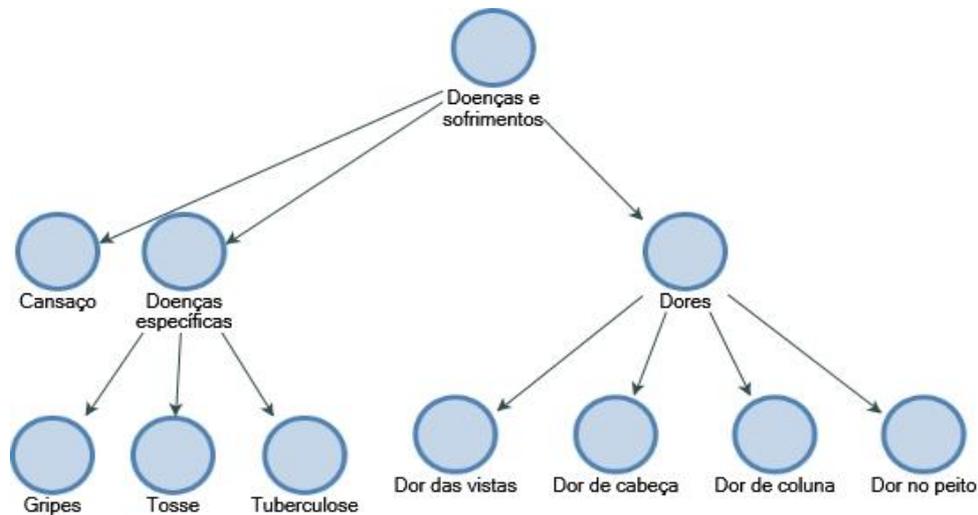
Frequências de Referências da categoria "apoio que recebem"

Subcategorias	N.º de referência	Porcentagem
	410	
Amigas	9	3
Colegas da zunga	37	12
Kixikila	18	6
Família	112	35
Filhos	10	3
Irmãos	14	4
Mãe	16	5
Marido	28	9
Pai	5	2
Igreja	29	9
Irmão da igreja	15	5
Ninguém	17	5
Vizinhas	6	2
Total	316	100

A Tabela 3.3 indica o número de referências das palavras mais pronunciadas pelas entrevistadas. Trata-se da subcategoria família com 112 ocorrências com 35%, a seguir tem a subcategoria colegas da zunga com 37 ocorrências com 12%, depois temos subcategoria igreja referida 29 ocorrências com 9%, a subcategoria kixikila referida com 18 ocorrências teve 6%, subcategoria ninguém foi referida 17 ocorrências teve 5% e não menos importantes tiveram também outras subcategorias como amigos com 9 ocorrências e teve 3% e a subcategoria vizinha que foi referida com 6 ocorrências e teve 2%. O que perfaz dizer, as vendedoras ambulantes, têm recebido apoios por parte dos grupos de pertença das suas identidades sociais e que de facto o apoio recebido e percebido facilita e incentiva estas mulheres a criarem estratégias para persistência e resiliência ao lidar com a venda ambulante, mesmo sem identificação dos cartões de venda ambulante.

Figura 3. 5.

Mapa de categoria "doenças e sofrimentos adquiridos durante a zunga"



O mapa da Figura 3.5 visualiza as subcategorias sublinhadas pelas entrevistadas que são no total 3 subcategorias como esmiúça o texto a seguir, a partir do número de frequências. A primeira subcategoria cansaço está referida 40 vezes, onde as entrevistadas afirmam que o trabalho de venda ambulante provoca muito cansaço. Nas afirmações encontrou-se em segundo lugar doenças específicas referidas 5 vezes que inclui gripes, tosse referida com igual número de referência 2 vezes e a tuberculose que foi referida 1 vez; a terceira subcategoria dores referidas 11 vezes engloba dor das vistas referidas 2 vezes, dor de cabeça, dor da coluna e a dor do peito foram referidas 3 vezes. As subcategorias acima sublinhadas estão expressas a título de exemplo nas opiniões escritas em textos abaixo.

- As doenças e sofrimentos adquiridos durante a zunga

As vendedoras ambulantes destacaram que existem algumas doenças adquiridas a saber:

a) Cansaço

O modo do trabalho de carregar excesso de peso dos negócios na cabeça, nas costas e nas mãos, as corridas e por andarem a pé, fazem com que as zungueiras sintam muito cansaço físico e psicológico. O cansaço também se deve à fuga permanente das autoridades que as impedem de vender em determinados pontos. Por um lado, refere-se ainda da relação que as mesmas têm com os clientes no dia-a-dia na venda ambulante. Ressalta-se que o ambiente deste trabalho, estas mulheres encontram muitos obstáculos. O que tem desencadeado em termos de saúde física e mental stress durante e após as suas atividades no final do dia. Tal facto, foi revelado durante as entrevistas como se verificam nos textos: [Z4] de 26 anos de idade manifesta o seu cansaço físico quando diz “*sinto cansaço*”. Igualmente

[Z5] *“É cansaço mesmo, cansaço e a corrida”*. Assim como a [Z12] de 36 anos de idade que diz sente *“Eh cansaço, cansaço o corpo todo cansaço”*. A entrevistada [Z8] de 34 anos de idade afirmou que o trabalho de venda na rua, provoca *“muito stress, cansaço, é cansativo”*. Diz ainda a [Z11] que a zunga é um trabalho de muito esforço e que sente cansaço por *“girar Luanda por completo, tem que sentir cansaço, às vezes o corpo dorido”*. A [Z27] de 29 anos de idade diz *“Epá a zunga traz cansaço no corpo”* este trabalho não é fácil, porém *“se fosse só sentar não há cansaço, mas passamos todos os dias”*.

Outras entrevistadas também afirmam a causa do cansaço expressa no texto a título de exemplo: o que disse a [Z17] de 36 anos de idade *“É cansaço mesmo, cansaço e a corrida”*, confirmou também a [Z5] *“cansaço nós sentimos, porque nós corremos”*. E outras sentem vontade de desistir como diz [Z32] com 36 anos de idade *“epá muito cansaço mesmo, muito cansaço, muito cansaço, a vontade é desistir”*. [Z15] de 30 anos de idade *“tenho sentido muito cansaço mesmo, porque a zunga é uma coisa muito cansativa”*. As entrevistadas afirmam que o trabalho de venda ambulante provoca cansaço físico, dor no corpo, e stress pelo trabalho de girar toda a cidade e às vezes com corridas. Sendo um trabalho muito cansativo, algumas sentem vontade de desistir, entretanto só não desistem por ser o meio de subsistência. O cansaço que elas mesmas sentem pode provocar doenças físicas e stress, quando for de forma prolongada tem impacto na saúde e bem-estar destas mulheres, por exercerem diariamente sem descanso. A afirmação foi constatada nos relatos das entrevistas apontadas nas doenças específicas que aparecem na venda ambulante apresentadas no texto abaixo em subcategorias eis os seguintes:

b) Doenças específicas

- Gripe

O local de trabalho que as zungueiras exercem as suas atividades é ao ar livre, onde a probabilidade de contrair ou manifestar os sintomas de gripe é maior. Isto, pelo facto de estarem a maior parte do tempo expostas no ambiente de muito vento, chuva, frio, sol, poeira, inalação constante de fumos de carros e motorizadas. As entrevistadas expressam o seguinte: [Z24] de 35 anos de idade disse que a *“gripe é uma doença que provoca a zunga”*. Foi sublinhada pelas participantes que a venda ambulante provoca gripe.

- Tosse

De realçar que os sintomas da tosse afetam a saúde e o bem-estar destas mulheres, quando for de forma prolongada. A [Z20] de 35 anos de idade diz que *“a poeira provoca tosse, provoca muita doença”*. Uma das entrevistadas afirmou ter tosse fruto do trabalho de tanta

exposição à poeira, fortes ventos por venderem ao ar livre.

- Tuberculose

As entrevistadas dizem que o trabalho que exercem, às vezes provoca tuberculose, devido ao peso que carregam todos os dias na venda ambulante como apontou a [Z20] quando disse *“alguém que leva peso provoca tuberculose, provoca dor do peito, (...) a mesma ressalta ainda que a “tuberculose (...) provoca tosse”*. Uma das entrevistadas afirmou que a tuberculose é causada pelo peso que carregam no seu trabalho todos os dias. A tuberculose é uma doença de transmissão via aérea, o que torna perigoso para a saúde. O grupo-alvo de investigação tem dificuldade de acesso aos serviços de saúde pública dada à situação precária que possuem. E além do mais, pelo facto de trabalharem no ambiente externo, onde o contacto que têm com os clientes e não só, é de face a face, o perigo torna-se maior dada a transmissão rápida da doença.

b) Dores

- Dor das vistas

As entrevistadas disseram ainda nos relatos que sentem dor das vistas conforme constam na fala da [Z25] que a zunga *“está nos trazer muita dor, muito problema de visão (...) exemplo cansaço, paludismo, dor de vista por causa da poeira”*. As entrevistadas afirmam que sentem muita dor das vistas no seu trabalho, causada pela poeira como salientou uma entrevistada na categoria, o que causa stress que será frisada no corpo deste trabalho.

- Dor de cabeça

As entrevistadas relatam que sentem dor de cabeça pela prática de atividade de venda ambulante, como vemos na frase da [Z22] quando diz que sente *“dor de cabeça, stress mesmo causa”*. E a [Z17] fala que *“sol dá dor de cabeça provoca doença”*. As entrevistadas afirmam que a venda ambulante provoca dor de cabeça por causa do sol ardente que apanham durante a sua atividade, sendo que trabalham todos os dias o que torna ainda mais prejudicial à saúde.

- Dor de coluna

A [Z16] disse que sente dor de coluna quando está na zunga expressando a seguinte frase “*sinto a coluna, dói-me*”. A [Z15] “*tu vais sentar sentes a coluna dolorida, às vezes os pés*”. As zungueiras afirmaram ter sentido dor de coluna durante a venda ambulante.

- Dor do peito

As vendedoras ambulantes carregam excesso de peso dos seus negócios que vendem todos os dias e têm provocado dores no peito, conforme foram demonstrados nos textos abaixo quando a [Z20] disse que na venda ambulante “*peso provoca tuberculose, provoca dor do peito*”. A [Z25] diz que “*com peso, está a ver, provoca dor do peito*”. A [Z30] afirma que “*provoca pontada, dor no peito*”. As entrevistadas alegam que a venda ambulante provoca dor do peito, provoca pontada, devido ao peso do negócio que transportam diariamente neste trabalho. A atividade de comércio da rua tem provocado doenças e sofrimentos nas zungueiras, como vimos apontadas em subcategorias, o que nos apraz dizer que é pelo facto de trabalharem sem descanso, andarem a pé, e as corridas dos agentes, o que naturalmente, pode afetar a saúde física e a saúde mental destas mulheres.

Segue-se então a frequência de palavras das subcategorias apresentadas em tabela.

Tabela 3. 4.

Frequência de Referências da categoria "Doenças e sofrimentos adquiridos durante a zunga"

Subcategorias	Nº de referências 65	Percentagem
Cansaço	40	56
Doenças específicas	5	7
Gripes	2	3
Tosse	2	3
Tuberculose	1	1
Dores	11	15
Dor das vistas	2	3
Dor de cabeça	3	4
Dor de coluna	3	4
Dor no peito	3	4
Total	72	100

A Tabela 3.4 diz a frequência de referências da categoria “Doenças e sofrimentos adquiridos durante a zunga” apontadas 65 vezes pelas participantes. A subcategoria cansaço teve 40 frequências de palavras mais repetidas e 56% de maior ocorrência de cansaço, o

mesmo tem originado dores numa frequência de 11 ocorrências e 15% das participantes dizem que a zunga provoca dores tais como: dores (cabeça, coluna e peito) com 3 frequências e 4% de ocorrência e a dor das vistas 2 frequências com 3% de ocorrência. Já a subcategoria “doenças específicas” teve 5 frequências e 7% de ocorrências de doenças específicas como: gripe e tosse 2 frequências e teve 3% de ocorrências e a tuberculose 1 frequência e teve 1% de ocorrência. O que perfaz dizer que as atividades de venda ambulante para as zungueiras provocam doenças.

A seguir vemos a Figura 3.6 de nuvem das palavras que aparecem nesta categoria.

Figura 3. 6.

Nuvem de palavras de categoria "doenças e sofrimentos adquiridos durante a zunga"



Nota: Ilustração da palavra mais visível “sofrimento”

Na Figura 3.6, nuvem das palavras de categoria “doenças e sofrimentos adquiridos durante a zunga”, a palavra mais visualizada e nítida foi “sofrimento”, é o que as entrevistadas vivenciam na venda ambulante. Portanto, acabamos de apresentar a categoria “doenças e sofrimentos adquiridos durante a zunga”, importa salientar, que as entrevistadas apontam as doenças que manifestam no dia-a-dia no contexto da venda ambulante. Constatamos que é por girarem todos os dias a pé na cidade de Luanda e nas periferias, com o peso do negócio à cabeça, nas mãos e às vezes às costas e outras também estão acompanhadas com o seu filho amarrado às costas, no meio da estrada quando há trânsito ou sem trânsito, estas situações podem desencadear stress e problemas de saúde e bem-estar físico e mental.

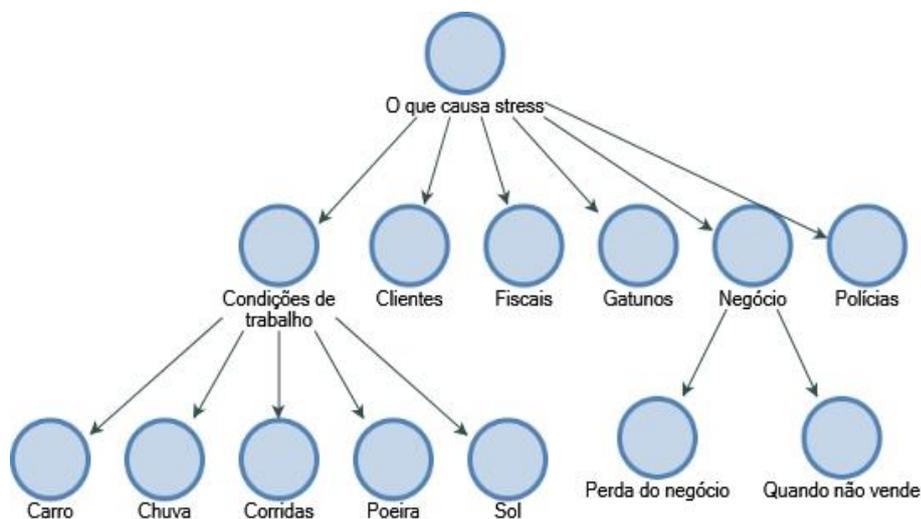
O subponto a seguir frisa algumas situações que as entrevistadas apontaram constam no artigo sobre causas do stress no dia-a-dia da venda ambulante das zungueiras de Luanda (Ramos et al., 2024).

- O que causa stress

Como foi salientado no subponto anterior as mulheres zungueiras enfrentam diversos eventos na venda ambulante o que pode desencadear problemas de saúde e bem-estar. As entrevistadas sublinham na categoria “o que causa stress” que possui 238 referências, seguido por subcategorias as quais podem ser observadas na (Figura 3.7), aludidas na (Tabela 3.5). A mesma aglomera as asserções sobre diferentes temas nomeadamente: condições de trabalho que possui subcategorias (carro, chuva, corridas, poeira, sol). A outra é o negócio que engloba (perda de negócio, quando não vende). Portanto, as subcategorias estão visualizadas no mapa “o que causa stress” como vedes abaixo.

Figura 3. 7.

Mapa de categoria "o que causa stress"



A Figura 3.7 visualiza o mapa de categoria “o que causa stress” apresentados por subcategorias: as condições de trabalho com vários itens e sublinhadas por outras subcategorias como clientes, fiscais, polícias e gatunos.

- “O que causa stress”

No trabalho de venda ambulante existem fatores de stress relatados pelas entrevistadas no texto a seguir:

- a) Condições de trabalho

As condições de trabalho da venda ambulante não são das melhores, pois estão constantemente expostas ao perigo quando vendem entre os carros no trânsito, bem como nos locais de venda sem autorização. Nestes locais é onde os produtos têm mais adesão de

clientes. Além do mais, sendo um trabalho ao ar livre estão sujeitas a inalar poeira, apanhar chuva, apanhar radiações solares, o que pode prejudicar a saúde, como foi apontado na categoria “doenças adquiridas durante a zunga” como vimos no ponto anterior.

- Carros

A subcategoria “carro” foi referida 8 vezes. Dentre as afirmações, o carro quando está em andamento na estrada, tem sido muito perigoso no trabalho que exercem as zungueiras, como podemos notar. Durante a caminhada da venda ambulante sem o cartão de identificação e a venda em locais proibidos, quando elas se apercebem da presença dos agentes, fogem e no momento que correm não conseguem controlar os movimentos dos carros, conforme diz a [Z18] *“quando você, está a correr, o carro também está a vir, você não sabe”*. A venda nos passeios, nas bermas da estrada, nos trânsitos constitui perigo por causa dos movimentos dos carros, o que muitas vezes resulta em acidentes e mortes. E nestes locais o escoamento do produto é mais rápido, pois como disse a [Z21] é *“onde passa bué de gente, carro, mota”*. Relativamente, à subcategoria “carro” constatou-se na investigação, que as zungueiras vendem nas paragens dos transportes públicos (comboio, táxi, autocarro e motorizada). Neste local, verificou-se que elas estavam a gritar o tipo de produto de venda, com o objetivo de despertar o interesse dos passageiros o que tem surtido efeito. A compra dos produtos pelos clientes tem acontecido, quando os passageiros já estão no transporte ou mesmo depois de descer na paragem, alguns solicitam os produtos de venda. Portanto, este gesto justifica a oportuna presença das zungueiras nas paragens dos transportes públicos, fazendo o espaço de circulação de venda e assim vão procedendo a atividade e adquirindo dinheiro.

- Chuva

Concernente à subcategoria “chuva” foi referida 8 vezes. As entrevistadas salientam que apanham chuva durante a venda, como vedes no texto segundo [Z20] *“aqui mesmo nós apanhamos (...) muita chuva”*. De igual modo afirma a [Z25] *“em cima de ti às vezes chuva, não temos como fazer, não tenho por onde tirar, tem que zungar mesmo.”* A [Z19] disse que *“vende na chuva”*. Já a [Z22] sente que é *“obrigada a suportar a chuva”*. As participantes alegam que vendem mesmo quando está a chover, pois não têm emprego. Durante a atividade de venda ambulante quando há chuva elas circulam na mesma, aproveitando a oportunidade de escoar o seu produto, pois nesta altura, há mais clientes, que chamam pelas zungueiras.

- Corridas

Concernente a esta subcategoria foi referida 44 vezes. O sofrimento da zunga é a corrida, esta afirmação foi verificada nas comunicações. As zungueiras passam a todo momento a correr, quando são encontradas a vender em locais não autorizados pelas autoridades do aparelho do estado. Segundo a [Z20] o que causa stress na zunga são as “corridas por vender na rua”. A [Z23] diz que na prática de venda ambulante *“vendemos, há momento, são essas corridas. Aqui o nosso dia-a-dia é este”*. Igualmente a [Z31] manifesta o seu lamento quando afirma que *“chega aqui nem vendeste! Corrida é aquele com os fiscais”*. Também a [Z18] afirmou que o *“sofrimento da zunga é a corrida”*. Para as entrevistadas as corridas deparadas na venda ambulante, têm originado muito sofrimento.

- Poeira

As zungueiras trabalham no ambiente externo ao ar livre, onde estão expostas à poeira. A subcategoria “poeira” foi referenciada 14 vezes pelas entrevistadas onde citam que a poeira provoca tosse, como podemos ver a título de exemplo dos registos da codificação abaixo mencionado: quando a [Z20] confirma que durante a sua atividade de vendedora na rua observa *“muita poeira provoca tosse, provoca muita doença”*. Igualmente a [Z24] diz que a *“tosse é mesmo da poeira, (...) vendemos aqui na poeira, o que é que nós vamos fazer”*. A poeira provoca doenças do mesmo modo disse a [Z26] *“a poeira provoca várias doenças”*. Dada a realidade da situação da poeira, uma das zungueiras afirmou que se tivesse lugar para vender sairia da rua, como falou a [Z29] *“mesmo a sofrer aqui nessa poeira, não temos lugar no mercado”*. As zungueiras estão conscientes da poeira que apanham diariamente e têm noção de que faz mal à saúde e não sabendo o que fazer dada as dificuldades que vivem continuam na zunga.

- Sol

A subcategoria “sol” foi referenciada 31 vezes, as entrevistadas mencionam que não tem sido fácil para elas. Podemos averiguar nas afirmações da [Z25] que exprime o que sente na venda ambulante debaixo do sol ao dizer que *“sinto mal aquele sol, corridas, sol por cima de ti”*. Como diz a [Z23] que o sol provoca *“stress, porque com esse todo sol, essas corridas, cansada, provoca mesmo”*. Similarmente a [Z32] disse que *“sente muito cansada com este sol que está a fazer esses dias”*. As zungueiras vendem debaixo do sol ardente todos os dias e estão conscientes de que vender debaixo do sol ardente provoca stress. As zungueiras na venda ambulante levam os filhos às costas, estes também apanham sol exceto quando elas

compram algo para tapar a cabeça da criança, como diz a [Z17] *“mesmo debaixo do sol, a criança tens de comprar algo”*. Outra participante [Z15] falou que *“andar debaixo do sol, o corpo todo tem tido algumas doenças sim (...) depois debaixo do sol todo dia”*. De facto, trabalhar ao ar livre como é o trabalho das zungueiras debaixo do sol ardente de forma prolongada pode provocar doenças desencadeadas pelos efeitos negativos de stress. Outrossim, são as horas seguidas debaixo do sol todo dia e diariamente o que pode provocar doenças vindas das radiações solares.

c) Negócio

O negócio efetuado pelas zungueiras são todos os produtos que podem ser comercializados na rua ou na praça tais como: roupas, jogos de loiças, panelas, toalhas, comidas, legumes, frutas, produtos de comércio interno, entre outros produtos regulamentados na lei das atividades de comércio.

- Perda de negócio

A subcategoria “perda de negócio” foi referida 27 vezes a [Z3] manifesta o que os fiscais fazem nas vendedoras ambulantes *“aqui, na venda encontras fiscais levaram todo negócio, por vezes, quando levam o negócio você tem que ir lá”*. Muitas zungueiras, para além do negócio ser levado, por vezes, elas também são levadas, como disse a [Z18] *“te leva o negócio e você própria, também te levam, sim, te leva”*. Importa referir que, o stress da perda dos negócios que as entrevistadas salientam são também quando os negócios adquiridos para venda, por vezes são comercializados ao preço muito abaixo do expetável e isso não permite que se consiga algum lucro. E por outro lado, os polícias e os fiscais prejudicam o trabalho, quando elas estão a zungar ou são encontradas a vender na rua, no local sem autorização, e sem o cartão de identificação perdem os negócios e às vezes são presas.

- Quando não vende

Quanto à subcategoria “quando não vende” foram apontadas que provoca stress, todavia, elas depositam a crença em Deus que no dia seguinte irão vender, e voltam de novo na zunga. A título de exemplo está nas afirmações das entrevistadas na subcategoria quando não vende, o que a [Z17] disse *“às vezes o negócio não está a andar, uh, uh, como o negócio não está a andar provoca stress”*. As zungueiras afirmaram o que sentem emocionalmente conforme diz:

[Z21] *“Me sinto mal. Sinto muito mal, mesmo então pior se você não vendeu nenhuma peça, (...) você (...) passa mesmo todo dia com fome (...). Até, ainda bem, que este negócio é meu. Senão, quando*

recebíamos o negócio das senhoras! Às vezes você veio de manhã cedo, nenhuma peça você vendeu tinha que voltar em casa, a pé para chegar vinte ou vinte duas horas. As vezes também a patroa, ela fica já aborrecida contigo, ah você não vendeu?! Então você vai rir, mesmo com cinco mil kwanzas nas mãos, vai te falar você vai rir. A pensar que está a brincar contigo ela vai, pega e vai mesmo, você não sabe, o que tem de fazer. Como eu cheguei, até agora são dezoito horas desde de manhã não vendi nenhuma peça, desde de manhã com fome, nem um saco de água eu bebi. Tenho de fazer como?! Fiquei já à espera da patroa, pensar que ela vai destrocá os cinco mil kwanzas. Afinal a patroa foi numa esquina ficou embora, bem pausada, a me controlar mesmo, quando tocou quase vinte horas e tal, não está a vir. Fui a pé e cheguei em casa quase vinte duas horas”.

Constatou-se que durante a pesquisa, nem todos os negócios que estão na posse das zungueiras são de sua propriedade. Como alegou uma das participantes, o stress que viveu por conta da patroa, quando o negócio não era da entrevistada, bem como, quando o negócio não andava. A situação revelada neste estudo demonstra que nem todos os negócios comercializados por estas mulheres lhes pertencem, o que torna ainda mais difícil este trabalho com responsabilidade de apresentar o dinheiro da venda.

Outras causas de stress identificadas por subcategorias foram “fiscais” aludidas 50 vezes, “clientes” referidas 20 vezes; “polícias” referidas 32 vezes, “gatunos” citados 2 vezes.

c) Polícia

A partir das informações cedidas nas entrevistas verificamos que os polícias e os fiscais têm praticado comportamentos agressivos e violentos contra as zungueiras, conforme foi sublinhado nos relatos expressos em frase a título de exemplo nas citações da [Z6] que contou o que já foi agredida pelos polícias com porrete, e disse também que *“há polícia rebelde, quando te encontra o porrete acaba mesmo em cima de ti e na banheira”*. As zungueiras quando são detidas perdem o seu negócio, pois no ato da soltura não lhes são devolvidos os seus negócios. A [Z6] realçou também que *“há polícia malandro, ele quando vem levanta a banheira e vai com ele direito na esquadra móvel, você passa todo dia aí na esquadra (...) quando vão te dar a banheira, na banheira já não tem nada”*. Acrescentou que para devolverem o negócio os policias pedem dinheiro. Foi verificado na nossa investigação que há locais em que as zungueiras vendem os seus negócios, as deixam, porque as mesmas pagam aos polícias para vender. Conforme disse a [Z6] *“agora polícia fala, para você vender aqui, tens que dar quinhentos kwanzas, mas se vocês não estão a nos deixar vender! Todo dia tens que correr!? Como é que eu vou te dar quinhentos kwanzas?”*.

A [Z31] e [Z5] mostraram o seu sentimento emocional do que têm passado pelo facto de venderem na rua, o que notamos e vimos nas entrevistas quando disseram que *“o chefe mesmo, daqui dessa esquadra móvel já me aleijou no pé, me deu com porrete, aquilo ficou*

inflamado, até agora tem uma mancha bem grande na perna, já, aqui assim na área da nádega". Uma das entrevistadas disse que, devido a estes comportamentos, elas confrontam com os policiais em sua autoproteção e respeito da sua dignidade. Estes constrangimentos têm criado conotações das zungueiras perante os policiais: *"os policiais, às vezes têm (...) hábito de me mexer na blusa, (...) querem maltratar as pessoas que estão a vender na zunga, que estão a zungar está a ver! Epá daquilo, você às vezes, eu quero se comportar bem com eles, mas eles não querem nos respeitar, epá nós também nos comportamos mal com eles"*. Algumas zungueiras no decorrer da venda ambulante, alegam serem agredidas pelos policiais com porrete por venderem em lugares impróprios.

d) Fiscais

Quanto aos fiscais eis o exemplo das citações expressas pelas zungueiras, a [Z6] disse que *"eu já sofri muito mesmo na mão do polícia, fiscal"*. A [Z5] diz que quem impede o trabalho da venda ambulante é o *"polícia, fiscal"*.

[Z13] diz que todo *"tempo a correr de cima abaixo, fiscal vem aqui levam o negócio, se te encontram aqui, diz não podes vender aqui, porque é sítio proibido (...)".* Às vezes passamos mal com os fiscais, mas como não tem sítio por onde trabalhar, por isso nós continuamos aqui na zunga. O que me preocupa, o meu trabalho como zungueira é a fiscalização, porque a fiscalização, (...) chega aqui, quer te bater, te maltrata, chama nomes, é a fiscalização".

As entrevistadas demonstraram o que passam no seu dia-a-dia como vendedora ambulante, como diz a [Z2]:

"Epá, a nossa atividade é essa, dia bem, dia mal, estamos na zunga, mesmo com fiscal (...), mas estamos sempre a batalhar, mas o problema é este, que nós procuramos o pão de cada dia, para os nossos filhos, (...) pagar as propinas, comida, roupa. Então você compra negócio para zungar, quando chega à zunga estão a te dar corrida nos fiscais, às vezes te levam a banheira, tu tens filhos para sustentar a situação, está mesmo complicada" afirma zungueira de 28 anos de idade.

A [Z25] *"aqui atrás do fiscal, o fiscal está atrás de nós"*. Nesta subcategoria ficaram expressivas nos relatos das entrevistas que na zunga quem prejudica o seu trabalho são os fiscais por não as deixar vender na rua e que levam os seus negócios, perdem o dinheiro, são detidas e pagam multas pela ilegalidade do local de venda.

As zungueiras manifestaram nas entrevistas os seus momentos de maus-tratos, agressões praticadas pelos agentes na atividade de venda ambulante e para diminuir o medo dos estímulos estressores, não andam sozinhas e enfrentam as mesmas ameaças dos eventos que as influenciam para a resistência dos desafios com resiliência. Tal como refere (Van Breda, 2018) no contexto laboral os acontecimentos, permitem o trabalhador

desenvolver a resiliência, entendida como sendo a capacidade de recuperar dos acontecimentos, adaptar-se às mudanças e seguir em frente diante das atrocidades (Linnenluecke, 2017), todavia da mesma forma ser fortalecido por essas experiências (Chequini, 2007).

d) Gatuno

A respeito da subcategoria “gatuno” foi destacada 2 vezes pelas entrevistadas como outra fonte da causa do stress. Eis as afirmações apontadas pela [Z26] quando saía de casa no decorrer do caminho indo ao armazém comprar o negócio dissera o que aconteceu ao deparar com os gatunos:

“você se mete no caminho do Catiton (nome de um mercado) não dá também vir 5 horas por causa dos gatunos, porque quando você sai muito cedo também (...) os gatunos estão com vocês, também como zungueira pensa que você levou muito dinheiro afinal é mesmo aqueles três, quatro mil que levou. Tem que vir mais tarde, não pode ir muito cedo à praça”. [Z25] falou que sente medo da “polícia e do gatuno na rua”.

As zungueiras quando saem muito cedo para comprar os negócios, no regresso ou na ida, às vezes encontram gatunos no caminho, que recebem os negócios e por vezes o dinheiro da venda ou mesmo para os negócios, bem como para os alimentos dos filhos.

e) Clientes

No que se refere à subcategoria “clientes”, foram salientadas que alguns clientes não reconhecem o trabalho das zungueiras, por circunstâncias eles dão preços do negócio na altura da compra, o que às vezes manifesta sentimentos de revolta contra os clientes, deixando bastante irritadas. Eis alguns exemplos de citações das entrevistadas relatadas nesta subcategoria:

A [Z29] com 41 anos de idade, mãe de 6 filhos disse que “há clientes que aborrecem, por exemplo, foi há dias atrás apareceu um cliente, perguntou a cabeça de ananás quanto custa? Eu comprei a trezentos kwanzas. Eu disse que tira quatrocentos. Cliente: Quatrocentos?! Cabeça de ananás que está a cem kwanzas no parque?! [Z29] Eu disse então se está a cem kwanzas, porque é que não foste lá no próprio parque? Cliente: Ah! Dona não me fala assim, me deste resposta! [Z29] o senhor é que me provocou, mais tarde o senhor me pediu desculpa”.

O relacionamento entre zungueiras e clientes não tem sido fácil, alguns não valorizam o trabalho delas, o que provoca stress deixando-as por vezes irritadíssimas e com raiva como foram demonstradas em relatos das entrevistadas em trechos as palavras emocionais (raiva

e irritabilidade). A [Z20] afirma que na atividade da venda ambulante “nem todos os dias há clientes de bom humor, nem todos”. [Z25] “Epá sabendo que alguns clientes que dão quebra de cabeça”. Assim sendo, diz a mesma dos comportamentos:

“provoca stress, (...), há clientes que vem na bancada sem maneiras, você às vezes lhe atende bem e ele quer te mandar, quer te obrigar. Aquela coisa que você (...) não quer fazer, estas coisas está a ver, aquilo aí provoca stress nas zungueiras. É por isso que eles dizem que as zungueiras são malandras, (...), mas não, se formos a ver não. Há clientes mesmo que estressam, então às vezes você quer se dirigir bem ao cliente e o cliente não quer se dirigir bem na vendedora, é isso”.

Concernente à subcategoria “cliente” se constatou que na atividade de venda ambulante (zunga) existem alguns clientes que aparecem com atitude comportamental que provoca stress e aborrecimentos para as vendedoras ambulantes. Por conseguinte, os clientes dão os preços dos produtos como se fossem deles, deixando as zungueiras estressadas, irritadas e nervosas ocasionando brigas (clientes e zungueiras). Por outro lado, os preços que os clientes dão são baixos e não permite tirar os lucros. Alguns clientes aproveitam da vulnerabilidade da situação das zungueiras, elas aceitam o preço quando notam que não venderam nada, e que têm de levar alguma coisa para a família, então está sujeita ao conformismo do preço que lhe é atribuído pelos clientes. É de referir a realidade do relacionamento entre as zungueiras e clientes há momentos que as deixam aborrecidas, pois no final do dia por vezes, o dinheiro não chega para repor outro negócio, o que complica para retomar o mesmo negócio ou mudar de negócio, por isso, é que algumas se integram no grupo da kixikila para continuarem a exercer as suas atividades.

Apesar do dinheiro concedido pelos clientes a estas mulheres na compra do produto, ressalta-se que elas vivem de alternativa de emprego na venda ambulante, e isto não dá o direito aos clientes de fazer o que bem entenderem. É preciso que haja mais respeito e consideração do trabalho destas mulheres. Portanto, muitas famílias dependem deste trabalho. É a alternativa do trabalho justo que elas encontraram para não se prostituírem, como disse uma das entrevistadas. É importante ser refletido e referido aqui o comportamento apresentado por alguns clientes mencionados atrás, não as praticam quando estes vão ao supermercado ou shopping, pois o preço que encontram na estante ou tablier é o mesmo preço que pagam.

Seguidamente, vedes as tabelas das frequências de referências da categoria “o que causa stress”.

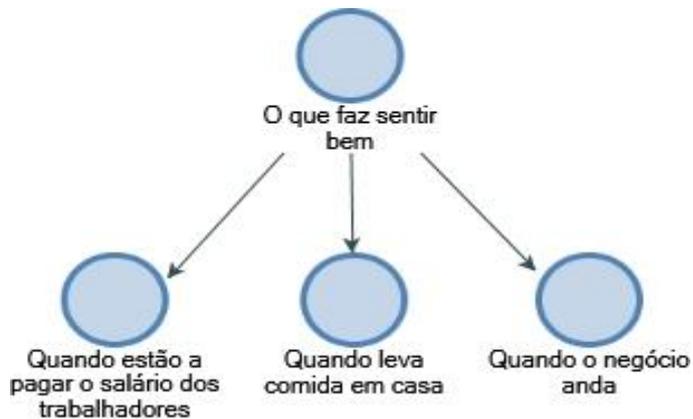
Tabela 3. 5.*Frequência de Referências de categoria "o que causa stress"*

Subcategorias	N.º de referências 238	Porcentagem
Condições de trabalho	105	69
Carro	8	5
Chuva	8	5
Corrida	44	29
Poeira	14	9
Sol	31	20
Negócio	27	18
Perda do negócio	11	7
Fiscais	64	42
Polícia	32	21
Gatunos	2	1
Cliente	47	31
Total	152	100

A Tabela 3.5 mostra as frequências de referências e as porcentagens das ocorrências das subcategorias incluída na categoria "o que causa stress". A subcategoria condições de trabalho teve 67 frequências de palavras mais repetidas e 24% de ocorrências que as entrevistadas frisaram que no contexto da zunga existem situações que elas enfrentam que causam stress apontadas em subcategorias com 17% de ocorrências de fiscais, corridas 14% de ocorrências, polícias 12% de ocorrências, sol 9% de ocorrências, clientes 7% de ocorrências, negócio 6% de ocorrências, poeira 4% de ocorrências, carro e a chuva foi apontada com a mesma ocorrência de 2%. E a Figura 3.8 mostra a nuvem de palavras mais referenciadas na categoria "o que causa stress".

Figura 3. 9.

Mapa de categoria "o que faz sentir bem"



As subcategorias ilustradas na Figura 3.9 no mapa da categoria “o que faz sentir bem”, significa quando há salários, o que permite levar comida a casa para os filhos e resolver outras situações. Portanto, as opiniões estão expressas em palavras das entrevistadas apresentadas a título de exemplo em recorte do texto de codificação abaixo citado.

- O que faz sentir bem
 - a) Quando estão a pagar o salário dos trabalhadores

As entrevistadas destacaram a alegria, satisfação e motivação que sentem quando estão a pagar os salários dos trabalhadores [Z21] diz que *“fico mais alegre quando tão a pagar os trabalhadores, (...) yá quando estão assim a pagar nós também vendemos mesmo. Às vezes hoje, amanhã depois de amanhã podes fechar o dinheiro do balão de fardo”*. Como refere a [Z31] *“é assim que (...) conseguimos pagar lá a renda, a escola”*. Ressalta também deste modo a [Z32] quando diz que *“é mais quando estão a pagar o salário. Epá o negócio anda (...) quando tão a pagar os trabalhadores”*. As entrevistadas afirmaram que ficam alegres e sentem muito bem, quando as entidades empregadoras estão a pagar o salário dos trabalhadores. O que se constata a esta altura a probabilidade de haver na mão dos clientes o poder de compra e a venda dos negócios é maior. O que facilita a obtenção dos lucros mais rapidamente. Do mesmo modo, a sua satisfação de continuar na atividade de venda ambulante torna-se maior, pois é daí onde saí o dinheiro para levar comida em casa, pagar a renda, pagar o transporte da escola dos filhos e propinas, conforme foram identificadas nos relatos a seguir:

b) Quando levo comida a casa

A [Z22] diz que quando consegue dinheiro de venda “vai dar para deixar comida para hoje e amanhã”. A [Z11] diz o que comprou com o dinheiro de venda “é aquilo mesmo hoje comprou um pão, amanhã um pouco de peixe, amanhã comprou não sei quê”. Igualmente a [Z15] diz que “compro qualquer coisa para fazer o jantar, amanhã vens de novo”. Naturalmente, as entrevistadas ficam satisfeitas quando conseguem comprar comida para levar a casa e dar aos filhos e demais familiares.

c) Quando o negócio anda

Quanto à categoria “quando o negócio anda”, as entrevistadas responderam o seguinte, como disse a [Z26] “está a andar bem, está a correr bem”. Nesta subcategoria, as entrevistadas afirmaram que gostam quando o negócio anda, podemos dizer em outras palavras elas sentem bem na zunga, tal afirmação nos apraz dizer além disso é um dos motivos, que no dia seguinte, as faz regressar na venda ambulante, mesmo com os impedimentos dos fiscais e polícias.

As frases de texto acima referido estão observadas na (tabela 3.6) que foi descrita por frequência dos números de vezes que foram expressas.

Tabela 3. 6.

Frequência de referências da categoria "o que faz sentir bem"

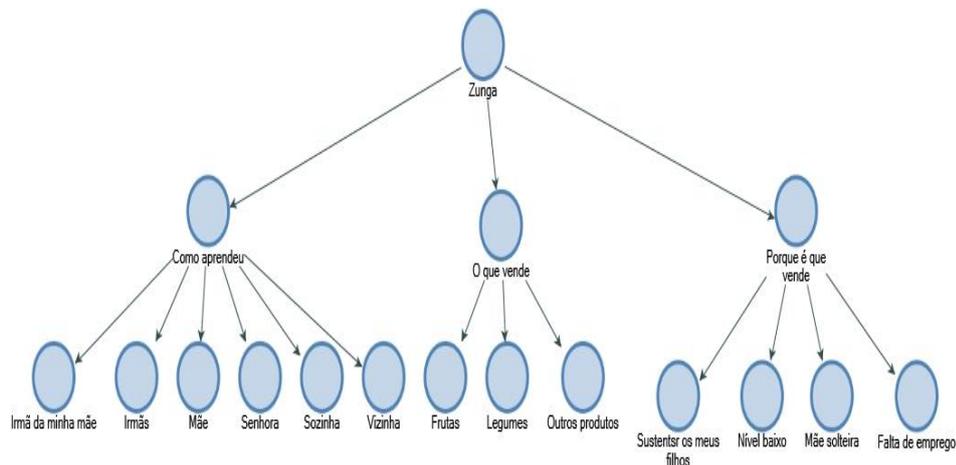
Subcategorias	Nº de referências	Percentagem (%)
	30	
Quando estão a pagar salário dos trabalhos	10	31
Quando leva comida em casa	10	31
Quando o negócio anda	12	38
Total	32	100

Acabamos de ver Tabela 3.6 que mostra o número de referências e as percentagens, “o que faz sentir bem” quando estas mulheres estão no exercício das suas atividades. Nela aglomeram a subcategoria “quando o negócio anda” com 12 frequências e 38% de maior ocorrência manifestada por satisfação e alegria, pois para as entrevistadas, quando isto acontece conseguem os lucros dos negócios que possa suprir as suas necessidades, e a aquisição de outros negócios, a subcategoria “estão a pagar o salário dos trabalhadores” e a “quando leva comida a casa” ambas subcategorias tiveram as mesmas frequências de 10 e

filhos). Os temas apontados foram demonstrados no mapa de palavras, seguindo de tabelas com frequência de palavras referenciadas, por números de vezes e percentagem e posteriormente a figura de nuvem de palavras da categoria “zunga”.

Figura 3. 11.

Mapa de categoria "zunga"



As subcategorias ilustradas em mapa da Figura 3.11 mostra o tipo de palavras que foram registadas. Tais factos podem ser observados a título de exemplo, nas citações em recorte de texto que estão descritos mais abaixo em subcategorias.

a) Como aprendeu?

A atividade da zunga que as vendedoras ambulantes exercem aprenderam por diversos motivos e por pessoas diferentes durante a zunga ou mesmo pela experiência de vida, a partir dos saberes locais algumas as mães e tias ou outras pessoas preparam as filhas, acordo ao contexto são ensinadas a construir resiliência diante das adversidades deste trabalho ou mesmo da sociedade (Bernard & Barbosa, 2016). Neste caso foram sublinhadas em diferentes alíneas.

- Irmã da minha mãe

A [Z20] disse que “aprendi com a irmã da minha mãe na Gabela”. A entrevistada diz nesta frase que aprendeu a zungar na província do Cuanza Sul, particularmente na Gabela com a sua tia, irmã da sua mãe.

- Irmã

As zungueiras aprenderam a venda ambulante com a sua “irmã” como constam nas frases da [Z25] quando diz “*que mim ensinou foi a minha irmã que me puxou*”. A [Z17] também afirmou que “*vendia o negócio da minha irmã numa pracinha*”, disse igualmente a [Z32] que “*aprendi com a minha irmã que me levou na praça*”. As entrevistadas afirmaram que aprenderam a venda ambulante com a irmã referida por 4 vezes.

- Mãe

A [Z21] diz “*aprendi praticamente com a minha mãe*”. Assim como disse de igual modo a [Z23] “*aprendi a zungar com minha mãe*”. Quanto à subcategoria “mãe” foram referenciadas 8 vezes pelas entrevistadas afirmaram terem aprendido a atividade da venda ambulante com a mãe.

- Sozinha

A [Z22] afirma que “*aprendi mesmo sozinha*”. Tal como falou [Z30] que “*aprendi sozinha. Zungo para sustentar os filhos*”. Algumas entrevistadas aprenderam a zungar sozinha, a subcategoria “sozinha” teve referência de 4 vezes.

- Senhora

A [Z17] falou quem lhe ensinou a “*vender mi irmã, é uma senhora que já nem vive aqui*”. Outra entrevistada diz que aprendeu a zungar com uma “senhora” com referência de 1 vez.

- Vizinhas

A [Z23] disse que aprendeu “*a zungar com a minha vizinha*”. Das entrevistadas sublinharam que aprenderam a venda ambulante com as vizinhas. Entretanto, existem várias pessoas com as quais se entrevistou que aprenderam a venda ambulante, conforme sublinhadas, com pessoas próximas, contudo são mesmas pessoas que ensinam e as incentivam a seguir adiante. Para as entrevistadas continuarem a exercer as suas atividades precisam de negócios rentáveis e de muita procura nas vendas ambulantes. No texto a seguir apresentou-se as subcategorias “o que vende” referida 61 vezes.

d) O que vende?

Quanto à subcategoria “o que vende” é de realçar que na zunga as entrevistadas vendem diferentes negócios que vai de encontro com a realidade financeira de cada vendedora e a aquisição dos produtos para venda é com base na época e na procura.

- Frutas

Concernente à subcategoria “o que vende” foi aludido o negócio de frutas referido 25 vezes, e as zungueiras apontam tais como: abacate, ananás, banana, laranja, maboque, mamão, manga, tamarino, luengo. Estas unidades de registo podem ser acompanhadas pelos recortes de textos abaixo mencionados: A [Z5] disse que vende “*banana, a mandioca, abacate tudo que é fruta nacional*”. Assim como outras entrevistadas disseram o que vendem como a [Z6] “*vende abacate, vende fruta*”. A [Z13] “*eu vendo mais ananás*”. [Z29] “*estou a vender maboque, tamarino e ananás, essas três*”. [Z28] “*manga vê outro negócio mamão, laranja, banana*”. [Z31] “*luengo, tamarino*”. A subcategoria “frutas” ressalta-se que as zungueiras vendem qualquer tipo de frutas em função da sua época, o que só demonstra que não têm uma única preferência das frutas.

- Legumes

Quanto à subcategoria “legumes” as entrevistadas vendem diferentes legumes que foram sublinhadas 9 vezes. A [Z4] diz que pratica o “*comércio interno assim feijão, óleo, arroz*”. A [Z26] disse que vende “*qualquer que aparecer, feijão, óleo, tomate, cebola, pepino, batata, cenoura, tudo isso*”. A [Z3] disse que “*vende banana pão com jinguba, bombó, batata-doce grelhada*”. Já a [Z7] disse que “*vende banana, mandioca*”. O comércio interno são os negócios vendidos ou legumes comercializados pelas entrevistadas como foram expressas o tipo de negócio que vendem. Vale lembrar que na atividade de venda ambulante fazem-no quase todos os dias excetos para algumas ao domingo, pois elas tiram sempre dias ou horas para se dedicarem ao serviço doméstico arrumando a sua casa, indo à igreja, cuidar dos filhos e do marido.

- Outros produtos

Concernente à subcategoria “outros produtos”, as zungueiras afirmaram que vendem vários em função da procura dos clientes e a época da procura. Eis alguns produtos mencionados nos relatos:

A [Z1] disse *“Ah eu vendo bola de berlim, vendo pilinha, vendo pastel massa terra e merenda”*. A [Z20] diz que *“eu vendo mais bolos”*. Disse a [Z12] *“eu vendo calçado”*. A [Z23] falou *“que eu (...) vendo sapato”*. A [Z17] diz que vende *“chocolate, tem dias vais vender (...), pastilha, rebuçado mentol”*, a [Z9] diz que *“eu vendo Kisangwa”*. A [Z12] disse que vende *“medicamentos de ratos, vende-se roupa vende-se muita coisa”*. Por outro lado, a [Z20] no *“mês de dezembro vende roupa e janeiro varia”*. A [Z5] *“aqui eu vendo calçado, roupa esse negócio que eu vendo”*. A [Z32] disse *“epá! Eu vendo mais meias mesmo.”* [Z22] *“só vendo saco mesmo”*.

Algumas entrevistadas manifestam, o que passam também pelo tipo de negócio que praticam na zunga, como afirmou a entrevistada, pelo negócio que faz a venda de saco, algo de pouco valor económico o que muitas das vezes sente humilhação por parte dos clientes. Importa lembrar que na categoria “zunga” foram salientadas as questões relacionadas do porque é que vende, sublinhadas em subcategorias citadas em forma de recorte.

e) Porque é que vende?

Concernente à questão acima, as zungueiras justificam por diversos fatores expressos em texto abaixo:

- Falta de emprego

A falta de emprego levou [Z32] a zungar conforme disse *“meu marido não tem mesmo emprego fixo”*.

A [Z12] explica do porque é que vende, dizendo que *“eu gosto porque não tenho emprego se tivesse emprego uma pessoa trabalhava, enquanto não (...) tem emprego, gosto mesmo de estar na zunga, (...) vou fazer como? Não tenho emprego vou ficar em casa a sentar?”*. Ressalta a mesma entrevistada *“o que levou aqui na zunga, se fosse emprego nós poderíamos trabalhar, mas nesse momento como não aparece emprego estamos aqui na zunga para zungar, senão epá fogareiro apaga, se nós ficar assim as crianças não vão estudar, fogareiro apaga, está mal”*.

O recorte de codificação do texto afirma que as entrevistadas, praticam a venda ambulante, por falta de emprego e dizem ainda que se tivessem emprego não iriam zungar. Uma das entrevistadas disse quando não vai à zunga não consegue acender o fogareiro. O que significa não tem nada para cozinhar para os filhos, por outro lado, não consegue pagar as propinas dos filhos, transporte para os filhos irem à escola ou continuarem a estudar, tais factos as têm levado à prática da atividade de venda ambulante. Eis os outros textos que justificam a causa da venda ambulante:

- Mãe solteira

Quanto à subcategoria “mãe solteira” a [Z15] disse que “*não tem marido*”. Há entrevistadas que afirmaram nos seus relatos, que foram abandonadas pelo marido conforme disse a [Z2] que “*é pai e mãe, o pai dos filhos a abandonou*”. Justificou também a [Z3] quando falava, “*tem dois filhos e o pai do filho não sustenta*”. Já a [Z30] disse “*que são mãe e pai você fica como? Com stress*”. A subcategoria “mãe solteira” foi apontada 13 vezes, pelas entrevistadas afirmando que praticam a zunga por ser “mãe solteira”, alegando ainda que o pai não assumiu a paternidade dos filhos, deste modo não sustenta os filhos, portanto, elas sentem na obrigação de assumirem os dois papéis (mãe e pai) na educação dos filhos, como disse uma participante que esta situação provoca stress.

- Nível baixo

[Z6] “*mesmo para nós que temos nível baixo é complicado*”. As entrevistadas afirmaram que o nível baixo de instrução está na base das mesmas exercerem a atividade de venda ambulante, pois os seus níveis acadêmicos não são compatíveis às exigências das entidades empregadoras.

- Sustentar os meus filhos

A subcategoria “sustentar os meus filhos” foram mencionadas 25 vezes pelas zungueiras e justificaram as razões: A [Z12] disse que “*tem filho para sustentar, não tem por onde viver*”. Assim sendo, a [Z4] afirma que é da zunga “*onde está a sair o sustento para auxiliar a criança*”. [Z30] diz “*zungo para sustentar os filhos*”. [Z31] afirma na atividade de venda ambulante “*onde consegue sustentar também a eles e a mim*”. [Z15] disse que na atividade de venda ambulante “*tem que ter coragem de zungar para sustentar os filhos*”. [Z32] diz pois “*tem que pagar as propinas mensalmente*”. Portanto, como vimos nas asserções dos textos, estas mulheres explicam os motivos que as levam a zungar, sendo que a mesma faz a vez do emprego para amparar as famílias e aquisição de bens das primeiras necessidades básicas. Depois de detalhada a subcategoria mencionada no texto acima se mostrou a tabela das frequências de palavras da categoria da “zunga”.

Tabela 3. 7.*Frequência de referências de categoria "Zunga"*

Subcategorias	Nº de referências 150	Percentagem (%)
Com quem aprendeu	16	6
Irmã da minha mãe	1	0
Irmãs	3	1
Mãe	8	3
Senhora	1	0
Sozinha	5	2
Vizinha	1	0
O que vende	61	22
Frutas	25	9
Legumes	9	3
Outros produtos	25	9
Porque é que vende	62	22
Falta de emprego	22	8
Mãe solteira	13	5
Nível baixo	2	1
Sustentar os meus filhos	25	9
Total	279	100

A Tabela 3.7 constata os motivos que levam estas mulheres a aderirem o trabalho de venda ambulante apontadas por frequência de referências em números de vezes mais citadas e as percentagens. A categoria “zunga” teve 3 subcategorias “porque é que vende” com maior frequência de 62 e 61% de ocorrência onde as participantes responderam a questão por motivo de sustentar os filhos com 9%, falta de emprego 8%, mãe solteira 5%, e nível baixo de escolaridade 1%, a seguir temos a subcategoria “o que vende” teve como frequência de 61 vezes e 22% de ocorrência onde as entrevistadas disseram que vendem frutas e outros produtos com 9% de igual número de ocorrência, 3% vendem legumes e por último a subcategoria “com quem aprendeu” que teve a ocorrência de 6% com a mãe 3%, sozinha 2% e com as irmãs 1%. As subcategorias irmã da mãe, senhora, vizinha tiveram 0% de ocorrência, este último resultado não é menos importante, pois a necessidade destas mulheres estarem na venda ambulante fala mais alto, como vimos nos vários trechos dos textos onde as participantes frisaram as suas dificuldades. Por conseguinte, podemos verificar, através da (Figura 3.12) a visualização da nuvem de palavras da categoria “zunga” abaixo.

ameaça do stress, tal facto como vimos nos trechos em textos que dão mais apoio sobre as atividades destas mulheres, como por exemplo famílias, colegas da zunga, amigas, irmãos da igreja e o grupo de kixikila, (ver Tabela 3.3). Portanto, a zunga é a fonte de sustento económico para as famílias, que permite suprir as necessidades das famílias, da sociedade e naquilo que for necessário para o sustento dos filhos, contudo, os polícias, fiscais e gatunos criam obstáculos durante as atividades de venda de comércio de rua o que prejudica os movimentos diários e a aquisição dos lucros diários dos negócios.

Tabela 3. 8.

Situações observadas no contexto da zunga

Contexto da venda ambulante	
Ambientais	Chuvas
	Sol ardente
	Poeira
	Ruídos (carros, motorizadas e aviões)
	Ventos fortes
Polícias e fiscais	Fumo dos carros durante o trânsito
	Polícia a perseguir e a ameaçar as zungueiras
	Fiscais a receberem o negócio das zungueiras
	Medo de ser presa por causa da entrevista
Zungueira	Medo de perder o negócio durante a entrevista
	Cliente que ameaça em pisar o negócio da zungueira por vender no passeio
	Medo que a entrevista pudesse parar nas redes sociais
	Controlo excessivo das mesmas para não perder o negócio
	Orgulho de ser zungueira
	Responder as questões com muita satisfação
	Corromper os polícias para não perder o negócio
	Vergonha da sua letra
	Vergonha de falar
	Não aceitar escrever o seu nome
Não aceitar falar quantos filhos tem	
Não aceitar falar a sua idade	
Stress positivo por vender negócio	

Pessoas

Zungueira a vender acompanhada com seu filho de seis meses nas costas de baixo do sol, com poeira e vento

Levar dinheiro em casa

Desistir na entrevista por questões de crença

Revolta do sofrimento que elas vivem e ninguém faz nada por elas

Crença da existência de Deus é o que as ajudam todos os dias para voltar na zunga

Curiosidade em saber quem somos, isto é, os clientes

Cobrador do táxi público (candongueiro) descia do carro para perguntar quem somos

Os zungueiros ficaram indignados, pois também queriam ser entrevistados e perguntavam, por que, só as mulheres que estão a ser entrevistadas, pois todos estavam prontos para serem entrevistados

Os ajudantes do cobrador de táxi todos embriagados também queriam ser entrevistados

Os clientes das zungueiras bem como as pessoas que passavam na rua, desejavam força e o bom trabalho de investigação

Peão ameaça pisar o negócio de uma zungueira por vender no passeio

Grito dos cobradores a chamar passageiro para o táxi público (azul e branco)

A Tabela 3.8 mostra as situações observadas no dia-a-dia da venda ambulante, durante o período em que se realizou a investigação. Constatamos que grande parte das observações, confirmam-se nos autorrelatos apontados pelas zungueiras como vimos no texto.

3.5. Discussão

O presente estudo sobre o stress e identidades sociais no contexto da venda ambulante, consistiu em caracterizar os fatores do stress nas zungueiras dos mercados informais da cidade de Luanda. Para o estudo 1 foi usado o método qualitativo, a partir das entrevistas nas quais participaram 32 mulheres zungueiras com idades compreendidas dos 18 aos 60 anos residentes na província de Luanda, das diversas origens etnolinguísticas do país.

Na pesquisa se identificou as diferentes causas do stress na venda ambulante, correspondente ao primeiro objetivo traçado, a existência dos fatores de stress como: as condições de trabalho (carros, chuva, corridas, poeira, sol), clientes, polícias, fiscais, gatuno, negócio (ver Tabela 3.5 do capítulo 3) o que se confirma na visão do modelo de stress no trabalho de Cartwright & Cooper, (1997) estas condições de trabalho provocam stress no local de trabalho das zungueiras. Foram verificados neste estudo que a relação das zungueiras com os agentes não tem sido ótima, pois a maior parte das vezes há agressões e violência no local de venda, perda de negócios pelos gatunos. Descobrimos que na zunga por vezes tem existido brigas entre clientes e zungueiras que provocam stress e aborrecimentos e estes acontecimentos se forem experimentados com muita frequência, a probabilidade de as pessoas manifestarem stress é maior e se for por longo prazo este desencadeará risco de doenças. Esta afirmação confirma-se no estudo realizado por exemplo pelo Bernardino & Andrade, (2015) a venda ambulante e as repercussões para a saúde do trabalhador; Ko Ko et al., (2020) a venda ambulante sobre exposições ambientais, ocupacionais e os efeitos na saúde dos vendedores informais de comida na rua. Importa referir que na literatura consultada, a confirmação de que as condições de trabalho (Nahas, 2017) quando não são das melhores desencadeiam riscos psicossociais na saúde e bem-estar físico e mental como afirmaram Bernardino & Andrade, (2015); Juárez-García et al., (2020); Ko Ko et al., (2020); Mesquita & Santos, (2016); Sepadi & Nkosi, (2022) nos estudos sobre atividade de venda ambulante. Pois, por um lado, as zungueiras trabalham ao ar livre, em péssimas condições de trabalho de baixo do sol ardente, chuva, corridas, poeira e no trânsito, a probabilidade de manifestar efeitos do stress no local de trabalho é maior. Por outro, confirma-se com estudo de Lopes (2008a), verificada na literatura consultada que na atividade de venda ambulante, às condições de trabalho são deficientes em termos de higiene e segurança são escassos, não existe o contrato de trabalho, pois é verbal, rendimentos pouco seguros, jornadas longas de trabalho, duração não fixada, ausência de proteção social face a situações de doença e de acidentes de trabalho e além de não estarem inscritas na segurança social. Digamos que estas condições de trabalho influenciam na saúde mental e física das zungueiras, doenças cardíacas, dores nas costas, distúrbios gastrointestinais, ansiedade e depressão (Cooper et al., 2001; Johnson et al., 2005).

No trabalho de venda ambulante encontram-se estímulos estressores que provocam o sofrimento, esta afirmação foi constatada quando as participantes apontam as “doenças e sofrimentos adquiridos durante a zunga” que estes influenciam nas respostas fisiológicas do organismo das zungueiras a saber: o cansaço, as doenças específicas (gripes, tuberculose, tosse) e as dores cabeça, coluna, peito, vistas, (ver Tabela 3.4 do capítulo 3). As pessoas respondem aos eventos da vida para se proteger ou fugir das ameaças. Na visão de Selye este é um processo de GAS visto por três fases: alarme, resiliência e exaustão ilustrada na (Figura 2.2 do capítulo 2).

As zungueiras queixam-se do trabalho diário que exercem e reconhecem que é um trabalho duro, andando de um lado ao outro o que provoca cansaço. O cansaço é uma fraqueza física que as zungueiras sentem pelo trabalho excessivo que realizam, o que desencadeiam sintomas físicos de stress, por outro lado, o mesmo aparece por causa dos eventos stressantes (por exemplo Moncrieff & Fletcher, 2007). A relação lar e trabalho (Chambel, 2016) quando é saudável, facilita trabalhar e conseguir os recursos económicos. Confirma-se que as zungueiras conseguem estabelecer a interface lar e trabalho de venda ambulante, pois antes de sair de casa fazem todo o trabalho doméstico e deixam sempre orientações das tarefas a terminar. Entretanto, a relação lar e atividade de venda ambulante é positiva, pois fornece recursos económicos, facilita a vida familiar das zungueiras de se organizar e em resolver os seus problemas de aquisição dos bens de primeira necessidade e contribuição pessoal, permitindo ficar na zunga até quando o negócio acabar, o que pode levar a vender de noite. O que significa quando o resultado do trabalho é rentável e satisfatório para estas mulheres em casa, ultrapassa-se as dificuldades e vão importunando mais motivação para ida na alternativa de venda ambulante como fonte de sustentabilidade económica, digamos que estes indicadores permitem que as zungueiras exerçam o seu papel na família e a tenacidade do seu trabalho, para o crescimento da família. Apesar de que a zunga tem proporcionado benefícios para as famílias, esta atividade, não tem sido saudável, pois resulta para essas mulheres efeitos de stress aos problemas de saúde física, como vimos atrás nos relatos.

Concordamos que nos moldes do modelo transacional de stress (Lazarus & Folkman, 1984) percebe-se que o ambiente de trabalho externo, (por exemplo na venda ambulante), as zungueiras deparam-se com diversos eventos extremamente stressantes, conforme constaram nos relatos reportados pelo grupo-alvo e para lidar com os eventos stressantes usam o recurso do processo de avaliação de stress (Lazarus & Folkman, 1984) avaliação primária e a secundária. A avaliação primária leva as zungueiras a questionarem e pensar se o evento é prejudicial – suponhamos quando perdem o negócio para os fiscais, polícias e gatunos, e se julgar que sim o organismo fica ativado, para enfrentarem ou fugir do stress. Outrossim, para controlar e diminuir medo dos estímulos estressores acima referido, estas

buscam o recurso de coping da regulação emocional, coping religioso ou espiritualidade (Corrêa et al., 2016; Folkman, 2010; Lazarus & Folkman, 1984), onde partilham as emoções com os outros no sentido de aliviar as emoções negativas, de forma a resistir aos eventos ameaçadores com resiliência e a redução de risco de saúde (McRae & Mauss (2016). Importa salientar que a partilha das emoções ativa o sistema de alívio e fuga que funcionam como medida de gestão do stress nestas mulheres.

O segundo objetivo traçado na investigação foi o apoio social e as identidades sociais mais relevantes para as zungueiras. A identidade social é um recurso social, com a função de criar motivação para autodefinição e autoestima (Scheepers & Ellemers, 2019). Neste caso foram apontadas como identidades sociais relevantes: família, colegas da zunga, amigas, kixikila, igreja e vizinhos (ver Tabela 3.3 do capítulo 3). Dos quais o grupo de kixikila, família, colegas da zunga, irmãos da igreja e as amigas são os fatores protetores dos efeitos de stress na venda ambulante. Confirma-se que as vendedoras ambulantes têm a força motivadora e autoestima de persistirem na venda ambulante, não só pelas condições precárias da realidade da vida, contudo pelo apoio que recebem. Na atividade de venda ambulante deparam-se com determinados riscos psicossociais (atrocidades, conflitos, aborrecimentos, perda de negócios, dinheiro e vidas humanas), contudo, o uso das formas de apoio social (Cohen, 2004; House, 1981; Uchino, 2004) como: instrumental, emocional (família, filhos, pais, marido, irmãos), companheirismo (amigas), informativa (colegas da zunga), tem sido uma mais-valia para resistir aos eventos de forma resiliente. Vale ressaltar que a presença dos outros, quando alguém percebe e sente o apoio emocional ou material, recupera a autoconfiança, a satisfação com a vida, deste modo, a capacidade de contornar os obstáculos, e o embate a saúde (por exemplo Griep, 2003).

Notamos que para as zungueiras se recuperarem dos acontecimentos stressantes, recorrem ao apoio social ou estratégias que funcionam como um modelo amortecedor de stress para diminuir os efeitos negativos do stress (Uchino, 2004). Destaca-se no estudo 1 que o apoio instrumental se refere ao dinheiro que elas recebem quando jogam a kixikila, o que facilita a aquisição dos negócios para ultrapassar os desafios da vida. Sobre o apoio de companheirismo constatou-se que as zungueiras recebem apoio de colegas da zunga, amigas uma das outras, quando precisam o que for necessário, estas dão sugestões do tipo de negócio a realizar e onde vender, protegem uma das outras quando chegam os fiscais e polícias e também de outras situações do contexto da zunga e não só. Foram constatados que na venda ambulante, as colegas partilham as situações do seu trabalho, bem como as situações familiares, pelo tempo de convivência elas se tornam famílias. De facto, no relato das zungueiras destaca-se que recebem apoios de pessoas próximas, o que perfaz dizer em gesto de constatação que as mesmas continuam a zungar mesmo pondo em risco a sua vida em perigo constantemente e não pretendem desistir. É deste modo que as zungueiras vão

transformando a sua capacidade de resistência com os saberes locais para enfrentar os efeitos deste trabalho onde reformulam as estratégias para lidar com as exigências dos desafios. Importa realçar que a resistência no âmbito da atividade de venda ambulante considera-se como processo mediador da resiliência, voltado para desafiar as adversidades do contexto deste trabalho, em vez das zungueiras se acomodarem com as situações, estas ações promovem a resistência, tal como sugere (Sims-Schouten & Gilbert, 2022) quando aborda no seu artigo sobre resiliência à luz do racismo, da alteridade e da resistência.

Nesta ordem de ideias ao valorizar os saberes locais e descolonizando os hábitos criam-se aceitação dos saberes locais para progresso do trabalho destas mulheres. A resistência deste trabalho, está no conhecimento local para modificar a prática e produzir psicologias mais responsivas às realidades locais do contexto onde estão inseridas, tal ideia está plausível a título de exemplo no artigo de (Adams et al., 2017) quando aborda a descolonizando a ciência psicológica.

É de notar, como vimos na apresentação dos resultados, que foram identificadas as dificuldades na zunga, porém, as zungueiras que têm uma crença da existência de alguém maior de todos, sendo Deus representado na imagem de igreja e dos irmãos da igreja, entretanto, elas usam o coping religioso, onde evocam todos os dias o apoio e proteção, transformando em capacidade de resiliência e resistência, o que as faz perder o medo e aceitar os desafios da venda ambulante. Além do mais têm a responsabilidade de transmitir as palavras da vida que fortalece a fé, encoraja enfrentar os desafios nos momentos frustrantes das zungueiras, formam laços de solidariedade, de modo a apaziguar os espíritos, transformando o sofrimento em esperança (Nunes, 2021). Para os religiosos força de fé e foco (Zola, 2023) permitem continuar a trabalhar e ultrapassar todas as adversidades (Pargment, 1997) com resistência.

O que não estava na investigação, porém constatado que na venda ambulante, o local onde elas poisam a banheira do negócio para descansar, aproveitam vender os negócios e nestes locais, por vezes deixam lixo, o que tem criado mau aspeto na sociedade, pois criam focos de lixo o que origina riscos à saúde pública. A falta de informação sobre a higiene e segurança de saúde pública, leva estas mulheres a comercializarem assim como os clientes que compram. Na literatura consultada, confirma-se que no local de trabalho da venda ambulante, deparam-se com risco de higiene e segurança da saúde pública (Alfers, 2009).

O estudo 1 identificou os diferentes fatores de stress na atividade de venda ambulante (ver Figura 3.13) em resumo.

Figura 3. 13.

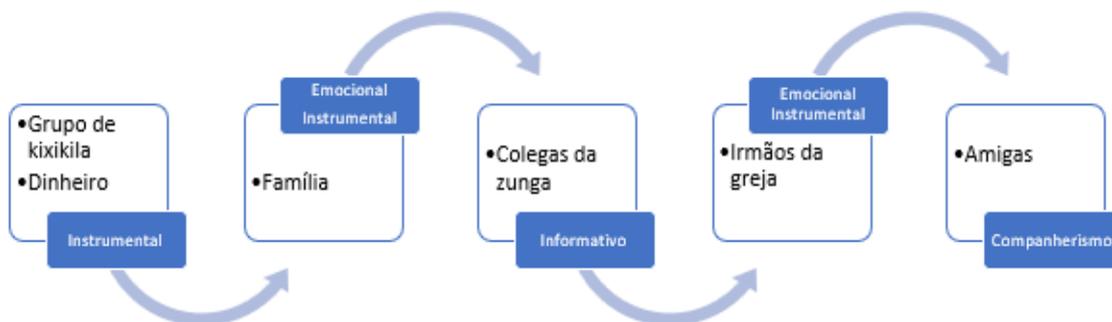
Modelo de fatores do stress na venda ambulante das zungueiras de Luanda



Fonte: Adaptação própria

Figura 3. 14.

Modelo de identidades sociais como fatores protetores dos efeitos de stress na venda ambulante



Fonte: Adaptação própria

No exercício da atividade de venda ambulante, os grupos de pertença das identidades sociais apontadas pelas zungueiras funcionam como recursos que as auxiliam na gestão do stress. Neste âmbito foi elaborado um artigo sobre o papel das identidades sociais enquanto atenuadores do impacto do stress na saúde das zungueiras de Luanda: um estudo qualitativo (Ramos et al., 2025). Tal achado corrobora o que foi sugerido (por exemplo (Bentley et al., 2020; Haslam, Steffens, et al., 2018) no modelo da identidade social como cura social. Importa ressaltar que as advertências, as ameaças significativas e a consecução da adaptação positiva aos acontecimentos são peculiaridades afincadas à resiliência (Mahdiani & Ungar, 2021).

Este estudo deu voz às zungueiras, e permitiu ouvir num estudo qualitativo, as suas apreciações sobre as suas condições de trabalho e sobre os seus relacionamentos sociais. Versou sobre a caracterização dos fatores de stress na atividade da venda ambulante das

zungueiras, ilustrando conceitos identificados no capítulo 3. Também pudemos observar que na atividade de venda ambulante existem grupos identidades sociais importantes para as zungueiras, e que têm um valor positivo na sua vida. No estudo 2, iremos testar num estudo quantitativo as relações entre stress, saúde e identidades grupais nas zungueiras.

Capítulo 4.

Estudo 2: Stress e saúde nas zungueiras: o papel das relações sociais

O capítulo 4 continua a pesquisa qualitativa realizada no estudo 1, que procedeu a um levantamento dos fatores de stress e dos grupos relevantes para as zungueiras. Neste segundo estudo pretendemos identificar os principais fatores de stress das zungueiras e testar o papel da identificação com grupos sociais como recurso de gestão do stress e de proteção da saúde nestas mulheres.

As relações sociais são recursos de apoio social, que favorecem a saúde e bem-estar físico e mental, sendo estes amortecedores contra o stress (Cohen & Wills, 1985; Uchino, 2004) e fatores de proteção contra o risco das doenças (Hostinar, 2015). De acordo com Sarason et al., (1985), as relações sociais motivam para o desenvolvimento de competências sociais básicas indispensáveis na formação de redes sociais do apoio social e de autoavaliações das habilidades. Vale lembrar por exemplo (Lima, 2018) ao afirmar que na vida o ser humano comunica com os outros, a partir das relações sociais. O grupo social de pertença tem grande impacto na satisfação da vida e de saúde e bem-estar, quando os indivíduos interagem e partilham os seus problemas. Portanto, as relações sociais surgem como recurso que permite a valorização do trabalho, satisfação e a autoestima do trabalho.

4.1. Introdução e objetivos do estudo

A venda ambulante é uma atividade realizada ao ar livre, onde são deparados diversos problemas. Esta atividade funciona como fonte de rendimento para suprir as necessidades, entretanto estas mulheres não medem esforço para levar comida a casa correndo vários riscos de saúde (Ramos et al., 2024). No capítulo 2 revimos a literatura sobre o stress no trabalho e em particular a literatura existente sobre as dificuldades sentidas pelas pessoas que se dedicam à venda ambulante. No capítulo 3 fizemos um levantamento dos fatores de stress tal como as zungueiras de Luanda os identificam. Uma vez que o nosso interesse é o de analisar o papel das relações sociais como atenuadores dos impactos do stress, nesse estudo procedemos também ao levantamento dos grupos mais relevantes para esta população.

Neste estudo iremos quantificar a relevância dos diversos fatores de stress das zungueiras dos mercados informais da cidade de Luanda, bem como a sua ligação à saúde. Nesta etapa, traçaram-se os seguintes objetivos específicos:

- ✓ Identificar os fatores de stress mais importantes na atividade de venda ambulante das zungueiras mulheres vendedoras dos mercados informais da cidade de Luanda;
- ✓ Comparar os fatores de stress das zungueiras vendedoras ambulantes da rua e da praça da cidade de Luanda;
- ✓ Avaliar a ligação do stress a problemas de saúde;
- ✓ Analisar o papel atenuador das relações sociais nos impactos do stress na saúde.

Hipótese

Hipótese (1): No local do trabalho da atividade de venda ambulante existem fatores de stress que desencadeiam efeitos na saúde das zungueiras (Modelo dos fatores de stress no local de trabalho, Cartwright & Cooper, 1997);

Hipótese (2): As identidades sociais têm um papel de moderação do stress nas zungueiras mulheres vendedoras dos mercados informais da cidade de Luanda (Modelo da cura social, Haslam et al., 2018).

4.2. Método

No estudo 2 foi utilizado o método quantitativo para a recolha de dados da investigação.

4.2.1. Instrumento de recolha de dados

O instrumento de recolha dos dados foi um questionário no qual estavam operacionalizadas as diversas variáveis, tendo em conta os resultados das entrevistas do estudo 1 (ver anexo n.º A). Uma vez que se trata de uma população muito pouco escolarizada, optou-se por versões reduzidas das escalas e mesmo com uma forma de resposta visual, desenvolvida em África para mulheres (ver anexo n.º B consentimento informado do estudo 2).

O *stress geral* foi avaliado através de um único item adaptado de Elo et al., (2003) “Como acha que é o seu trabalho na zunga?”, com resposta numa escala de 1 a 5 em que 1 corresponde a “Não causa stress” e 5 a “É muitíssimo stressante”. Como forma de tornar o questionário mais adaptado à população-alvo, usámos para representar visualmente as 5 opções de resposta, os ícones propostos por Nakigudde et al., (2009) e desenvolvidos num estudo no Uganda junto de mulheres africanas:

Figura 4. 1.

Visualização da escala de resposta incluindo imagens com ícones



Fonte: (Nakigudde et al., 2009, p. 37)

Para avaliar as fontes de stress usaram-se os fatores identificados no estudo 1. A introdução era a seguinte: “*Vou agora dizer uma série de aspetos da sua vida na zunga*”. “*Pode dizer para cada um deles até que ponto lhe causa stress?*” Em seguida apresentavam-se os seguintes 22 fatores provenientes da análise das respostas obtidas no estudo 1 capítulo 3:

1. O sol, o calor
2. A chuva
3. As poeiras
4. O barulho
5. As corridas
6. O trânsito – os carros, as motas
7. O peso de carregar o negócio na cabeça, nas mãos ou costas
8. A falta de segurança
9. A desorganização
10. Falta de condições de trabalho (casa de banho)
11. Não vender, o negócio não andar
12. Não levar dinheiro para casa
13. A polícia levar o negócio
14. A violência da polícia (bater com porrete, insultar)
15. A intervenção dos fiscais de forma violenta
16. A intervenção dos polícias de forma violenta
17. Os clientes que tratam mal as zungueiras
18. Problemas com outras zungueiras
19. Preocupação com os filhos
20. Ter de levar os filhos para a zunga
21. Perda de negócio por furto (indivíduos que se fazem passar como clientes)
22. Perda de negócio pelos fiscais ou os fiscais levam o negócio

As respostas eram dadas na mesma escala visual (Nakigudde et al., 2009) com a escala de 1 a 5 em que 1 corresponde a “Não causa stress” e 5 “É muitíssimo stressante” Pienaar & Rothmann, (2006); Passeira, (2011).

Para a avaliação da saúde, foi utilizada a escala de saúde SF-36 (Ware & Sherbourne, 1992), que inclui indicadores de saúde geral, saúde mental e saúde física. Trata-se de uma escala validada internacionalmente, traduzida em 35 línguas e recomendada pela Organização Mundial de Saúde para a avaliação da saúde mental (World Health Organization, 2004). Por esta razão usou-se a escala tal como está indicada e não foi feita uma análise fatorial dos itens. Assim, a *saúde geral* foi avaliada através de um único item (“Em geral, diria que a sua saúde é...”) numa escala de 5 pontos: “ótima” 1; “muito boa” 2; “boa” 3; “razoável” 4; “fraca” 5. As participantes responderam 9 perguntas relacionadas com a *saúde mental* como, por exemplo: como se sentiu nas últimas 4 semanas (“sentiu-se cheia de vitalidade”; “sentiu-se cansada”). A resposta era dada numa escala de 5 pontos: em que 1 correspondia a “sempre”; 2 “a maior parte do tempo”, 3 a “algum tempo”, 4 a “pouco tempo” e 5 a “nunca”. Calculou-se o Alfa de Cronbach que teve como resultado 0,65, o que demonstra que as perguntas têm consistência aceitável. A escala de *saúde física* incluía 4 perguntas respondidas numa escala de 5 pontos: “absolutamente falso” 1; “falso” 2; “não sei” 3; “verdadeiro” 4; “absolutamente verdadeiro” 5. Calculou-se o Alfa de Cronbach desta escala e foi de 0,73 o que revela uma consistência interna aceitável.

A identidade social com os 7 grupos identificados no estudo 1 avaliada através de questões usando a formulação da escala de 1 item proposta (Postmes et al., 2013): “*Até que ponto é importante para si a pertença dos seguintes grupos?*”. Apresentavam-se em seguida os seguintes 7 grupos.

1. Família
2. Vizinhas
3. Amigas
4. Zungueiras
5. Igreja
6. Kixikila
7. AVAL

A resposta era dada numa escala de 5 pontos, em que a resposta variava entre 1 (“Não é importante”) a 5 (“É muitíssimo importante”).

Finalmente, analisámos ainda a *perceção de apoio social recebido* dos 7 grupos anteriores perguntando “Até que ponto cada um destes grupos a apoia quando tem problemas?”, com resposta numa escala visual de 1 (“Não apoia”) a 5 (“Apoia muitíssimo”). Incluíram-se ainda perguntas sobre o trabalho da zunga e variáveis sociodemográficas, em parte adaptadas de (Santos & Mesquita, 2016).

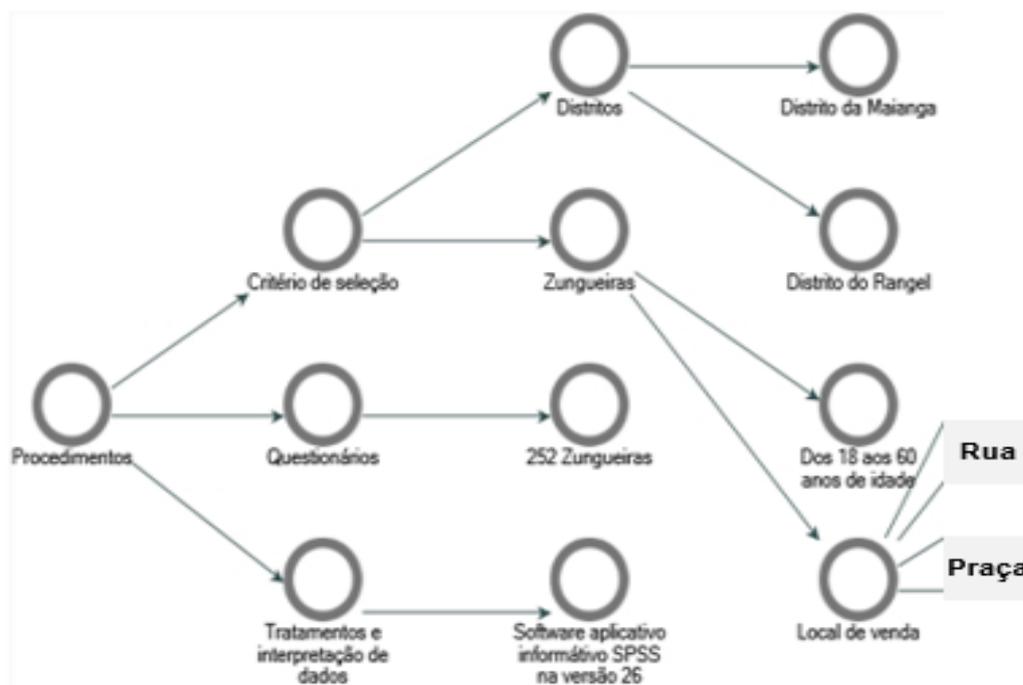
4.2.2. Procedimento de recolha de dados

Relativamente às questões éticas do projeto: “com o mundo às costas: stress e identidades sociais nas zungueiras mulheres vendedoras dos mercados informais da cidade de Luanda” a investigação foi aprovada pela Comissão Ética (CE) do Iscte - IUL, com o parecer final 33/2021 favorável à realização da investigação.

Quanto aos procedimentos de recolha dos dados fez-se com critério de seleção à inclusão da população-alvo as zungueiras da cidade de Luanda, que comercializavam na rua os negócios com a bacia à cabeça, nas mãos, às costas, com idades compreendidas dos 18 aos 60 anos.

Figura 4. 2.

Procedimentos para recolha de dados



De realçar que o mesmo foi realizado na cidade de Luanda em 2021 nos Distritos da Maianga e do Rangel com uma amostra representativa da população de 252 zungueiras. Vale lembrar que a COVID – 19 impediu o percurso da investigação, pois a imprensa e a OMS não davam a certeza de como as pessoas deveriam se proteger contra a COVID – 19. Além do mais por saber que em Angola existe problema de saneamento do meio e sendo o grupo-alvo pessoas que vivem em situações precárias foi ainda mais preocupante. Posteriormente, tomou-se conhecimento que para evitar o contágio era necessário estarmos em distanciamento e lavar sempre as mãos com água e sabão ou álcool em gel e o uso da máscara obrigatório. Interrompeu-se a pesquisa de campo em 2020, por conta da pandemia

da COVID -19 não conseguimos regressar a Angola para fazer a recolha de dados do estudo 2, visto que todos os voos estavam cancelados e os aeroportos de todos os países estavam fechados.

Em Angola quando abriram os voos, os passageiros que chegassem do exterior de Angola, em algumas zonas de Luanda, as pessoas eram agredidas, porque havia desconfiança que as pessoas que vinham do exterior eram agentes transportadores do vírus COVID-19. Acompanhamos muitos casos da imprensa e naquela altura não era momento para regressar a Angola. Só em 2021 quando as coisas ficaram mais controladas em termos da higienização e segurança é que se criaram as condições de darmos a sequência da investigação de estudo do campo. Mesmo com as informações não foi fácil, por conseguinte, na altura Angola ainda não tinha saído do estado de calamidade, tinha de obedecer às horas de ir à rua e de voltar cedo a casa para não sermos interpeladas pela polícia. As recolhas de dados foram efetuadas das 9h até às 16horas. Escolheu-se este período em que o sol estava brando e para cumprir as horas que o governo havia dado para estar em casa.

Para o recrutamento das participantes primeiro identificamos o número da população para o estudo 2, 676 zungueiras, que comercializavam os seus negócios na zungua. O número de população foi recolhido na área do serviço de Recursos Minerais e do comércio registados, a partir das administrações dos distritos.

1.º Calculou-se o tamanho do número da amostra para estudo 2

$E0$ (Erro amostral) =5%

$$E0 = 1/E0^2 = 1/ (5/100)^2 = (100/5)^2 = 20^2 = 400 \quad E0 = 400$$

$N=200$ (População)

$N = N \times n0 / N + n0 = n \quad 676.400/676+400=270400/1076=251,3 \approx 252$. Com margem de erro de 95% intervalo de confiança.

2.º Para saber quantos intervalos de idades terão as participantes no estudo 2 usamos a regra de Sturges que é um parâmetro utilizado para indicar o número de intervalos necessários para representar em gráficos os dados estatísticos.

a) Calculou-se o número de intervalos com a fórmula seguinte:

$$k = 1 + \log_2(N)$$

b) $K=1+3,3 \times \log(676) = 1+3,3 \times 676 = 10,33 \approx 10$

$K=10$. Este é o n.º de intervalos.

c) Calculou-se amplitude total número máximo de idade menos número menor de idade, a partir da seguinte fórmula:

$$a = \frac{(\text{Limite Superior} - \text{Limite inferior})}{k}$$

$$AT = 60 - 18 = 42$$

$$AI=42/10=4,2 \cong 5$$

3.º A população para o estudo 2 teve amostra de 252 e para recolha de dados usou-se a técnica de amostragem não probabilística por quotas. O intervalo de idade 10, amplitude total 5, amostra 252, os resultados encontrados foram calculados através da regra de Sturges. O E0 (Erro amostral) é de 5% e sua margem de erro de intervalo de confiança é de 95%.

4.2.3. Participantes

As zungueiras que participaram na pesquisa foram recrutadas através da amostragem não probabilística cujo local de zunga eram a praça e a rua. Participaram no estudo um total de 252 zungueiras, com idades compreendidas dos 18 aos 60 anos.

A caracterização da variável sociodemográfica das zungueiras da praça e na rua consistiu em analisar um conjunto de características das variáveis como: idade; estado civil (solteira; casada; separada ou divorciada e viúva); tem filhos (sim/não); quantos filhos; habilitações literárias; onde zunga; quantos anos de zunga; origem étnica e a religião. De acordo com a questão sobre “onde zunga” podemos saber que há 63 (25%) que vendem na praça e 189 (75%) que vendem na rua (ver Tabela 4.1 do capítulo 4), as 252 participantes que responderam ao questionário têm idades compreendidas entre os 18 e aos 60 anos com uma média de 31,63 anos (DP= 8,91). As que vendem na praça a média de idade é de 32,79 anos (DP=10,79) e de 31,25 anos (DP=8,18) entre as que vendem na rua. O que nos apraz dizer que nos dois grupos a média de idades são equivalentes, de acordo com o cálculo de teste t de student para amostras independentes ($t(250)=1,041$, $p=0.301$).

Tabela 4. 1.

Médias de idade por local de zunga

Onde zunga?	N	Média	Erro Desvio	Desvio padrão
Na praça	63	32, 79	10, 789	10, 79
Na rua	189	31, 25	8, 180	8, 18

A Tabela 4.2 mostra o estado civil das zungueiras que vendem na praça e na rua. No total das 252 participantes, a maioria são casadas (133), 53% vendem na rua e 51% vendem na praça, (92) são solteiras das quais 36% vendem na rua e 40% vendem na praça; 16 são separadas das quais 7% vendem na rua e 3% na praça, 11 viúvas 4% vendem na rua e 6% na praça. Aplicou-se o teste do Qui-Quadrado para testar se os dois grupos independentes diferem relativamente ao estado civil. Os resultados mostraram que não há diferença significativa entre os dois grupos ($\chi^2_{(3)} = 2,385$, $p = 0,496$) nos diferentes estados civis.

Tabela 4. 2.*Estado civil das zungueiras por local da zunga*

	Na praça	%	Na Rua	%	Total
Solteira	25	40	67	36	92
Casada ou união de facto	32	51	101	53	133
Divorciada ou separada	2	3	14	7	16
Viúva	4	6	7	4	11
Total	63	100	189	100	252

Relativamente ao número de filhos, podemos ver (Tabela 4.3 do capítulo 4) que a grande maioria das zungueiras (222,88%) têm filhos, e este valor varia em função do local de zunga (86% na praça e 89% na rua). Para testar a diferença aplicou-se desta vez o teste de Fisher, uma alternativa ao teste do Qui-Quadrado quando este não se pode aplicar em tabelas do tipo 2 x 2. Mais uma vez mostrou-se que não havia diferenças entre as duas amostras ($F=0,452$, $p>.30$).

Tabela 4. 3.*Tem filhos por local de zunga*

Tem filhos?	Onde zunga				Total
	Na praça	%	Na Rua	%	
Sim	54	86	168	89	222
Não	9	14	21	11	30
Total	63	100	189	100	252

Quanto à questão números de filhos (ver Tabela 4.4 no capítulo 4), na amostra varia entre 0 e 12 filhos, com uma média de 3,33 filhos ($DP=2,29$). Comparando o número de filhos nas duas amostras em função do local de zunga, podemos ver que a média do número de filhos das participantes que vendem na praça é de 3,83 filhos, ao passo que as da rua 189 responderam que em média têm 3,17 filhos. Algumas zungueiras devido a realidade social precária, durante a sua atividade de venda levam o filho às costas, sem nenhum incómodo, este é um dado que também foi constatado no estudo 1. Estatisticamente falando, a partir do resultado do teste t para amostras independentes tivemos como resultado que não há diferenças estatisticamente significativas entre ambos os grupos ($t_{(86,9998)} = 1,723$, $p > .05$).

Tabela 4. 4.*Números de filhos das zungueiras por local da zunga*

	Onde zunga	N	Média	Erro Desvio	Erro padrão da média
Quantos	Na praça	63	3,83	2,768	0,349
tens filhos?	Na rua	189	3,17	2,099	0,153

À pergunta sobre as habilitações das zungueiras, podemos observar que a grande maioria tem alguma escolaridade, mas há ainda 39 zungueiras (16% das que vendem na rua e da praça 14%) que não frequentaram a escola. Das que frequentam a escola, o grupo mais numeroso é o que tem o 1.º ciclo do ensino secundário (81 zungueiras, das quais 34% da rua e 25% da praça), seguido do grupo das que têm apenas a instrução primária (71 zungueiras, das quais 29% da rua e 27% da praça). As habilitações mais elevadas (2.º ciclo do ensino secundário e ensino superior são menos frequentes (8 zungueiras das quais 2% da rua e 6% da praça). O padrão das habilitações literárias são muitos semelhantes nos dois grupos (ver Tabela 4.5 do capítulo 4) e isso é comprovado no teste do Qui-Quadrado que mostra que não há diferença significativa entre as habilitações literárias dos grupos relativamente ao local de zunga ($\chi^2_{(4)} = 5,390, p > .05$).

Tabela 4. 5.*Habilitações literárias das zungueiras por local de zunga*

	Onde zunga				Total
	Na praça	%	Na Rua	%	
Sem escolaridade	9	14	30	16	39
Ensino primário (1.ª a 6.ª classe)	17	27	54	29	71
1.ºCiclo do secundário (7.ª a 9.ª classe)	16	25	65	34	81
2.ºCiclo do secundário (10.ª a 13.ª classe)	17	27	36	19	53
Ensino superior	4	6	4	2	8
Total	63	100	189	100	252

Perguntámos também às participantes há quanto tempo trabalhavam na zunga. Podemos ver (Tabela 4.6 no capítulo 4) que a grande maioria das zungueiras são experientes, nesta profissão e trabalha na zunga há mais de 5 anos (136 zungueiras, dos quais 55% da rua e 51% da praça). Por oposição, apenas 40 (16% do total) está na zunga há menos de 1 ano. Mais uma vez o padrão é semelhante nos dos grupos de zungueiras. O resultado da tabela do teste do Qui-Quadrado mostra que não há diferença significativa entre as duas amostras ($\chi^2_{(2)} = 0,438, p > 0,05$).

Tabela 4. 6.*Anos de trabalho na zunga por local de zunga*

	Onde zunga				Total
	Na praça	%	Na Rua	%	
Menos de 1 ano	10	16	30	16	40
Entre 2-5 anos	21	33	55	29	76
Mais de 5 anos	32	51	104	55	136
Total	63	100	189	100	252

Inquirimos ainda as zungueiras sobre a sua origem étnica (ver Tabela 4.7 do capítulo 4). Há 3 grupos muito representados nesta amostra: Ambundo (97 zungueiras, 38%), Bakongo (46 zungueiras, dos quais 19% vendem na praça e 18% vendem na rua) e Ovimbundo (43 zungueiras). As restantes etnias são menos frequentes. Neste caso, o valor do Qui-Quadrado indica uma diferença significativa entre os grupos ($\chi^2_{(7)} = 19,687, p < 0,001$). A análise dos residuais ajustados permitiu descobrir que a etnia Ovimbundo é mais frequente entre as zungueiras de rua (20%) do que entre as da praça (9%), e que pelo contrário as “outras etnias” estão mais representadas entre as zungueiras da praça (25%) do que entre as da rua (7%).

Tabela 4. 7.*Origem étnica das zungueiras por local da zunga*

	Onde zunga				Total
	Na praça	%	Na Rua	%	
Ambundo	24	38	73	38	97
Bakongo	12	19	34	18	46
Ngangela	1	2	8	4	9
Nhaneka-Humbi	1	2	4	2	5
Ovambo	1	2	8	4	9
Ovimbundo	6	9	37	20	43
Tchokwe	2	3	12	7	14
Outros	16	25	13	7	29
Total	63	100	189	100	252

Em termos de religião, (ver Tabela 4.8 do capítulo 4) quase todas as zungueiras afirmam estarem ligadas a uma crença religiosa. De facto, apenas 15 (6% do total) afirmam não ter religião. Mas existe uma grande diversidade de confissões religiosas na amostra de zungueiras. A religião que é referida com mais frequência é a Católica (70 zungueiras, dos 33% vendem na rua e 11% na praça), seguida da Pentecostal (47 zungueiras 16% vendem na rua e 27% na praça), Adventista do 7.º Dia (33 zungueiras, 13%), Bom Deus (24 zungueiras

das quais 10% vendem na rua e 8% na praça), Testemunhas de Jeová (16 zungueiras das quais 7% vendem na rua e 5% na praça), Igreja Metodista Unida (12 zungueiras, 4% de rua e 8% da praça) e Igreja Tocoísta (9 casos, 3% rua e 6% praça), outras religiões (14 zungueiras 9%). Há ainda nenhuma (15 zungueiras que referiram com frequências inferiores a 5%). Também neste caso há uma diferença significativa entre as zungueiras da praça e da rua relativamente à religião ($\chi^2_{(8)} = 17,524, p < 0,025$). A análise dos residuais ajustados mostra que essa diferença se deve principalmente ao facto de as zungueiras da rua serem com mais frequência da igreja Católica (33%) as da rua do que as da praça (11%), e de zungueiras da praça serem com mais frequência da igreja Pentecostal (27%) do que as da rua (16%). Nas outras religiões as diferenças entre os grupos não são significativas.

Tabela 4. 8.

Religião das zungueiras por local da zunga

	Onde zunga				Total
	Na praça	%	Na Rua	%	
Católica	7	11	63	33	70
Pentecostal	17	27	30	16	47
Adventista 7.º dia	8	13	25	13	33
Bom Deus	5	8	19	10	24
Testemunha de Jeová	3	5	13	7	16
Metodista Unida	5	8	7	4	12
Tocoísta	4	6	5	3	9
Outras	9	14	17	9	14
Nenhuma	5	8	10	5	15
Total	63	100	189	100	252

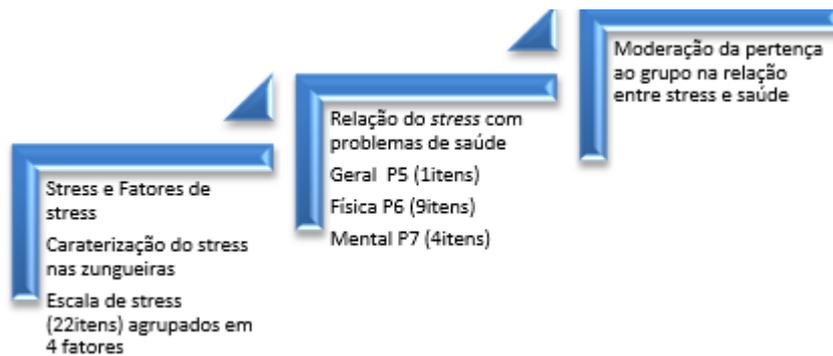
Na generalidade a caracterização dos grupos das zungueiras que vendem na praça e as da rua, permitiu saber que estes grupos em termos sociodemográficos são muito equivalentes. Apenas na etnia e na religião encontramos diferenças entre os dois grupos. Este resultado permitiu dar o seguimento da investigação para análise dos indicadores do stress.

4.3. Resultados

Os dados do estudo 2 foram tratados em análise estatística, através de aplicativo do software do SPSS na versão 26. A apresentação dos resultados foi feita em 3 etapas, identificadas na (Figura 4.3 do capítulo 4).

Figura 4. 3.

Fases de análise dos dados do estudo 2



4.3.1. Fatores de stress nas zungueiras

Para a identificação dos fatores de stress nas zungueiras, começámos por fazer uma análise descritiva das respostas às questões sobre os fatores de stress na zunga, demonstrada (ver Tabela 4.9 do capítulo 4) a estatística descritiva relativa aos fatores de stress no total da amostra.

Relativamente, aos fatores de stress nas zungueiras, podemos ver que grande parte dos fatores se situam acima do ponto médio da escala, indicando que são fontes de stress relevantes. Próximo do topo da escala encontram-se os fatores ligados por exemplo à perda do negócio (“Perda de negócio pelos fiscais”, M=4,73; Perda de negócio por furto, M= 4,61) e por exemplo à intervenção das autoridades (“A polícia levar o negócio”, M=4,57; “A intervenção dos fiscais de forma violenta”, M=4,53; “A violência da polícia”, M=4,50; “A intervenção dos polícias de forma violenta”, M=4,48; “As corridas”, M=4,44).

Tabela 4. 9.

Estatística descritiva dos fatores de stress nas zungueiras (N=252 ordem decrescente de média)

Fator	Mín	Máx	Média	D.P.
Perda de negócio pelos fiscais	1	5	4,73	0,630
Perda de negócio por furto	1	5	4,61	0,736
A polícia levar o negócio	1	5	4,57	0,834
A intervenção dos fiscais de forma violenta	1	5	4,53	0,816
A violência da polícia	1	5	4,50	0,872
A intervenção dos polícias de forma violenta	1	5	4,48	0,897
As corridas	1	5	4,44	0,913
Não levar dinheiro para casa	1	5	4,15	1,008
Não vender, o negócio não andar	1	5	4,10	1,053
As poeiras	1	5	3,96	1,074
O sol, o calor	1	5	3,82	1,020
O barulho	1	5	3,81	1,192
Falta de condições de trabalho (casa de banho)	1	5	3,75	1,041
O peso de carregar o negócio na cabeça, nas mãos ou costas	1	5	3,74	1,321
Preocupação com os filhos	1	5	3,44	1,151
A falta de segurança	1	5	3,31	1,206
Ter de levar os filhos para a zunga	1	5	3,16	1,517
A desorganização	1	5	3,09	1,166
Os clientes que tratam mal as zungueiras	1	5	2,88	1,258
A chuva	1	5	2,82	1,352
O trânsito – os carros, as motas	1	5	2,79	1,359
Problemas com outras zungueiras	1	5	2,41	1,373

Nota: As médias em negrito são os fatores mais importantes

Os fatores menos pontuados pelas zungueiras, mas mesmo assim algo elevados, relacionam-se com “Problemas com outras zungueiras” (M=2,41), “O trânsito” (M=2,79), “A chuva” (M=2,82), “Os clientes que tratam mal as zungueiras” (M=2,88), “A desorganização” (M=3,09) e “Ter de levar os filhos para a zunga” (M=3,16).

Em seguida tentámos verificar se havia diferenças na avaliação dos fatores de stress entre as zungueiras que vendem na rua e as que vendem na praça. Para isso procedeu-se a análise estatística utilizando o teste t de student e os resultados estão sistematizados na Tabela 4.10 do capítulo 4. De um modo geral, as zungueiras da praça revelam níveis de stress significativamente maiores que as zungueiras da rua relativamente: a chuva 3,37; problemas com as outras zungueiras 2,98; o trânsito - os carros, as motas 3,30; a falta de segurança 3,71; ter de levar os filhos à zunga 3,48 e a desorganização 3,32 (os dois últimos apenas tangencialmente significativos).

Tabela 4. 10.

Diferenças estatisticamente significativas entre os fatores de stress nas zungueiras da praça (N=68) e da rua (N=189) (ordenados por valor do t)

Stressor	Na praça		Na rua	t
As poeiras	3,46	<	4,13	$t_{(250)} = -4,421, p < .001$
O barulho	3,32	<	3,97	$t_{(250)} = -3,887, p < .001$
O sol, o calor	3,44	<	3,95	$t_{(250)} = -3,462, p = .001$
Perda de negócio pelos fiscais ou os fiscais levam o negócio	4,51	<	4,80	$t_{(250)} = -3,295, p = .001$
A intervenção dos polícias de forma violenta	4,16	<	4,58	$t_{(248)} = -3,246, p = .001$
A polícia levar o negócio	4,29	<	4,66	$t_{(248)} = -3,120, p = .002$
A intervenção dos fiscais de forma violenta	4,26	<	4,61	$t_{(249)} = -3,025, p = .003$
A violência da polícia (bater com porrete, insultar)	4,23	<	4,58	$t_{(246)} = -2,784, p = .006$
Perda de negócio por furto (indivíduos que se fazem passar como clientes)	4,40	<	4,68	$t_{(249)} = -2,622, p = .009$
O peso de carregar o negócio na cabeça, nas mãos ou costas	3,47	<	3,83	$t_{(97,910)} = -1,818, p = .072$
A chuva	3,37	>	2,64	$t_{(117,927)} = 4,006, p < .001$
Problemas com as outras zungueiras	2,98	>	2,22	$t_{(102,972)} = 3,848, p < .001$
O trânsito – os carros, as motas	3,30	>	2,61	$t_{(108,161)} = 3,580, p = .001$
A falta de segurança	3,71	>	3,17	$t_{(99,225)} = 3,021, p = .003$
Ter de levar os filhos para a zunga	3,48	>	3,05	$t_{(93,508)} = 1,841, p = .069$
A desorganização	3,32	>	3,01	$t_{(98,836)} = 1,734, p = .086$

Nota: As médias pintadas em rosa são as zungueiras da praça revelam níveis maiores de stress

As zungueiras da praça revelam níveis de stress significativamente maiores, ou seja, dizem mais do que as outras. Os pintados em verde são mais importantes para as da rua.

Não se revelou a existência de diferenças estatisticamente significativas entre os dois grupos de zungueiras nos seguintes estressores:

- As corridas
- Falta de condições de trabalho (casa de banho)
- Não vender, o negócio não andar
- Não levar dinheiro para casa
- Os clientes que tratam mal as zungueiras
- Preocupação com os filhos

Uma vez que as variáveis sociodemográficas mostram uma grande equivalência entre os dois grupos, as diferenças encontradas em termos de níveis de stress devem-se certamente ao contexto de trabalho onde elas exercem as suas atividades.

Finalmente, tentámos estruturar em fatores as diversas fontes de stress, recorrendo para tal à análise de componentes principais. Segundo Silvestre (2007, p. 301) “a análise de componentes principais é uma das técnicas que permite atingir o objetivo da redução da dimensionalidade dos dados”. O que significa que esta técnica, simplifica os dados para melhor análise, compreensão e interpretação dos resultados da investigação, ou seja, permite “garantir variância semelhante às variáveis originais, de modo a representar com precisão as informações contidas” (Campos, et al., 2023, p. 6).

Para calcular adequação dos dados à análise fatorial, foi realizado o teste de KMO e Bartlett. O valor da Medida Kaiser-Meyer-Olkin de adequação de amostragem é de 0,811, e ao teste de esfericidade de Bartlett apresentou o valor de 2166,286 com 231 graus de liberdade ($p < 0,001$), o que significa que os dados são adequados à análise fatorial da escala de stress.

A análise fatorial em componentes principais dos 22 itens, extraiu quatro fatores que explicam 57,4% da variância dos itens. A Tabela 4.11 apresenta os quatro fatores e a matriz de componentes com rotação Varimax com Normalização de Kaiser. A mesma apresenta também a descrição de variâncias explicadas de cada fator, os Alfas de Cronbach dos indicadores correspondentes a cada fator, as suas médias e desvio padrão. Os quatro fatores de stress foram designados, de acordo com o seu conteúdo, como: F1 “os problemas com as autoridades”; F2 “insegurança”; F3 “más condições físicas de trabalho” e o F4 “falta de rendimento”.

Tabela 4. 11.

Análise fatorial em componentes principais dos 22 itens referentes às fontes de stress (Matriz rodada e estatística descritiva dos 4 fatores

Itens	Fatores			
	Fator 1 – Problemas com as autoridades	Fator 2 – Insegurança	Fator 3 – Más condições físicas de trabalho	Fator 4 – Falta de rendimento
A violência da polícia	0,843	0,096	0,165	0,183
A intervenção dos fisc.de forma violenta	0,823	0,042	0,229	0,019
A intervenção dos polícias de forma violenta	0,792	0,069	0,229	0,085
A polícia levar o negócio	0,754	0,074	0,068	0,239
Perda de negócio pelos fiscais	0,673	-0,020	-0,075	0,083
Perda de negócio por furto	0,646	0,005	0,008	0,250
As corridas	0,471	0,156	0,419	0,174
A falta de segurança	0,093	0,776	-0,041	-0,061
Problemas c/ outras zungueiras	0,092	0,747	-0,001	0,060
A desorganização	-0,036	0,677	0,243	0,024
Os clientes que tratam mal as zungueiras.	0,172	0,677	-0,060	0,033
O trânsito	-0,043	0,668	0,187	0,102
A chuva	-0,216	0,623	0,218	0,218
Ter de levar os filhos p/ a zungueiras	0,175	0,613	-0,294	0,058
O sol, o calor	0,109	0,062	0,831	0,117
O barulho	0,158	-0,018	0,802	-0,031
As poeiras	0,100	-0,065	0,778	0,134
O peso de carregar o negócio	0,118	0,227	0,449	0,321
Não levar dinheiro para casa	0,194	0,019	0,044	0,865
Não vender	0,235	0,083	0,126	0,800
Preocupação com os filhos	0,305	0,054	0,146	0,488
Falta de condições de trabalho (casa de banho)	0,090	0,203	0,423	0,427
Variância explicada	18,45%	15,66%	13,23%	10,06%
Alfa	0,888	0,812	0,758	0,703
Média	4,547	2,918	3,832	3,873
Desvio-padrão	0,629	0,896	0,869	0,777

Nota: os números em negrito é o padrão da carga fatorial

O primeiro Fator “Problemas com as autoridades” (Variância explicada de 18,45%; Alfa de 0,888; a Média de 4,547 e o Desvio-padrão de 0,629), inclui os itens relativo à violência e outras formas de abuso da polícia contra as zungueiras, a intervenção violenta dos fiscais e a sua intervenção na perda de negócio e outros problemas na venda (como furtos, por exemplo).

O segundo Fator “Insegurança” (Variância explicada de 15,66%; Alfa de 0,812; a Média de 2,918 e o Desvio-padrão de 0,896) inclui a falta de segurança, problemas com outras zungueiras (refere aos problemas que muitas enfrentam com as outras), a desorganização, a venda no meio de trânsito (carros e motorizadas) em andamento, chuva. A desorganização é referente à venda desordenada em qualquer lugar sem autorização, aproveitando da situação para poder escoar os seus produtos de venda. A insegurança que estas mulheres vivem no exercício do seu trabalho as faz andar sempre de forma coletiva. Deste modo, a coragem de enfrentar, sem medo aparente, qualquer tipo de ameaça contra os agentes ou mesmo por aqueles que se fazem passar por clientes é maior.

O terceiro Fator “Más condições físicas de trabalho” (Variância explicada de 13,23%; Alfa de 0,758; a Média de 3,832 e o Desvio-padrão de 0,869) inclui os seguintes itens: sol, calor, barulho, peso de carregar o negócio na cabeça, nas mãos ou costas. Más condições referem-se à má qualidade de trabalho que estas mulheres exercem diariamente no contexto da zunga, sem casa sanitária, sem local digno para comer os alimentos, não tem normas de trabalho e sem equipamento de trabalho o que pode desencadear stress durante a zunga, bem como as doenças do fórum saúde ocupacional no seu dia-a-dia, dados que também foram constatados nos autorrelatos do estudo 1.

O quarto Fator “Falta de rendimento” (Variância explicada de 10,06%; Alfa de 0,703; a Média de 3,873 e o Desvio-padrão de 0,777) inclui os itens de não levar dinheiro para casa, não vender, o negócio não andar, preocupação com os filhos. A falta de rendimento refere-se ao facto de não levar dinheiro à casa para suprir as necessidades básicas, pois o negócio não anda o que às vezes acontece quando estão a dar corridas. Entretanto, estes eventos preocupam em como irão sustentar os filhos e as famílias, tal fator pode desencadear efeitos negativos de stress, quando for por longo período.

O ponto abaixo esmiúça as comparações dos fatores de stress entre os dois grupos de zungueiras na praça e na rua.

Tabela 4. 12.

Médias nos fatores de stress entre as zungueiras que vendem na praça e as zungueiras que vendem na rua

	Onde Zunga?	N	Média	Erro Desvio	Erro padrão da média
F1: Problemas com as autoridades	Na praça	63	4,3144	0,76604	0,09651
	Na rua	189	4,6250	0,55722	0,04053
F2: Insegurança	Na praça	63	3,3182	0,83113	0,10471
	Na rua	189	2,7842	0,87947	0,06397
F3: Más condições físicas de trabalho	Na praça	63	3,4206	1,01185	0,12748
	Na rua	189	3,9696	0,77189	0,05615
F4: Falta de rendimento	Na praça	63	3,7910	0,96150	0,12114
	Na rua	189	3,9004	0,70611	0,05136

Nota: As palavras em negritos são os fatores de stress em média de onde zunga

O teste t para amostras independentes realizado permitiu comparar as médias entre os dois grupos de zungueiras nos fatores de stress. O resultado de diferenças estatisticamente significativas entre as zungueiras em 3 fatores (ver Tabela 4.13 do capítulo 4):

- F1 – “Problemas com as autoridades”: $t_{(84, 928)} = -2,967, p = .004 < .01$; As zungueiras que vendem na rua apresentam valores mais elevados neste fator do que as que vendem na praça;
- F2 – “Insegurança”: $t_{(250)} = 4,230, p < .001$; As zungueiras que vendem na praça sentem mais insegurança do que as que vendem na rua;
- F3 – “Más condições físicas de trabalho”: $t_{(87, 303)} = -3,941, p < .001$; As zungueiras que vendem na rua queixam-se mais das condições físicas em que trabalham do que as que vendem na praça.

Tabela 4. 13.

Diferenças significativas entre os dois grupos de zungueiras nos fatores de stress

Fator	Na praça		Na rua
F1: Problemas com as autoridades	4,3144	<	4,6250
F2: Insegurança	3,3182	>	2,7842
F3: Más condições físicas de trabalho	3,4206	<	3,9696

A Tabela 4.13 demonstra as diferenças entre os dois grupos de zungueiras nos fatores de stress. De realçar que as zungueiras da praça apresentam o F2 “Insegurança” com maior M=3,3182, em relação as da rua com menor M=2,7842.

Tabela 4. 14.*Intercorrelações das variáveis de stress*

	M	DP	A	B	C	D
A. Stress geral	3,38	1,19				
B. F1: Prob. com autoridades	4,55	0,63	0,211**			
C. F2: Insegurança	2,92	0,89	0,095	0,155*		
D. F3: Más condiç. físic. trab.	3,83	0,87	0,454**	0,365**	0,141*	
E. F4: Falta de rendimento	3,87	0,78	0,249**	0,450**	0,238**	0,414**

Nota: (*) Fatores de stress o mais forte no stress geral com valor estatístico significativo

A correlação dos fatores de stress o mais forte no stress geral é F3 0,454 com valor estatístico significativo e o menos forte é o F2 0,095, pois não há valor estatístico significativo. Portanto, F3 “más físicas de trabalho” e F1 “os problemas com as autoridades” são os que têm valor mais forte significativo para o stress geral nas zungueiras. O que significa quanto mais fatores de stress maior será o stress geral.

Finalmente, analisámos as relações entre os fatores de stress e o indicador de stress global. Na Tabela 4.14 podemos ver as intercorrelações entre as variáveis, e na Tabela 4.15 os resultados da análise de regressão múltipla para determinar quais os fatores de stress que melhor predizem os níveis gerais de stress. No total para as zungueiras da praça é o F3 “más condições físicas de trabalho” e F1 “Os problemas com as autoridades” e para as zungueiras na rua é o F3 “más condições físicas de trabalho” este fator comum.

Tabela 4. 15.*Regressão múltipla dos fatores de stress no indicador de stress geral*

Variáveis independentes	Stress geral		
	Total	Z praça	Z rua
F1: Problemas com as autoridades	0,030	0,263*	-0,043
F2: Insegurança	0,018	-0,006	-0,025
F3: Más condições físicas de trabalho	0,416****	0,536****	0,416****
F4: Falta de rendimento	0,060	-0,056	0,075
R ² ajustado	0,199	0,302	0,172
F (4, 247) / (4,58) / (4,184)	16,566****	7,716****	10,789****

*p < .10 **p < .05 ***p < .01 ****p < .001

Apesar dos diversos fatores de stress estarem intercorrelacionados, o único fator de stress associado ao stress na amostra total e na amostra das zungueiras da praça (0,536) e da rua

(0,416) é o F3 “más condições físicas de trabalho”. No caso das zungueiras da praça F1 “os problemas com as autoridades” (0,263) são também estatisticamente tendencialmente significativos como preditores do stress global. O padrão é, assim basicamente o mesmo nas duas amostras.

4.3.2. Fatores de stress, stress e saúde

Uma das nossas questões de investigação prendia-se com a ligação do stress à saúde: Será que o nível de stress está ligado à percepção de saúde das zungueiras? Para responder a esta questão fizemos a análise da ligação do stress a problemas de saúde das zungueiras, a partir da escala geral e dos quatro fatores da escala de stress. Mas antes de apresentarmos esta análise, começamos por apresentar os valores obtidos nas variáveis de saúde, tanto na amostra global como nas duas subamostras de zungueiras.

Tabela 4. 16.

Estatística das variáveis de saúde nas zungueiras (N=252)

Indicador de saúde	Mín	Máx	Média	D.P.
Saúde geral	1,00	5,00	2,4300	0,93000
Saúde física	1,00	5,00	3,2844	0,75361
Saúde mental	1,57	4,44	3,0880	0,53091

Na amostra global podemos ver que os três indicadores têm valores próximos do ponto médio da escala, sendo o indicador de saúde geral ligeiramente mais baixo que os restantes. Utilizando o teste t de student para amostras independentes, procurámos verificar se existiam diferenças na avaliação da saúde entre os dois grupos de zungueiras (ver Tabela 4.17 do capítulo 4). Nenhum dos três indicadores varia significativamente entre os dois grupos de zungueiras.

Tabela 4. 17.

Diferenças entre os dois grupos de zungueiras nos indicadores de saúde

Indicador de saúde	Na praça		Na rua	T
Saúde geral	2,32	=	2,46	$t_{(249)} = -1,024, p > .30$
Saúde física	3,37	=	3,26	$t_{(250)} = 1,030, p > .30$
Saúde mental	3,03	=	3,11	$t_{(250)} = -0,916, p = .360$

Procedemos em seguida à análise da relação entre os fatores de stress e os indicadores de saúde, através da análise de correlação (ver Tabela 4.18 do capítulo 4). Podemos ver que

as associações são negativas como seria de esperar: quanto maiores forem os níveis de stress das zungueiras, menores serão os níveis de saúde geral, física e mental destas mulheres.

Tabela 4. 18.

Correlação entre os indicadores de stress e de saúde (N=252)

Indicador de saúde	Indicadores de Stress				
	Stress geral	F1	F2	F3	F4
Saúde geral	-0,189***	0,077	-0,031	-0,060	-0,193**
Saúde física	-0,328****	-0,133**	-0,114*	-0,273***	-0,233****
Saúde mental	-0,362****	-0,137**	-0,116*	-0,193**	-0,291****

* p < .10 ** p < .05 *** p < .01 **** p < .001

Nota: (*) valor estatisticamente significativo

Em seguida procedemos à realização de uma Regressão Linear Múltipla dos quatro fatores de stress para as diversas variáveis critério de saúde. Podemos ver na Tabela 4.18.1 do capítulo 4 a primeira destas análises, para o indicador de saúde geral. O modelo explica significativamente a variação na perceção de saúde geral, mas o valor do R quadrado ajustado permite-nos perceber que os fatores da escala de stress explicam apenas 5,6% da variação na perceção de saúde geral. Há dois preditores que explicam significativamente a variação na perceção de saúde geral. A falta de rendimento é o mais forte (Beta=-0,281): quanto mais há a falta de rendimentos é um fator de stress, pior é a saúde física. O segundo preditor é mais difícil de interpretar, porque se trata de uma relação positiva: quanto mais os problemas com as autoridades são os fatores de stress, melhor é a saúde geral (Beta=0,211).

Tabela 4.18. 1.*Regressão Múltipla dos fatores de stress no indicador de saúde geral*

Variáveis independentes	Perceção de Saúde geral
	Beta
F1: Problemas com as autoridades	-0,211***
F2: Insegurança	0,006
F3: Más condições físicas de trabalho	-0,021
F4: Falta de rendimento	-0,281****
R ² ajustado	0,056
F (4,246)	4,736****

* p < .10 ** p < .05 *** p < .01 **** p < .001

Nota: (*) valor estatisticamente significativo

Realizámos a mesma análise para prevermos o indicador de saúde mental. O modelo explica significativamente a variação na perceção de saúde mental, mas o valor do coeficiente de determinação permite-nos perceber que os fatores da escala de stress explicam apenas 7,9% da variação na perceção de saúde mental. Há um preditor que explica significativamente a variação na perceção de saúde mental: o F4 da escala de fonte de stress “Falta de rendimento” (Beta=-0,250). Deste modo, quanto maior for o stress provocado pela falta de rendimento, menores são os níveis de saúde mental das zungueiras.

Tabela 4.18. 2.*Regressão múltipla dos fatores de stress no indicador de saúde mental*

Variáveis independentes	Perceção de saúde mental
	Beta
F1: Problemas com as autoridades	0,015
F2: Insegurança	-0,047
F3: Más condições físicas de trabalho	-0,088
F4: Falta de rendimento	-0,250***
R ² ajustado	0,079****
F (4,247)	6,350

* p < .10 ** p < .05 *** p < .01 **** p < .001

Nota: (*) valor estatisticamente significativo

Por fim, realizámos a análise de regressão linear múltipla dos quatro fatores de stress para o indicador de saúde física. Mais uma vez o modelo é significativo, porém explicam níveis

baixos da saúde física (neste caso 8,0%). Apenas dois dos preditores têm impacto significativo na percepção da saúde física das zungueiras: o F3 “Más condições físicas de trabalho” (Beta=-0,214) e o F4 “Falta de rendimento” (Beta=-0,139).

O F4 “Falta de rendimento” está associado de forma mais consistente à saúde, pois este fator leva estas mulheres a trabalharem por longo período de trabalho sempre circulando nas ruas da cidade até conseguir dinheiro para levar comida a casa para os filhos. De referir que a falta de rendimento leva as zungueiras a trabalharem por longas horas. A duração das horas de trabalho e sem férias tem provocado diversos riscos de saúde física. O esforço físico que desempenham de forma excessiva na venda ambulante desencadeia riscos de saúde física, quando elas se queixam, tal como vimos no estudo 1 “doenças e sofrimentos adquiridos na zunga” (ver Tabela 3.4 do capítulo 3) numa referência de 65 ocorrência, onde 15% das zungueiras relatam terem sentido dores: de cabeça, costas, vistas e do peito. Doenças específicas como por exemplo gripe, tosse e a tuberculose 7% dizem que as sentem com frequência. Assim como o cansaço 56% afirmam ter sentido, devido a este trabalho, por vezes as levam a sentar no passeio ou de baixo da ponte, e acabam por adormecer.

Tabela 4.18. 3.

Regressão múltipla dos fatores de stress no indicador de saúde física

Variáveis independentes	Perceção de saúde física
	Beta
F1: Problemas com as autoridades	0,016
F2: Insegurança	-0,043
F3: Más condições físicas de trabalho	-0,214 ^{***}
F4: Falta de rendimento	-0,139 [*]
R ² ajustado	0,080 ^{****}
F (4,247)	3,347

* p < .10 ** p < .05 *** p < .01 **** p < .001

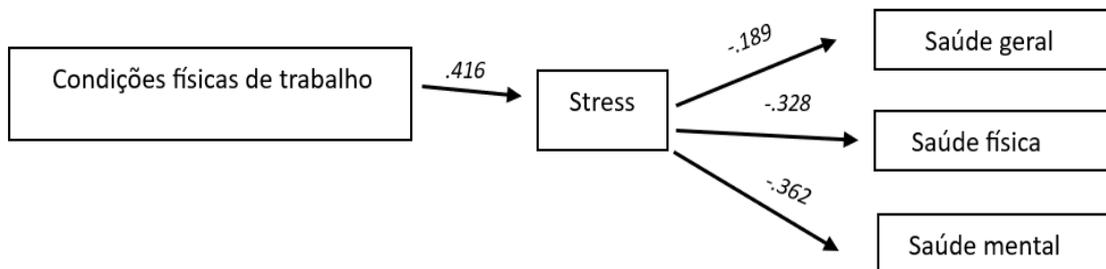
Nota: (*) valor estatisticamente significativo

Podemos concluir, que F3 e F4 está associado ao stress quanto maior for o stress geral pior é a saúde geral, física e mental.

A Figura seguinte resume as ligações significativas para a amostra geral o que significa que as condições físicas de trabalho das zungueiras não são das melhores. Como vimos expressas no estudo 1 e no estudo 2, o resultado estatístico demonstra que as condições físicas de trabalho são aquelas que afetam mais stress e o stress está mais ligado à saúde geral, saúde física e saúde mental.

Figura 4. 4.

Betas significativas nas ligações entre os fatores de stress, stress e saúde (valores para amostra total)



A Figura 4.4 ilustra os Betas significativos nas ligações entre os fatores do stress as más condições físicas de trabalho são potencialmente vividas na atividade de venda ambulante e desencadeiam efeitos negativos para a saúde (geral, física e mental) nas zungueiras.

4.3.3. Identificação das relações sociais significativas

Mas a questão mais relevante para esta tese prende-se com o papel das relações sociais significativas na moderação na relação entre o stress e a saúde. Antes de procedermos às análises necessárias para responder a esta questão, começamos por caracterizar as relações sociais significativas das zungueiras da nossa amostra.

A questão relativa à importância da pertença aos diversos grupos (ver Tabela 4.19 do capítulo 4) permite-nos observar que a família $M=4,65$ ao nível interpessoal e o grupo da igreja $M=4,14$ ao nível coletivo são os considerados os grupos mais importantes pelas zungueiras. Temos ainda amigas $M=3,39$, vizinhas $M=3,12$; o grupo das zungueiras $M=3,25$; o grupo da kixikila $3,14$, entretanto o menos importante é o AVAL com $M=2,01$.

Tabela 4.19.

Estatística descritiva das variáveis relativas à percepção de importância dos diversos grupos (N=252)

Importância dos grupos de pertença	Mín	Máx	Média	D.P.
Família	1	5	4,65	0,659
Amigas	1	5	3,39	0,971
Vizinhas	1	5	3,12	0,981
O grupo das zungueiras	1	5	3,25	0,890
O grupo da igreja	1	5	4,14	1,072
O grupo da kixikila	1	5	3,14	1,416
O grupo AVAL	1	5	2,01	1,241

Quanto às variáveis relativas à percepção de apoio social das zungueiras apontadas como apoio recebido, refere-se ao grupo de pertença das zungueiras (família, amigas, vizinhas, grupo das zungueiras, grupo da igreja, grupo da kixikila e o grupo da AVAL). Encontramos o mesmo padrão dos resultados na questão relativa ao apoio social que recebem (ver Tabela 4.20 do capítulo 4) neste caso é o grupo da igreja $M=4,00$ que mais apoiam as zungueiras quando têm problemas e com $DP=1,201$. A igreja (grupo dos irmãos da igreja) dão dinheiro, aconselham, a partir da palavra de consolação, esperança, fé, foco e persistência para diminuir a frustração, ansiedade, revolta e medo da ameaça.

Em segundo lugar estão as famílias com uma média de 3, 88 e o $DP=1,248$. As famílias dão mais coragem, atenção, as interações de laços sociais duradouros, significativas e ensinam como fazer o negócio, dão dinheiro para a persistência da atividade de venda ambulante, outrossim as famílias influenciam nas energias positivas que levanta a autoestima capaz de lidar com os eventos stressantes da vida (Haslam et al., 2009; Jetten et al., 2009).

Estes dois resultados demonstram que estes dois grupos têm forte poder de influenciar quando usam o coping de regulação emocional (Folkman, 2010; Gross, 2015), de regulação focado aos problemas (Folkman, 2010; Holt-Lunstad et al., 2010; Maia et al., 2016) e coping religioso (Maia et al., 2016; Nunes, 2021; Shannonhouse et al., 2023; Zola, 2023) aplicando sobre a realidade social do stress na zunga, o que leva a dizer, que estes recursos têm sido favoráveis para estas mulheres lidarem com as situações de saúde desencadeadas pelo stress.

Tabela 4.20

Estatística descritiva das variáveis relativas à percepção de apoio social das zungueiras (N=252)

Apoio recebido	Mín	Máx	Média	D.P.
Família	1	5	3,88	1,248
Amigas	1	5	2,81	1,132
Vizinhas	1	5	2,49	1,037
O grupo das zungueiras	1	5	2,76	1,046
O grupo da igreja	1	5	4,00	1,201
O grupo da kixikila	1	5	2,79	1,463
O grupo AVAL	1	5	1,57	1,114

Para cada um dos grupos estes dois indicadores estão extremamente relacionados (correlações entre 0,45 e 0,77), pelo que construímos indicadores conjuntos para as análises subsequentes. Procurámos então verificar se a ligação a cada um destes grupos afeta a relação entre stress e saúde. Conceptualizámos assim a identificação com os grupos como variáveis moderadoras. De acordo com Baron & Kenny, (1986), uma variável moderadora é aquela que afeta a direção ou a força da relação entre uma variável dependente e uma variável independente (entre X e Y). A moderadora é, portanto, uma terceira variável que afeta a relação entre outras duas, alterando a sua direção para mais ou menos. No nosso caso, a variável moderadora era a identidade social com cada um dos grupos considerados. A variável independente o stress e a variável dependente a saúde. Para tal utilizaram-se os valores do stress geral como variável independente e os indicadores de saúde geral, saúde física e saúde mental como variável dependente e os grupos considerados como variável moderadora. Procedeu-se as análises de moderação (7 grupos x 3 indicadores de saúde) e os resultados significativos da moderação estão indicados na (Tabela 4.21 do capítulo 4).

Tabela 4. 21.

Análise com moderações significativas de identificação com o grupo na relação stress e saúde

VI stress geral	Família	Amigas	Vizinho	Zunga	Igreja	Kixikila	AVAL
VD Saúde geral					✓		✓
VD saúde mental						✓	
VD saúde física							✓

O teste da moderação foi realizado recorrendo a análises de regressão, seguindo o procedimento definido por Baron & Kenny, (1986). A identificação com o grupo da Igreja modera significativamente a relação entre stress geral e saúde geral, como podemos ver na Tabela 4.22. Os resultados mostram que o modelo é significativo ($F_{(3, 243)} = 5,042, p = 0.002$), explicando cerca de 4,7% da variância total na perceção de saúde geral ($R^2_{ajustado} = 0.047$). Verifica-se a existência de um efeito principal significativo do indicador de stress geral ($t = -3,116, p = 0.002$) e um efeito de moderação entre o indicador de stress geral e a identidade social com a igreja marginalmente significativo ($t = -1,855, p = 0.065$).

Tabela 4.22

Regressão múltipla para testar o efeito de moderação da identificação com a igreja na relação entre stress geral e saúde geral

Variáveis independentes	Saúde geral
	Beta
Stress Geral	-0,194***
Identidade Social com a Igreja	0,088
Interação stress x Identidade Social Igreja	-0,114*
$R^2_{ajustado}$	0,047***
F (3,243)	5,042

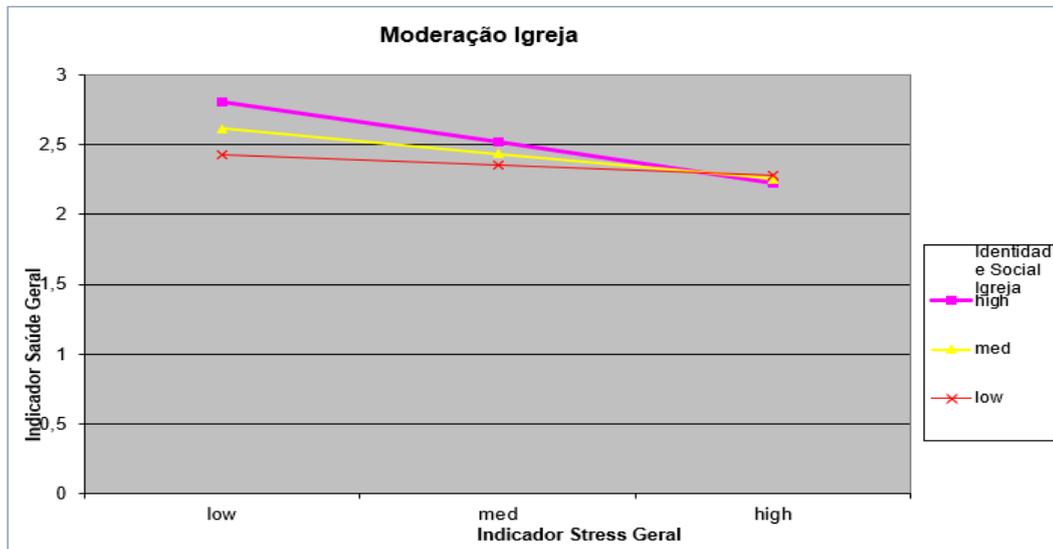
* p < .10 ** p < .05 *** p < .01 **** p < .001

Nota: (*) valor estatisticamente significativo

A Figura 4.5, ajuda à interpretação da moderação. Podemos ver que quando o stress é elevado os níveis de saúde baixam para todos os grupos. Mas quando o stress é baixo, as pessoas mais identificadas com a igreja apresentam níveis mais elevados de saúde. A identificação com o grupo da igreja parece ter vantagem para a saúde das zungueiras, em particular em alturas de menor stress.

Figura 4. 5.

Moderação da identificação com a igreja na relação entre stress geral e saúde geral



A segunda análise de moderação significativa refere-se à identificação com o grupo da kixikila (ver Tabela 4.23 do capítulo 4). O Modelo é significativo ($F_{(3, 240)} = 17,972, p = .000 < .001$), explicando cerca de 17,3% da variância total na percepção de saúde mental ($R^2_{ajustado} = .173$). Verifica-se a existência de um efeito principal significativo do indicador de stress geral ($t = -6,900, p = .001$); um efeito principal significativo da identidade social com a kixikila ($t = 3,263, p = .001$) e um efeito de moderação entre o indicador de stress geral e a identidade social com a kixikila marginalmente significativo ($t = -1,830, p = .068$).

Tabela 4.23.

Regressão múltipla para testar o efeito de moderação da identificação com o grupo da kixikila na relação entre stress geral e saúde

Variáveis independentes	Saúde mental
	Beta
Stress Geral	-0,408****
Identidade Social com o grupo de Kixikila	0,194****
Interação stress x Identidade Social Kixikila	-0,108*
$R^2_{ajustado}$	0,173****
F (3,240)	17,972

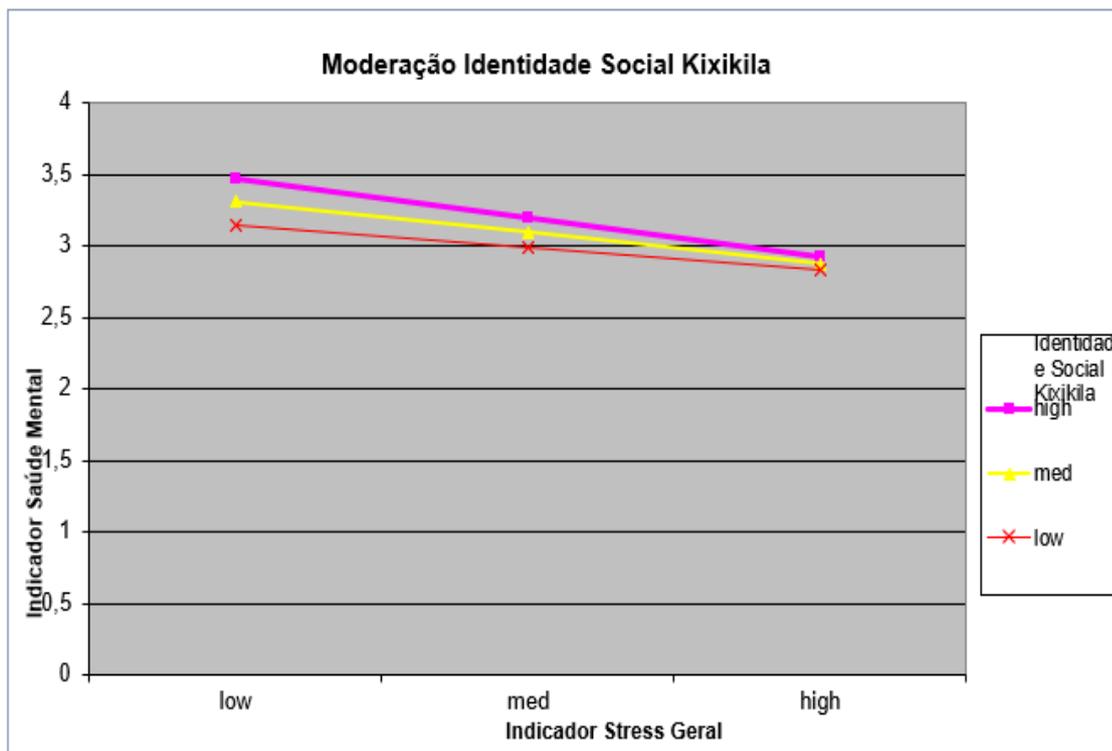
* $p < .10$ ** $p < .05$ *** $p < .01$ **** $p < .001$

Nota: (*) valor estatisticamente significativo

Os resultados estão ilustrados na Figura 4.6. Podemos ver o efeito principal da identificação com o grupo da kixikila, no facto das pessoas mais identificadas apresentarem sempre melhores valores de saúde mental. O efeito significativo da moderação é particularmente evidente nos níveis de stress baixo. Neste caso, as pessoas muito identificadas com o grupo da kixikila têm claramente melhor saúde do que as que têm baixos níveis de identificação.

Figura 4. 6.

Moderação da identificação com o grupo de kixikila na relação entre stress geral e saúde geral



A terceira análise de moderação que apresentamos refere-se à identificação com a AVAL (ver Tabela 4.24 do capítulo 4). O resultado demonstra que o Modelo é significativo ($F_{(3, 239)} = 6,409, p = .001$), explicando cerca de 6,3% da variância total na perceção de saúde geral ($R^2_{ajustado} = .063$). Verifica-se a existência de um efeito principal significativo do indicador de stress geral ($t = -3,314, p = .001$); um efeito principal marginalmente significativo da identidade social com a AVAL ($t = 1,731, p = .085$) e um efeito de interação entre o indicador de stress geral e a identidade social com a AVAL significativo ($t = -2,309, p = .022$).

Tabela 4.24.

Regressão múltipla para testar o efeito de moderação da identificação com o grupo da AVAL na relação entre stress geral e saúde geral

Variáveis independentes	Saúde geral
	Beta
Stress Geral	-0,207****
Identidade Social com o grupo AVAL	0,108*
Interação stress x Identidade Social AVAL	-0,144**
R ² _{ajustado}	0,173****
F (3,239)	6,409

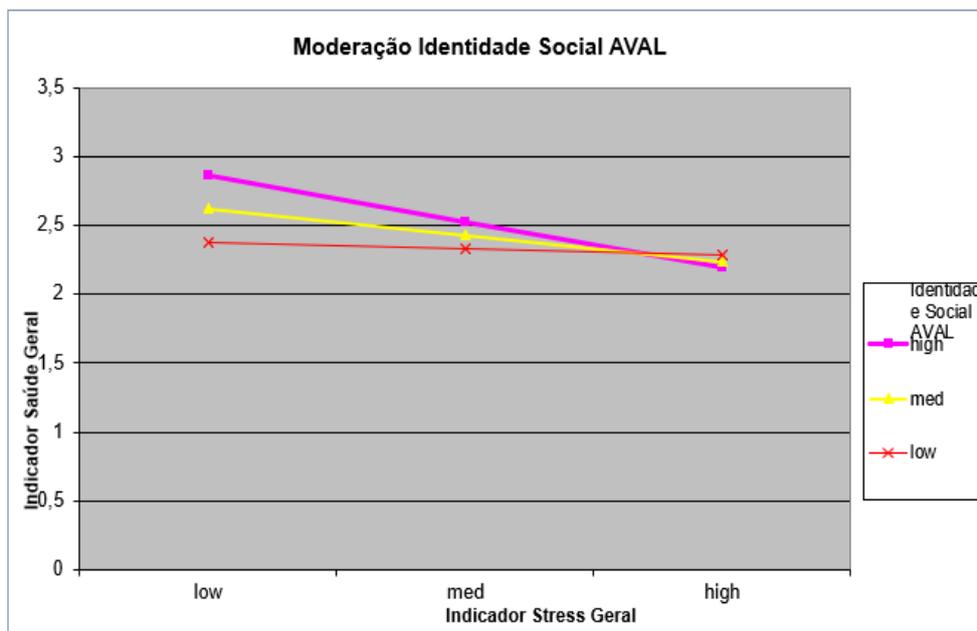
*p < .10 **p < .05 ***p < .01 ****p < .001

Nota: (*) valor estatisticamente significativo

Constata-se através da observação da Figura 4.7 que quando existem níveis mais baixos de stress, as zungueiras que reportarem níveis mais elevados de saúde geral, são as que mais se identificam com a AVAL. Quando os níveis de stress aumentam, essa diferença deixa de existir.

Figura 4. 7.

Moderação de identificação com o grupo da AVAL na relação entre stress geral e saúde geral



A última análise da Moderação que se revelou significativa (ver Tabela 4.25 do capítulo 4) refere-se também à identificação com a AVAL, mas desta vez na relação entre o Indicador Stress Geral e Indicador de Saúde Física. Os resultados mostram que o Modelo é significativo

($F_{(3, 240)} = 12,874, p = .000$), explicando cerca de 12,8% da variância total na percepção de saúde física ($R^2_{\text{ajustado}} = .128$). Verifica-se a existência de um efeito principal significativo do indicador de stress geral ($t = -5,638, p = .000$); e um efeito de interação entre o indicador de stress geral e a identidade social com a AVAL significativo ($t = -2,798, p = .006$).

Tabela 4.25

Regressão múltipla para testar o efeito de moderação da identificação com grupo da AVAL na relação entre stress geral e saúde física

Variáveis independentes	Saúde física
	Beta
Stress Geral	-0,339****
Identidade Social com o grupo AVAL	0,038
Interação stress x Identidade Social AVAL	-0,168***
R^2_{ajustado}	0,128****
F (3, 239)	12,874

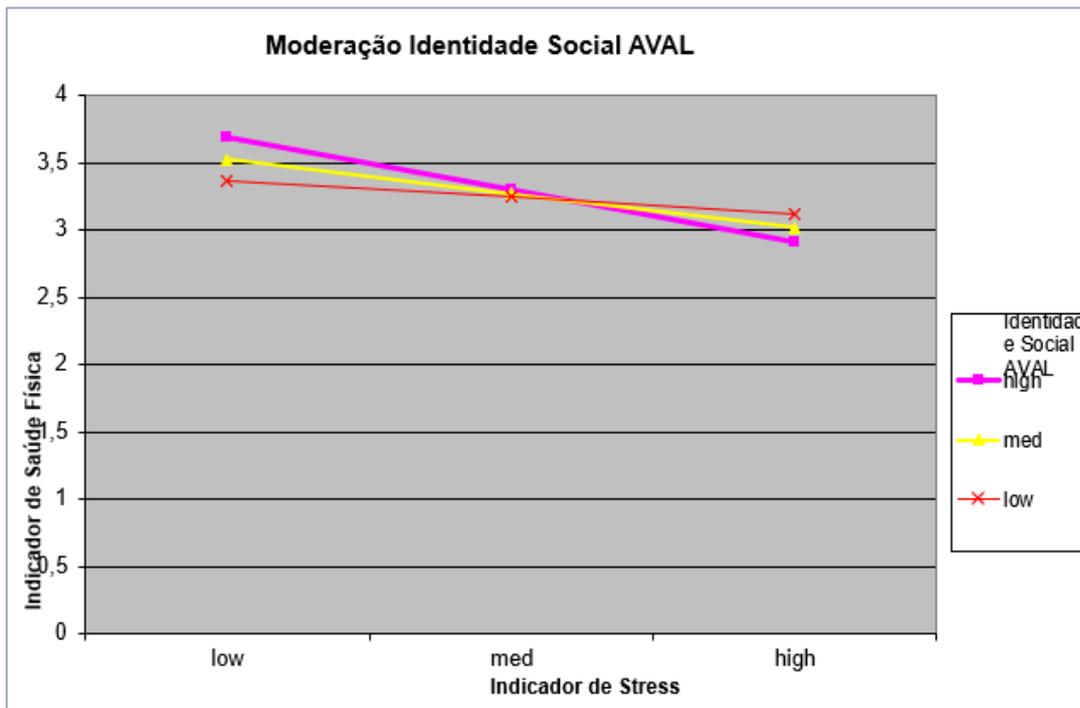
*p < .10 **p < .05 ***p < .01 ****p < .001

Nota: (*) valor estatisticamente significativo

Concernente à interpretação da moderação, tal como se pode analisar através da observação da (Figura 4.8 do capítulo 4), verifica-se uma tendência para que, quando existem níveis mais baixos de stress as zungueiras reportarem níveis mais elevados de saúde física, quanto maior for a identidade social com a AVAL. Quando os níveis de stress começam a aumentar, verifica-se uma tendência para que essa diferença se comece a esbater e inclusivamente inverter nos níveis mais elevados de stress.

Figura 4. 8.

Moderação de identificação com o grupo da AVAL na relação entre stress geral e saúde física



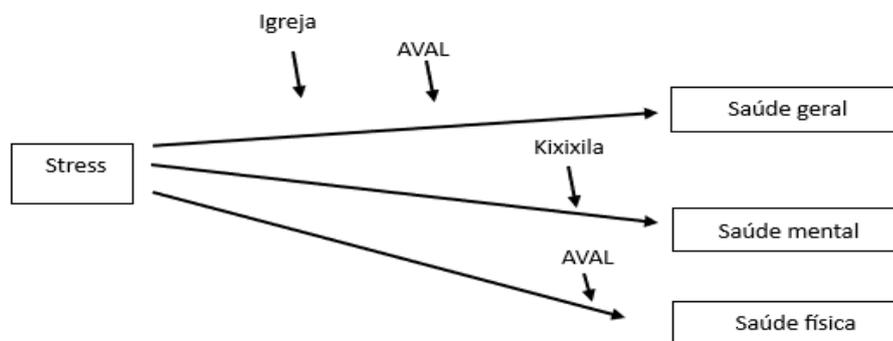
Portanto, foram identificadas nas relações sociais significativas na moderação do stress geral com a saúde geral, saúde física e a saúde mental. De realçar que foram analisados a saúde geral como variável dependente que tem efeito principal significativo do stress geral em todos os modelos, e efeito principal significativo das variáveis dos grupos como: identidade social relativa ao grupo das zungueiras e identidade social relativa à AVAL e efeitos de interação significativos; identidade social relativa ao grupo da igreja; identidade social relativa à AVAL. Quanto à saúde mental foi analisada como variável dependente que tem efeito principal significativo do stress geral em todos os modelos, e efeito principal significativo das variáveis dos grupos como: identidade social relativa à família; identidade social relativa ao grupo da kixikila, e efeitos de interação significativos como: identidade social relativa ao grupo da kixikila. Já a saúde física como variável dependente que teve como efeito principal significativo do stress geral e surge em todos os modelos. O efeito principal significativo das variáveis dos grupos: identidade social relativa à família; identidade social relativa às amigas; identidade social relativa ao grupo da igreja; E os seus efeitos de interação significativos como identidade social relativa à AVAL.

A Figura seguinte resume as moderações significativas das variáveis grupais encontradas na relação entre stress e saúde. O que significa que as relações sociais da igreja (irmãos da igreja) e a AVAL influenciam na moderação na saúde geral das zungueiras, o que quer dizer

com a presença destes grupos desencadeiam efeitos positivos na saúde geral, o mesmo acontece na saúde mental com grupo de kixikila e na saúde física com o grupo da AVAL. Importa salientar que as relações sociais dão uma sensação de base e impregnam as vidas de significado. Deste modo fazem sentir distintos e especiais, eficazes e bem-sucedidos. Eles aumentam a autoestima e senso de valor. Esses efeitos podem amortecer a saúde e o bem-estar quando ele é ameaçado o que também permite ajudar as pessoas a lidarem com as consequências negativas do stress e a melhorar a atividade (Haslam et al., 2009).

Figura 4. 9.

Efeitos de moderação significação das relações sociais na relação entre stress e saúde (valores para a amostra total)



A Figura 4.9 ilustra os efeitos de moderação significativos das relações sociais na relação entre stress e saúde. Portanto, a igreja (irmãos da igreja), AVAL e kixikila são as relações sociais que moderam o stress das zungueiras e que servem de amortecedores para o impacto da saúde destas mulheres.

4.4. Discussão

A discussão e interpretação dos resultados abordou-se os seguintes pontos que responderam as questões de investigações levantadas: Avaliação dos diferentes fatores de stress das zungueiras; comparação dos fatores de stress entre as zungueiras que vendem na praça e as que vendem na rua; avaliação da ligação do stress a problemas de saúde (impacto dos estressores na percepção de saúde geral, física e mental) e a avaliação do papel moderador da identidade social na atividade de venda ambulante.

Na caracterização sociodemográfica das zungueiras, os resultados indicaram que não existem diferenças estatisticamente significativas entre os dois grupos comparados. O estudo revelou que as zungueiras que vendem na praça e as da rua são grupos equivalentes o que facultou maior segurança às comparações entre os grupos referindo ao indicador stress e saúde. Relativamente, à caracterização sociodemográfica constatou-se que em ambos os

grupos a maioria são mulheres casadas. Certamente, o fazem para auxiliar o marido nos encargos das diversas despesas de casa, algumas já têm filhos. No estudo destacou-se também os itens de origem étnica 97 zungueiras sendo a maioria da etnia ambundo, a religião que mais professam apresentadas com maior média 70 são da católica. Quanto às suas habilitações literárias 81 zungueiras têm o 1.º ciclo do ensino secundário, segue-se a instrução primária com 71 zungueiras, 8 zungueiras estão a frequentar o ensino superior e outras zungueiras sem ensino (ver Tabela 4.5 do capítulo 4). Ressalta-se que estas mulheres estão nesta atividade há mais de 5 anos e todas vivem em Luanda.

As zungueiras vivem situações precárias e tendo em conta as dificuldades financeiras, a gestão do lar, não tem sido fácil, devido aos enormes constrangimentos, face aos embaraços criados pela situação de vida, que cada vez está caótica. Os atrasos dos salários dos trabalhadores (esposos), estes quando recebem o salário o que também às vezes é baixo, já encontram dívidas, o que nem chega para suprir as necessidades ou dar qualidade de vida às famílias, por este motivo muitas mulheres sentem a necessidade de praticar a atividade de venda ambulante para ajudar o seu esposo, as suas famílias e para melhor gerir o lar.

Além do mais para aquelas que não são casadas, fazem-no por encontrarem-se numa situação de necessidade, pela vulnerabilidade da situação económica e financeira que Angola vive desde o tempo primordial antes vivida, e dada a situação da pandemia da COVID – 19 (Telo, 2021) algumas famílias perderam o emprego.

A situação atrás relatada repercute nos membros da família sentindo a necessidade de trabalhar na venda ambulante, por situação de força maior, o que tem enfrentado desafios identificados como fatores de stress como vedes no ponto abaixo.

4.4.1. Identificação dos diferentes fatores de stress das zungueiras

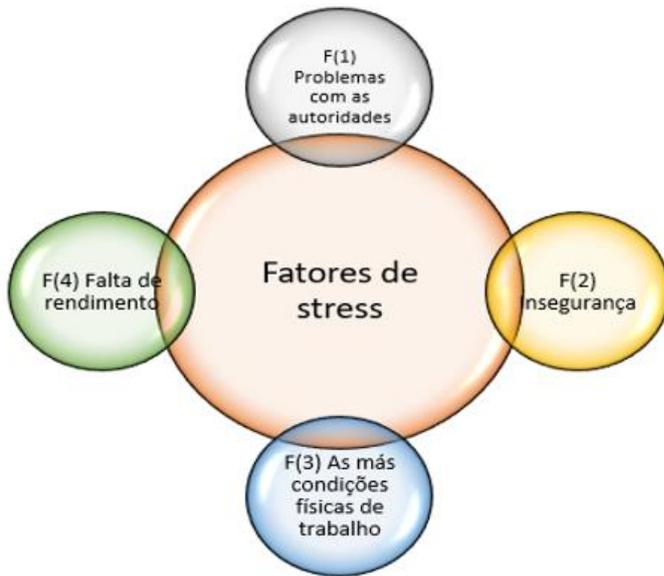
O primeiro objetivo deste estudo era o de identificar os fatores de stress mais importantes na atividade de venda ambulante das zungueiras da cidade de Luanda.

No trabalho de venda ambulante das zungueiras foram identificados 22 fatores de stress (ver Tabela 4.9 do capítulo 4) por exemplo: perda de negócio pelos fiscais, perda de negócio por furto, a polícia levar o negócio, a intervenção dos fiscais de forma violenta, a violência da polícia, a intervenção dos polícias de forma violenta, as corridas, não levar dinheiro para casa, não vender, o negócio não andar.

Depois realizámos uma análise fatorial em componentes principais que organizou os 22 itens em 4 fatores de stress: F1 “Os problemas com as autoridades”; F2 “Insegurança”; F3 “Más condições físicas de trabalho” e o F4 “Falta de rendimento”. Esses fatores de stress do local de trabalho da venda ambulante, levam as zungueiras a terem stress, representadas na Figura 4.10.

Figura 4. 10.

Fatores de stress na atividade de venda ambulante



Fonte: Elaboração própria

A Figura 4.10 visualiza em resumo os 4 fatores fontes mais importantes de stress como vimos (ver Tabela 4.11 do capítulo 4). Portanto, para as zungueiras, dos fatores mais importante é o primeiro fator “os problemas com as autoridades”, porque tem maior $M=4,547$ e dos fatores menos importante é o F2 “insegurança” com $M=2,918$, porque tem a média mais baixa. Quanto ao F2 “insegurança” refere ao local de venda. Importa referir que no meio existem outros dois fatores de stress que são menos importantes do que o F1 “os problemas com as autoridades”, a exemplo do F4 “falta de rendimento” com $M=3,873$ e o F3 “más condições físicas de trabalho” com $M=3,832$ (ver Tabela 4.11).

Os fatores de stress encontrados na atividade de venda ambulante das zungueiras têm relação com os fatores de stress do local de trabalho (Cartwright & Cooper, 1997) (ver Figura 2.10 do capítulo 2). Por exemplo pelas características intrínsecas e nas relações no trabalho (pólicia e clientes). A (H1) está confirmada que as condições de trabalho na venda ambulante provocam stress às zungueiras (Modelo de fatores de stress no local de trabalho, Cartwright & Cooper, 1997). Descobrimos na investigação que os fatores do stress identificados no estudo 2, podem desencadear consequências na saúde destas mulheres como foi demonstrado no ponto abaixo.

4.4.2. Comparação dos fatores de stress entre as zungueiras que vendem na praça e as da rua

O segundo objetivo deste estudo era o de comparar os fatores de stress das zungueiras vendedoras ambulantes da rua e da praça da cidade de Luanda. Ambos os grupos de zungueiras enfrentam o stress no local de venda, de facto foram constatadas diferenças entre os dois grupos, a partir dos fatores de stress mencionados abaixo.

Os fatores de stress entre os dois grupos das zungueiras estatisticamente significativos da praça estão com níveis de stress mais fortes entre os fatores: a chuva, problemas com as outras zungueiras, o trânsito, os carros, as motas, a falta de segurança, ter de levar os filhos para a zunga, a desorganização, ao passo que as zungueiras da rua têm níveis fortes de stress aos fatores: as poeiras, o barulho, o sol, o calor, perda de negócio pelos fiscais ou os fiscais levam o negócio, a intervenção dos polícias de forma violenta, a violência da polícia (bater com porrete, insultar), perda de negócio por furto (indivíduos que se fazem passar como clientes) e o peso de carregar o negócio à cabeça, nas mãos ou às costas (ver Tabela 4.9 do capítulo 4), ressalta-se que foram resumidos em 4 fatores de stress, todavia, apenas em 3 fatores existem diferenças significativas entre os dois grupos. Desde modo, as zungueiras da praça sentem-se mais inseguras, F2 “Insegurança” com maior $M=3,3182$, do que as da rua com menor $M=2,7842$. Por conseguinte, as da praça quando cai a chuva, o chão fica com grandes charcos de água, o que impede a afluência dos clientes se deslocarem à praça, tal facto cria diversos constrangimentos na obtenção de dinheiro para pagar a ficha, bem como a casa onde ficam os seus negócios. As que vendem na praça são obrigadas a pagar taxas do mercado diariamente, assim como as instalações de armazenamento pagas para quaisquer negócios não vendidos, mesmo quando enfrentam dificuldades (Bank, 2024). Outrossim, na praça elas sofrem agressões físicas e mentais por parte de outras colegas quando chegam clientes ao se dirigir primeiro às zungueiras as outras revoltam-se. De realçar que as brigas entre zungueiras provocam aborrecimentos e estes acontecimentos se forem experimentados com muita frequência, a probabilidade de as mesmas manifestarem o stress é maior e se este for a longo prazo desencadeará risco de doenças. Esta afirmação também, se confirma no estudo realizado de venda ambulante e as repercussões para a saúde do trabalhador de (Bernardino & Andrade, 2015) e a venda ambulante sobre exposições ambientais, ocupacionais e os efeitos na saúde dos vendedores informais de comida na rua (Ko Ko et al., 2020).

Descobrimos que algumas zungueiras da praça têm bancadas pagam fichas das bancadas e a casa do processo (onde guardam os negócios) fecham cedo entre 15h e 16h. E quando

não têm dinheiro são obrigadas a tirar um dos seus produtos e fornecer ao dono da casa do processo.

Dizer que esta diferença do F2 nós não contávamos que fossem mais fortes os níveis de stress com maior média nas zungueiras da praça, por diversos motivos que já referimos no corpo desta investigação. Relativamente aos outros fatores de stress as da rua demonstram ter maior média por exemplo nos F1 “os problemas com as autoridades” com $M=4,6250$ e F3 “más condições físicas de trabalho” com a $M=3,9606$ (ver Tabela 4.13 do capítulo 4).

Neste caso qual será a ligação dos fatores de stress a problema da saúde nas zungueiras? A resposta aparece no ponto a seguir.

4.4.3. Avaliação da ligação do stress a problema da saúde

A avaliação do stress a partir dos seus fatores a problema de saúde foi vista através de 3 indicadores de saúde: geral, mental e física.

Constatamos que dos 4 fatores de stress o único que é sempre estatisticamente significativo associado a todos os indicadores de saúde e o stress geral é o F4 “falta de rendimento”. As relações com os indicadores de saúde física e mental são particularmente fortes com o indicador de stress geral e com os fatores: F1 “Os problemas com as autoridades”; F2 “Insegurança” e a F3 “Más condições físicas de trabalho” (ver Tabela 4.18 do capítulo 4). Existem outros dois preditores que explicam significativamente no indicador da saúde geral temos o F4 “Falta de rendimento” é o mais forte quanto mais stress, pior é a saúde, deste modo, há ainda outro fator como por exemplo “os problemas com as autoridades” F1 com stress positivo, melhor é a saúde geral (ver Tabela 4.18.1). Dos fatores de stress o que tem um valor significativo à saúde mental como fonte de stress é o F4 “Falta de rendimento”. Deste modo, quanto maior for o stress provocado pela falta de rendimento, menores são os níveis de saúde mental das zungueiras (ver Tabela 4.18.2).

Tal como vimos na literatura consultada (Cartwright & Cooper, 1997; James et al., 2023) o trabalho influencia na saúde. De realçar que o F4 “falta de rendimento”, por vezes leva estas mulheres a ter dívidas e para pagar trabalham várias horas seguidas, o que significa que o fazem até mesmo de noite, à espera que o negócio acabe e isto desencadeia problema de saúde física. Dizer que elas quando chegam a casa ainda encontram trabalho doméstico por fazer, principalmente quando não têm apoio de ninguém, esta é a rotina diária destas mulheres quando são donas de casa. Trabalhar durante várias horas e sem férias pode desencadear stress e efeitos negativos à saúde ocupacional destas mulheres.

Portanto, os resultados mostram que há uma ligação entre stress e os indicadores de saúde, o que significa que “o stress das zungueiras está associado a problemas de saúde:

geral, física e mental (Modelo transacional de stress de Lazarus & Folkman, 1984)” a (H2) está confirmada.

Esta pesquisa descobriu que na atividade de venda ambulante, as zungueiras para lidar com a ameaça do stress, utilizam a moderação como fator protetor dos efeitos do stress identificado nas relações sociais significativas, como constam no subponto abaixo.

4.4.4. Modelo de identidade social como recurso protetor do stress da venda ambulante

A moderação da identidade social como recurso protetor de stress na atividade de venda ambulante foi identificada a relação entre o stress e a saúde com indicador de saúde geral, saúde física e saúde mental, a partir da construção de índice de Identidade Social com itens da escala P8 e os itens da escala P9 o modelo significativo, moderação significativa e o indicador do stress geral significativo.

A identidade social na fase das dificuldades da vida, tem efeitos atenuadores na saúde dos indivíduos para aqueles que se identificam como defende por exemplo Haslam et al., (2018).

Na atividade de venda ambulante existem grupos de pertença importantes para as zungueiras como: família, amigas, vizinhas, grupo das zungueiras, grupo da igreja, grupo da kixikila e grupo AVAL. Apesar de todos serem importantes, descobrimos que para as zungueiras o grupo de pertença mais importante é o grupo da família $M=4,65$ e o grupo da igreja $M=4,14$, e seguem-se os outros grupos, o menos importante é o grupo da AVAL com a $M=2,01$ (ver Tabela 4.19 do capítulo 4). Contudo, descobrimos que há aqueles que atenuam para o stress e a saúde, como: o grupo da igreja e saúde geral; o grupo de kixikila e a saúde mental e o grupo da AVAL e saúde geral e física (ver Tabela 4.21 do capítulo 4).

O grupo da Igreja modera significativamente a relação entre stress geral e saúde geral, quando as pessoas se identificam com o grupo da igreja tem menos stress e mais saúde do que as pessoas que não se identificam como vimos na Tabela 4.22 e Figura 4.5 do capítulo 4. Ressalta-se que a igreja capacita as zungueiras a serem mais resilientes nas atrocidades da venda ambulante. Digamos que a resiliência permite o indivíduo a ser capaz de superar e recuperar dos efeitos nocivos infortúnios, contudo serem revigorados pelos aprendizados, (Chequini, 2007)

No que toca ao grupo da igreja para as zungueiras transmitem capacidade de resiliência e resistência com base na espiritualidade (Pargament & Raiya, 2007) para se adaptarem aos problemas da vida, e funcionam como protetor e amenizador do stress e da vulnerabilidade (Schetter & Dolbier, 2011).

Na moderação significativa da identidade social com grupo de kixikila (ver Tabela 4.23 do capítulo 4) com predição a saúde mental tem efeito principal significativo do indicador de

stress geral, quanto maior for a identificação com a identidade social com o grupo de kixikila e a interação stress e a identidade social kixikila menor será o stress geral e maior será a saúde mental (ver Figura 4.6 do capítulo 4) do aqueles que não se identificam.

A moderação identidade social AVAL tem efeito principal significativo no indicador de stress geral e saúde geral para as pessoas que se identificam e recebem apoio da identidade social com grupo AVAL têm menos stress geral e mais saúde geral (ver Tabela 4.23 e a Figura 4.7 do capítulo 4).

O efeito de moderação da identificação com o grupo da AVAL na relação entre stress geral e saúde física, quando existem níveis mais baixos de stress as zungueiras reportarem níveis mais elevados de saúde física, quanto maior for a identidade social com a AVAL. Quando os níveis de stress começam a aumentar, verifica-se uma tendência para que essa diferença se comece a inverter nos níveis mais elevados de stress (ver Figura 4.8 do capítulo 4).

Destaca-se nesta, investigação que o apoio instrumental se refere ao dinheiro que elas recebem quando jogam a kixikila. Concordando com Santos (2011), a kixikila garante dinheiro para começar um negócio, melhorar ou mesmo trocar de negócio sempre que for necessário, em função da demanda do cliente ou da época, conforme vimos nos relatos das entrevistadas no estudo 1 (ver Tabela 3.3 do capítulo 3). A kixikila é para as zungueiras um recurso de funcionamento de apoio social recebido, que incentiva a permanência na atividade de venda ambulante e esta por sua vez satisfaz as necessidades e os meios de subsistência. De realçar que no grupo de kixikila se formam laços sociais de solidariedade e cooperação das que se identificam por compartilharem os mesmos eventos e objetivo da prática da venda ambulante, bem como aliviar as ameaças.

É importante dizer que o apoio social como amortecedor do stress na vertente psicológica, funciona na redução do stress percebido, que proporciona afeto positivo ou reduz os sintomas depressivos (Uchino, et al., 2012; Hostinar, 2015). Tal como se confirma na visão de Haslam et al., (2018), a interação da identidade social e do apoio social de forma compartilhada que funciona como recurso psicológico com efeitos eficazes para a saúde das mulheres zungueiras. Portanto, na atividade de venda ambulante das zungueiras as identidades sociais têm um papel protetor dos efeitos de stress nas zungueiras (Modelo da cura social, Haslam, et al., 2018), a (H3) está confirmada.

A descolonização da psicologia é um movimento que busca desafiar e transformar as práticas e teorias psicológicas a valorização dos saberes locais, onde promove a valorização dos conhecimentos e práticas culturais locais, que muitas vezes foram marginalizados ou ignorados pela psicologia tradicional (Moura, 2022). Deste modo, busca desconstruir conceitos e práticas psicológicas que são considerados universais, mas que na verdade são específicos de certas culturas e contextos. Incentiva a construção de práticas psicológicas que são mais acessíveis e relevantes para as comunidades locais, promovendo uma

psicologia mais democrática e participativa (Rocha, 2021). Estes são os contributos fundamentais para a construção de uma psicologia mais inclusiva e diversa, que respeite e valorize as diferentes culturas e modos de viver. A descolonização da psicologia no âmbito da atividade de venda ambulante das zungueiras, é necessário estabelecer estratégias para fortalecer a posição destas mulheres na sociedade, promovendo a igualdade de género e a justiça social.

Portanto, na atividade da venda ambulante das zungueiras existem fatores de stress, que têm efeitos na saúde. Elas têm como os grupos sociais de pertença mais relevantes na venda ambulante. A força motivadora e autoestima de persistir no trabalho e de moderação são as identidades com a ligação aos indicadores de saúde, o que tem desencadeado um amortecedor do stress e a saúde. Na atividade de venda ambulante deparam-se com determinados riscos de saúde (atrocidades, conflitos, aborrecimentos, perda de negócios, dinheiro e vidas humanas), contudo, o uso das formas de apoio social (Cohen, 2004; House, 1981; Uchino, 2004) como: instrumental (kixikila); emocional (família, filhos, pais, marido, irmãos), companheirismo, informativa (AVAL), coping religioso_igreja (Compas et al., 2001; Pargament, 1997) tem sido uma mais-valia para lidar com os eventos com resiliência e resistência. Vale ressaltar que a presença dos outros, quando alguém percebe e sente o apoio emocional, companheirismo recupera a autoconfiança, a satisfação com a vida, deste modo, a capacidade de contornar os obstáculos, e o embate com a saúde (por exemplo Griep, 2003), para aquelas que se identificam com as identidades sociais e partilham os acontecimentos. Corroboramos com a ideia de Jetten et al., (2017) e Lima et al., (2017) quando afirmam que a identificação com os grupos sociais é um recurso à saúde.

Capítulo 5.

Conclusões

O projeto de investigação “com o mundo às costas: stress e identidades sociais nas zungueiras mulheres vendedoras dos mercados informais da cidade de Luanda” é um estudo pioneiro sobre a atividade de venda ambulante no âmbito da saúde e bem-estar físico, mental e psicológico destas trabalhadoras. Deste modo ressalta-se também que é um estudo inédito por ser o primeiro a aplicar o modelo de identidades sociais à realidade angolana. O estudo tornou-se ainda mais importante por abranger um segmento social vulnerável e de difícil acesso.

O objetivo geral da nossa investigação consistiu em compreender os fatores de stress das zungueiras dos mercados informais na cidade de Luanda e o papel das identidades sociais na sua gestão. A referida investigação deu origem a dois estudos empíricos – o estudo 1 (qualitativo) e o estudo 2 (quantitativo).

No primeiro capítulo caracterizámos a venda ambulante e vimos que é uma atividade comercial de venda dos diversos produtos nas mãos, às costas, carro de mão e na bacia, realizadas em andamento nas artérias e periferias da cidade, praticadas por homens, mulheres e crianças. Esta atividade surge por causa da falta de meios de subsistência para as famílias, consequência das guerras civis, falta de emprego, pobreza, baixa qualificação académica, salário insustentável para as famílias, ausência de emprego para as mulheres, falta de oportunidades iguais de formação (Lopes, 2007). Estas causas levaram as zungueiras a lutar para a sobrevivência, a enveredarem em atividade de venda ambulante. Esta afirmação constata-se no estudo 1 como respostas comuns quando as zungueiras frisam na subcategoria “O porque é que vendem?”.

A respeito da atividade da venda ambulante, a população-alvo da investigação foram as zungueiras. Neste capítulo esmiuçaram-se os diferentes argumentos das vertentes das ciências sociais visto por outros autores sobre os vendedores ambulantes, e consideraram como uma profissão, sendo que o mesmo serve de rendimento económico para subsistência das famílias. No trabalho de venda ambulante é aceite o kilapi (crédito), método que funciona como empréstimo aos clientes com relacionamentos de amizade entre as zungueiras (André & Luz, 2022; Santos 2011). Kilapi, arreiô, kixikila são estratégias usadas no comércio de diferentes produtos que facilitam a obtenção de dinheiro na zunga, sob efeitos de laços de solidariedade (Lobo, 2021; Santos, 2011) capazes de influenciar as zungueiras na capacidade de resiliência e resistência em encarar rapidamente os desafios focalizados aos problemas do contexto da zunga (Linnenluecke, 2017; Todorovic et al., 2017; Van Breda, 2018).

Vimos que a literatura tem reportado que as zungueiras passam por maus-tratos como violência física, violência psicológica e perseguições, perda de negócios por apreensão, subornos e multas por parte da polícia e fiscalização além dos assaltos por gatunos e, nos momentos da corrida, fogem de um lado ao outro com risco de acidentes. Por isso o título que encontramos (“com o mundo às costas”) dá bem conta do esforço de resiliência destas mulheres. Apesar das experiências de vida no contexto da zunga estar marcada por dores, perdas, angústias e sofrimentos, as zungueiras garantem aquisição de bens económicos para necessidades primárias. Deste modo, buscam na zunga a resiliência que impulsiona esperança de um futuro com qualidade de vida diferente e o melhor para os seus filhos e para as suas famílias.

O segundo capítulo apresenta a revisão teórica pela em que se abordou o stress e os modelos gerais de stress (resposta, estímulo e o transacional). Aludimos aos contributos das diversas investigações dos autores para compreender o stress nas zungueiras no espaço laboral, a partir das perspetivas do modelo transacional do stress (Lazarus & Folkman 1984), as formas de avaliação do stress (primária e secundária) e o uso das estratégias do processo de coping (tanto focalizado na regulação emocional, sendo recurso a gestão das respostas emocionais face ao estressor, como o coping focalizado na resolução do problema que permite remover a fonte do stress). Neste âmbito referiu-se ainda uma das formas de coping possível: o coping religioso que, para as pessoas religiosas, pode agir como recurso que ajuda a melhorar a saúde física, mental, geral e a satisfação da vida e na obtenção dos sentimentos positivos, cura, fé, esperança e diminuição do stress. Utilizámos também o modelo de stress laboral de Cartwright & Cooper (1997) para classificar e compreender os fatores de stress no contexto de venda ambulante. Por fim, utilizámos o modelo da identidade social aplicado à saúde que é conhecido como “cura social” (Haslam et al., 2009) em que a identidade social é apresentada como um amortecedor de stress. Nesta perspetiva, a pertença com outros a um grupo social tem um efeito de tampão para lidar com o stress, quando os membros do grupo compartilham o significado emocional dessa pertença. Os laços grupais em associações, coletividades e relações interpessoais, fornecem benefícios positivos à saúde e bem-estar para os que pertencem ao grupo. As hipóteses de trabalho nesta tese refletem assim estes diversos contributos conceptuais para compreender a vida laboral das zungueiras.

No terceiro capítulo foram apresentados os resultados do estudo 1 que se prendia ao levantamento das opiniões das zungueiras sobre o stress da sua profissão e sobre os grupos sociais mais relevantes em que se inserem. Os resultados obtidos demonstram, que na atividade de venda ambulante se encontram diferentes fatores de stress como por exemplo (Ramos, et al., 2024) as condições de trabalho, os clientes, os fiscais, os polícias, os gatunos e o próprio negócio. A atividade de venda ambulante exige ir ao encontro dos clientes que estão em trânsito (Ferraz & Leandro, 2023), e por isso o local de venda apresenta muitos

riscos que já tinham sido identificados por outros autores como maus-tratos, perseguições às zungueiras por polícias e a fiscalização (Félix, 2021) acidentes por atropelamentos de carros, choques entre os peões e as zungueiras, nos momentos das corridas, o local onde os consumidores fazem as compras é sem higiene, o que significa que há acúmulo de lixo (Mafuani, 2019) e sem local de refeição. Todas estas dificuldades são também mencionadas na nossa investigação.

As categorias encontradas foram interpretadas de acordo com o modelo de Cartwright & Cooper (1997) sobre os fatores do stress no local de trabalho, e pudemos assim identificar os fatores de stress no local do trabalho da venda ambulante. Estas fontes do stress podem ser prejudiciais à saúde das zungueiras, tal como também pode ser visto nas entrevistas quando abordámos as “doenças adquiridas durante a zunga” o que inclui as dores (vistas, cabeça, coluna e peito), o cansaço com maior ocorrência, doenças específicas (gripe, tosse e tuberculose) por venderem de baixo de sol, poeira e chuva. Além de trabalharem todos os dias sem férias, carregam peso de forma excessiva e andam a pé com os negócios. Estes resultados vão no mesmo sentido de pesquisas anteriores (Guerrero & Varela, 2016; Paola et al., 2018) que sugerem que as más condições de trabalho na venda ambulante são prejudiciais à saúde dos trabalhadores.

Menciona-se também neste capítulo o levantamento dos grupos sociais mais relevantes para as zungueiras que são: famílias, colegas da zunga, kixikila, irmãos da igreja e amigas. Os grupos mais relevantes são potenciais fatores protetores do stress nas zungueiras, porque são os grupos que podem dar apoio social quando necessitam de ajuda. Neste estudo também identificámos aspetos positivos e satisfação na atividade de venda ambulante e que ficou patente na categoria “o que faz sentir bem na zunga”: quando estão a pagar o salário dos trabalhadores, quando o negócio anda e quando leva comida a casa, que aumenta a autoestima e a valorização do seu trabalho e o pertencimento do grupo.

Também pudemos neste estudo compreender “porque é que zunga”, salientando-se, como vimos no capítulo, 1 as necessidades económicas. A subcategoria “com quem aprendeu a zungar” mostra que aprenderam com as mães e tias ações que passam de geração em geração, visto como saberes locais (Sims-Schouten & Gilbert, 2022) e são ensinadas a valorizar o trabalho informal a partir do contexto em que elas estão inseridas para subsistência.

O Estudo 1 foi assim uma primeira abordagem à vida das zungueiras, que nos permitiu atualizar para este grupo as observações de outros autores sobre os vendedores ambulantes (capítulo 1) e sobre os fatores de stress e de proteção de stress no trabalho (capítulo 2). Serviu deste modo como preparação para o estudo quantitativo.

O quarto capítulo reflete o estudo 2, e nele esmiúça-se a relação entre o stress e saúde nas zungueiras com enfoque particular no papel das relações sociais. Foi construído um

questionário de stress a partir das categorias identificadas no estudo 1, que foi aplicado a uma amostra de zungueiras. A partir dos resultados pudemos identificar no contexto da zunga quatro grandes fatores de stress: “os problemas com as autoridades”; “insegurança”; “más condições físicas de trabalho” e o “falta de rendimento”. Estes principais fatores contribuem para o stress no ambiente laboral da venda ambulante e são eventualmente prejudiciais à saúde (Cartwright & Cooper, 1997).

Neste capítulo também pretendia-se comparar os 4 fatores de stress entre dois grupos de zungueiras da rua e da praça da cidade de Luanda. Notou-se apenas em 3 fatores as diferenças significativas entre os dois grupos. As zungueiras da praça sentem mais insegurança (“Insegurança”) o que nós não prevíamos. Na praça são obrigadas a pagar taxas do mercado diariamente, assim como as instalações de armazenamento pagas para quaisquer negócios não vendidos, mesmo sem dinheiro (Bank, 2024). Ao passo que as da rua têm os níveis mais fortes de stress está nos “problemas com as autoridades”, resultado da violência com as autoridades e às vendedoras, falta de proteção social aos ambientes físicos e sociais em locais específicos de trabalho. Estes fatores contribuem para o aumento dos níveis de stress e influenciam na saúde e bem-estar destas mulheres como sugere Ko Ko et al., (2020) no seu estudo sobre os locais de trabalho dos vendedores ambulantes em dois grupos e identificou a exposição do risco de saúde ocupacional, às características físicas dos locais de trabalho para os que trabalham em espaços públicos. As mesmas diferenças entre as zungueiras da rua e da praça se verificam as “más condições físicas de trabalho”, em que as vendedoras ambulantes na rua apresentam valores superiores. Já outros autores tinham salientado as dificuldades associadas a vender em ambiente de poluição, riscos ergonómicos ao levantar e transportar mercadorias pesadas, jornadas longas de trabalho, situações que desencadeiam morbilidades na saúde física e mental do trabalhador (Bernardino & Andrade, 2015; Wong et al., 2019). Portanto, a semelhança destes dados também se constatou na atividade de venda ambulante das zungueiras com outros autores. Os nossos resultados também mostram o único dos quatro fatores que prevê o stress geral das zungueiras prende-se com as más condições físicas de trabalho.

Outro objetivo deste estudo era avaliar se o stress das zungueiras estava associado a problemas de saúde: geral, física e mental (Modelo transaccional de stress Lazarus & Folkman, 1984), uma vez que os indivíduos que experienciam stress correm risco de desenvolver doenças físicas, doenças mentais e o sofrimento psicológico (Bhui et al., 2016).

Em termos comparativos, não encontramos diferenças em termos de indicadores de saúde entre as zungueiras da praça e as da rua. Mas encontramos ligação importantes do stress com a saúde das zungueiras, tanto ao nível físico como mental. Assim, no contexto da atividade da venda ambulante, descobrimos que os eventos de stress são prejudiciais à saúde ocupacional destas mulheres em situações de ameaça, e quando estas mulheres dão

significado ao evento stressante na medida em que estão expostas a um esforço além das mesmas e para responder ao stress (Selye, 1956) chamou de Síndrome de Adaptação Geral-GAS em três fases diferentes: alarme, resistência e exaustão, tal como está ilustrada na (Figura 2.2 do capítulo 2).

Na fase de alarme as zungueiras deparam-se com os grupos (polícias, fiscais e gatunos) que prejudicam os trabalhos das zungueiras, tal como se constatou no F1 “os problemas com as autoridades”, a presença das autoridades ou os agentes quando levam os bens das vendedoras. Estes fatores têm impactos na saúde que podem afetar o desempenho do trabalho (Paola et al., 2018). Segundo o relatório de Human Rights Watch, (2013), os trabalhadores informais na venda ambulante deparam por dia, com rusgas dos agentes (polícia de ordem pública e o fiscal do governo que prestam contas à polícia) que aparecem a civil no contexto da zunga dependendo do local, os mesmos extorquem subornos, praticam a violência, humilhação pública, espancamentos com porretes e outros objetos, pontapés, estalos e murros, agressões físicas, até vendedoras ambulantes grávidas ou com bebés às costas sofrem as agressões. No entanto, na perspetiva psicológica, a atividade de venda ambulante, os eventos deparados no contexto da zunga, desencadeiam os fatores de stress que levam a níveis de stress que interferem na saúde das praticantes, pelos choques que vivem na situação de ameaça, medo, agressões físicas, psicológicas, morte, perda de negócio e dinheiro.

Nesta fase a ativação do sistema de resposta ao stress se for por longo prazo, e subsequentemente o nível de exposição ao cortisol for alto e as outras hormonas do stress, criam obstáculos no corpo e aumentam o risco de problemas de saúde: ansiedade, depressão, problemas digestivos, doenças cardíacas, problemas do sono, ganho de peso e a falta de memória (Bennett, 2002; Walinga, 2019).

Na fase de resistência as zungueiras consomem muita energia física trabalhando diversas horas seguidas para conseguir levar dinheiro ou alimentação a casa. Na zunga a resiliência responde a fonte significativa do stress, o que desenvolve a capacidade de resiliência e força suficiente para negociar e assumir os riscos do local de venda para sobrevivência (Bernard & Barbosa, 2016). Neste período o seu organismo passa por exigências intensas, que levam a gastar os recursos mentais e físicos, ao prolongar e sem o uso de recurso torna-se uma ameaça o que pode levar à perda de imunidades e à morte (Haslam et al., 2018). A fase da exaustão ou esgotamento (terceira fase), em que as zungueiras buscam apoio quando compartilham com as pessoas mais próximas. Notamos que as horas longas de trabalho, sem férias, riscos dos ambientes de trabalho, por acidentes no local de venda, condições ergonómicas, físicas e químicas é um risco à saúde geral, física e mental a estas mulheres.

O terceiro objetivo do estudo foi analisar o papel atenuador das relações sociais nos impactos do stress na saúde. Descobrimos que as zungueiras para enfrentar o stress utilizam

o recurso de modelo da identidade social (Tajfel & Turner, 1979) como cura social para melhorar a saúde. Os grupos da igreja, da kixikila e do AVAL, jogam um papel fundamental de efeito moderador significativo do stress com os indicadores da saúde. Assim, para as zungueiras que se identificam mais com estes grupos nas situações ameaçadoras, produzem menos problemas de saúde do que as que não se identificam como pertencentes a estes grupos sociais. Este resultado é consistente com a perspectiva da cura social, em que as identidades sociais, como sugere Haslam et al., (2018), melhoram a saúde (geral, física e mental) por meio de recursos psicológicos, criando ligações de sentimentos de confiança, autoestima, propósito da vida social, além do apoio social para lidar com o stress da vida, bem como os acontecimentos da atividade de venda ambulante das zungueiras.

O apoio social na venda ambulante restaura a vida social das zungueiras pelos grupos sociais (por exemplo Uchino, 2004) capacitando-as a lidar com o stress (por exemplo Cohen, 2004). No âmbito do modelo transacional do stress, o apoio social aplicado ao nosso estudo é visto como uma forma de avaliação secundária (o grupo é percebido como um recurso em situações de dificuldade), como estratégia de coping regulação emocional (o companheirismo da família, e das amigas), de resolução de problemas como apoio instrumental (grupo de kixikila) e informação (grupo de AVAL). As zungueiras usam o coping como recurso de regulação do stress focalizada na emoção e a regulação focalizada aos problemas para enfrentar as adversidades da atividade da venda ambulante o que desencadeia a capacidade de lidar com eventos estressantes e regular as emoções (medo, raiva, irritabilidade) com resiliência e redução da ameaça do risco de saúde. O coping com foco à regulação de experiência emocional, atua em defesa das situações de medo e gere as situações emocionais e as reações dos estímulos de temperamentos e ao stress para a regulação do humor e do afeto. Por exemplo, o reavaliar positivamente o estressor permite menos impacto negativo, a aceitação levam-nas à procura do apoio emocional. É exatamente isto que acontece quando as zungueiras recebem apoio das famílias, AVAL, igreja e kixikila. Elas usam o coping focado no problema para alterar o problema que causa sofrimento, como recolha de informações para agir e gerir.

Descobrimos que na atividade de venda ambulante as zungueiras usam a identificação com grupos religiosos como recurso de suporte social para lidar com as situações deparadas na vida desencadeadas pelo stress. Este resultado aponta para a importância do coping religioso para lidar com stress nas situações de ameaça. Para as zungueiras que se identificam com a religião, fazem o uso do coping religioso em busca da fé como fonte de esperança que permite resiliência e resistência mesmo nos momentos difíceis perante os problemas (Nunes, 2021). As zungueiras que pertencem ao grupo da igreja parecem ter uma alternativa de estratégia desejável quando passam por situações negativas de fatores de stress. Digamos que o coping religioso, permite a regulação emocional (raiva, tristeza e medo)

transformando em resposta emocional positiva através da aceitação, rezar, busca de apoio emocional (Nunes, 2021; Pargament, 1997; Zola, 2023).

Aplicando o modelo de resiliência e resistência com base na espiritualidade as zungueiras que praticam alguma religião em situações de stress na zunga adquirem habilidades para lidar com situações de desequilíbrio e tem melhor estado de saúde-estar psicológico, resiliência e buscam entender as causas dos acontecimentos estressantes (Margaça & Rodrigues, 2019). Segundo Chequini, (2007) a resiliência fortalece e desenvolve a capacidade de resistir, a partir das atividades religiosas ou espirituais. Em suma a espiritualidade, para as zungueiras religiosas, torna-se um forte indicador de resiliência na superação dos acontecimentos estressantes deparadas na atividade de venda ambulante.

Mas a pertença ao grupo de AVAL e ao grupo da kixikila são igualmente importantes para a saúde das zungueiras, pois o grupo da AVAL ajuda as zungueiras nos registos na administração para a aquisição do cartão de venda ambulante, sensibiliza os produtos que devem ser comercializados e luta pelos direitos dos trabalhadores informais. Quanto ao grupo de kixikila, ele é fundamental porque permite obtenção de dinheiro para aquelas zungueiras que fazem parte deste grupo, para aquisição de negócios, bem como outros bens de primeiras necessidades. Importa salientar que a kixikila apoia as zungueiras que perderam o negócio, querem começar outro ou mesmo mudar de negócio. Estes grupos tornam-se por isso um recurso de coping de resolução de problemas, essencial para a gestão do stress.

No que tange à identidade social e saúde (cura social) este também foi apresentado. Neste caso as zungueiras com maior identidade social aos grupos e às comunidades, por isso têm mais apoio para lidar com os problemas, têm mais perceção de controlo, significado e autonomia, o que significa que está ligada à saúde mental e saúde física, o denominado ciclo virtuoso da identidade social (Haslam et al., 2009). Portanto, no que diz respeito às relações sociais e grupos sociais das zungueiras AVAL, igreja, kixikila são laços sociais dentro da atividade de venda ambulante funcionam como protetores da saúde na medida em que possibilitam as zungueiras que possuem mais apoio para lidar com problemas, revertendo em benefícios para a saúde. Os resultados do estudo mostram que o grupo referido ocupa lugar de destaque na vida das zungueiras e que estas identidades sociais atenuam o stress no contexto da atividade laboral deste segmento social.

5.1. Integração do trabalho nas perspetivas teóricas invocadas

Como vimos, este trabalho mobilizou três perspetivas teóricas.

A investigação enquadra-se no modelo transacional do stress (Lazarus & Folkman, 1984), uma vez que remete para as zungueiras a identificação dos fatores de ameaça e de proteção,

e liga esta experiência subjetiva ao desenvolvimento de stress e de problemas na saúde. A experiência do stress é resultado da avaliação cognitiva que a zungueira faz da situação com que se depara: perda de negócio pelos fiscais; perda de negócio por furto e por exemplo a intervenção das autoridades, a polícia levar o negócio, intervenção dos fiscais de forma violenta, violência da polícia, intervenção dos polícias de forma violenta e as corridas o que torna o stress maior. Neste modelo, analisámos o apoio social e grupal como recursos no processo de coping, o que permite aliviar, reagir e lidar com os problemas reais e os desafios da atividade de venda ambulante deparados diariamente.

Usámos o modelo de Cartwright & Cooper (1997) para interpretar os fatores de stress na atividade de venda ambulante e a sua ligação à saúde. As condições de trabalho, negócio, clientes, gatunos, os problemas com as autoridades, insegurança, más condições físicas de trabalho e a falta de rendimento, estes fatores na perspetiva teórica invocada ao modelo dos fatores de stress no local de trabalho (Cartwright & Cooper, 1997) provocam stress na atividade das zungueiras e que os mesmos desencadeiam risco aos indicadores da saúde. E para atenuar a situação de ameaça da saúde das zungueiras usou-se a perspetiva teórica invocada para ajudar as zungueiras no stress associado a problemas de saúde: geral, física e mental o Modelo transaccional de stress de Lazarus & Folkman, (1984).

O modelo dos fatores de stress no local de trabalho (Cartwright & Cooper, 1997) propõe a organização do stress no trabalho em 5 categorias. Podemos encontrar algumas delas na nossa investigação. Assim as “características do emprego” de venda ambulante não favorece as zungueiras a terem uma qualidade de vida, devido às condições físicas do trabalho, a sobrecarga do trabalho excesso da zunga, as condições ergonómicas. O ambiente de trabalho da venda na rua é ao ar livre sob temperaturas elevadas o que altera o comportamento do indivíduo como o humor, fadiga, desidratação, desmotivação, cujos efeitos manifestam no organismo, que vimos atrás. Os “Papéis na organização” também podem ser analisados nos nossos dados: a responsabilidade e ambiguidade do papel das zungueiras, os conflitos de papéis com clientes e polícia, bem como a responsabilidade em relação às situações de venda. A cultura da venda tem impacto em como as zungueiras pensam e se comportam, quando estão diante do percurso de venda, o relacionamento com cliente e vice-versa. Quanto às “Relações de trabalho” podemos encontrar fatores de stress nas relações entre zungueiras e clientes, as pressões exercidas pelas zungueiras durante o processo de compra e venda. É aqui onde entra o processo de estratégia de comércio (kixikila, kilapi e arreiô) como vimos atrás. Quanto ao “Desenvolvimento da carreira” podemos identificar a falta de segurança no trabalho (Limongi-França & Rodrigues, 2014) pode promover o empreendedorismo ou empresariado. Finalmente na “Interface Trabalho-casa muitas zungueiras têm filhos que levam para a venda, e algumas zungueiras vivenciam

aborrecimentos na interface entre trabalho e casa, pelo seu marido o que afeta no trabalho e os relacionamentos em casa.

Usámos ainda a aplicação do modelo de stress ao modelo da identidade social (Haslam et al., 2018), acrescentando-se o nível grupal ao modelo transacional de (Lazarus & Folkman 1984). Esta aplicação permite olhar os grupos sociais de pertença das zungueiras como formas coletivas de apoio para as zungueiras poderem lidar com o stress por exemplo: a família, a nível interpessoal, e o grupo da igreja, da AVAL e da kixikila, a nível coletivo. Assim, os nossos achados sugerem que as identidades sociais jogam um papel protetor do stress nas zungueiras, com efeitos atenuadores na saúde. As relações sociais da igreja (irmãos da igreja), na AVAL e na kixikila servem de amortecedores para o impacto dos fatores de stress na saúde destas mulheres. O trabalho enquadra-se no modelo da cura social, mostrando que as zungueiras que se identificam com os seus grupos sociais de pertença, e compartilham as situações da zunga, buscam apoio social para enfrentar e têm menos doenças.

Portanto, estes achados podem servir para que se instituem políticas públicas que atuem sobre os fatores de stress e identidades sociais produtoras do mesmo minimizando os seus efeitos e fortalecendo como atenuadoras do stress.

5.2. Ligação dos resultados obtidos aos estudos existentes

No estudo 1, os resultados obtidos que coincidem com outros autores mostrou-se o que está na origem da atividade de venda ambulante, quando se questionou “porque é que zunga”: é a falta de formação académica, falta de emprego, mãe separada, falta de condições financeiras, pobreza, ajuda à família, tal como tínhamos visto no capítulo 1. Os fiscais e os polícias agem de forma violenta (maus-tratos contra as zungueiras, apreensão dos negócios/perdas), a condição de trabalho da venda ambulante é prejudicial à saúde, gatunos, dores e sofrimento. O trabalho de venda ambulante torna-se assim prejudicial à saúde de quem a pratica.

O estudo salienta também a importância de grupos identificados nos outros estudos por exemplo: grupos de relações sociais de solidariedade ou com quem as zungueiras podem encontrar auxílio como grupo de kixikila, família, clientes, colegas da zunga e amigas (André & Luz, 2022; Queiroz, 2016; Lobo, 2021) no âmbito da venda ambulante. Os estudos realizados por Camilo et al. (2024), deram contributo para a nossa investigação quando frisam a importância dos relacionamentos de grupo na saúde, sendo esta associação mais forte para aqueles que se identificam mais com seu grupo de pertença. No nosso caso, a pertença ao grupo da kixikila, da igreja e da AVAL são identidades sociais mais relevantes para a gestão do stress. Os nossos achados sugerem que as identidades sociais identificadas como fatores protetores de stress (Ramos et al., 2025) funcionam como um recurso amortecedor e

moderador para lidar com ameaça de stress na atividade de venda ambulante praticada pelas zungueiras. Os aspetos inovadores para investigação no âmbito da contribuição do conhecimento está no modelo de identidades sociais (família, colegas da zunga, irmãos da igreja, vizinhos, kixikila e a AVAL) com ligação à saúde e cura social das zungueiras da cidade de Luanda, porém, os que jogam um papel essencial na saúde destas mulheres fornecendo recursos psicológicos para enfrentar os desafios da vida, são grupo de kixikila, igreja (irmãos da igreja) e a AVAL.

O nosso trabalho tem ligação com outros que se referem às condições laborais dos vendedores ambulantes (por exemplo Bernardino & Andrade, 2015; Juárez-García et al., 2020; Ko Ko et al., 2020; Paola et al., 2018; Mesquita & Santos, 2016; Sepadi & Nkosi, 2022) e salientam as más condições de trabalho, problemas com as autoridades, os desafios de insegurança, falta de proteção social aos ambientes físicos, riscos psicossociais da saúde dos trabalhadores da atividade de venda ambulante em locais específicos prejudiciais à saúde e bem-estar físico, mental e psicológico.

Também encontramos alguma ligação com as pesquisas sobre atividade informal que deram ensejo e contributo para a nossa investigação quando salienta o comportamento dos indivíduos na compra e venda dos produtos, observadas desde os recursos ao dispor dos agregados familiares (compradores) imposto da matriz sociocultural de práticas de consumo, no quadro das relações de reciprocidade, solidariedade e ao consumo de ostentação, estudo realizado no ex-mercado Roque Santeiro, nesta atividade existiu sempre risco, a diversidade de bens e serviços alargados (Lopes, 2007). O outro contributo é que durante a venda o cliente pode fazer kilapi (crédito) um método que funciona como empréstimo aos clientes mais confiáveis (Santos, 2011). A kixikila realizada entre as zungueiras (Lobo, 2021) é um dado encontrado também no nosso estudo 1 (ver capítulo 3) e estudo 2 (ver capítulo 4).

Também encontrámos ligação dos nossos estudos com os trabalhos sobre o coping religioso como recurso das pessoas religiosas para lidar com as situações deparadas na vida desencadeados pelo stress, por exemplo (Pargment, 1997) para lidar com os acontecimentos de ameaça da zunga, intimidade com Deus e ao próximo, controlo e transformação (Zola, 2023) e melhorar a saúde física, mental, satisfação com a vida.

Este estudo foi feito apenas com mulheres. Importa aqui salientar a interseccionalidade que, para Wang et al., (2024) é um conceito essencial para entender as diversas maneiras de pressão e privilégio que se cruzam na sociedade. A este respeito cinge-se ao género e da classe social, sendo que a sua interseção por vezes pode influenciar particularmente nas experiências individuais e coletivas. O que significa que as mulheres de classes sociais mais baixas enfrentam desafios diferentes do que as mulheres de classes sociais mais altas, devido à desigualdade económica. Tal interseção também acontece entre os homens pobres e ricos,

os da classe baixa recorrerem em alternativa ao emprego informal. Ressalta-se também que existe diferença entre homens e mulheres na questão de oportunidade de trabalho, sendo que as meninas ficam a margem da escola, voltadas ao casamento e as atividades domésticas e a ficarem sem condições dignas de sobrevivência em empregos informais como a venda ambulante já que a escolarização é a condição para a profissionalização e condição melhor da qualidade de vida. A igualdade de género é imprescindível para o progresso económico inclusivo e sustentável que permite diminuir a pobreza (Bank, 2024). Quanto à classe social dos que praticam atividade de venda ambulante são pessoas que por vezes vivem em locais de pobreza extrema, vulnerabilidade, exclusão e desigualdades sociais (Samba, 2012).

Importa referir que a interseção da atividade de venda ambulante é que a sua prática é feita por homens e mulheres, porém as mulheres preocupam-se muito mais do que os homens com ameaças e segurança individual (Wang et al., 2024). Salienta-se também que a oferta e a demanda de mão-de-obra das mulheres e dos homens diferem significativamente, pois as mulheres são mais tendentes a sofrer descontinuação na ocupação e trajetórias nos serviços ao longo de suas vidas profissionais (Ferragina, 2019).

De referir ainda brevemente algumas ligações deste estudo com o fenómeno de descolonização da psicologia com alguns contributos que achamos úteis referenciar (Fanon, 2021; Sims-Schouten & Gilbert, 2022): a valorização da produção de conhecimento e as práticas psicológicas dos saberes tradicionais, ou seja, saberes e experiências das culturas sejam aplicadas nos seus e outros contextos; inclusão de conhecimentos etnolinguísticos africanos e latino-americanos para a formação e prática psicológica; que os saberes sejam de acordo com a realidade sociocultural onde se desenrola o acontecimento reconhecimento dos modelos de pensamentos científicos étnicos africanos e latino-americanos para a formação e prática psicológica; aceitação das produções intelectuais africanas e as práticas psicológicas às realidades das populações africanas.

Quanto aos aspetos inovadores desta investigação sobre a venda ambulante praticada pelas zungueiras na cidade de Luanda, salienta-se a vertente dos indicadores da saúde falando do stress e das identidades sociais. Esta temática em Angola é um estudo novo que mereceu a atenção, pela primeira vez da população-alvo, nos moldes do stress transacional (Lazarus & Folkman, 1984) e moldes da teoria de identidade social (Tajfel & Turner, 1979) a sua ligação com a saúde (Haslam et al., 2009) que desempenha um papel positivo para a saúde e os fatores de stress no local de trabalho modelo (Cartwright & Cooper, 1997). Este trabalho apresenta inovação no modelo da cura social, uma vez que há poucos estudos em que aplicam o modelo ao stress e os que há, não são do stress no trabalho, mas do stress pós-traumáticos, stress associados aos grupos minoritários, mas nunca é a cura social as questões no stress laboral. Outro aspeto inovador é que o modelo da cura social e o stress

foi estudado pela primeira vez em Angola no contexto da atividade de venda ambulante praticada pelas zungueiras.

Um das novidades que foram reportadas nos relatos é que nem todas as zungueiras têm negócios próprios, pois alguns são das patroas como vimos nas frases expressas no estudo 1. A outra novidade é que os estudos anteriores não fazem referência às ajudas que as zungueiras recebem do AVAL e nem dos irmãos da igreja.

5.3. Ligação às hipóteses

A hipótese (1) “as condições de trabalho na venda ambulante provocam stress nas zungueiras” digamos que a partir do Modelo de fatores de stress no local do trabalho (Cartwright & Cooper, 1997) a classificação dos fatores de stress no trabalho, é uma hipótese que está confirmada. De facto, para além dos relatos de sofrimento associado ao stress no estudo 1, encontrámos no estudo 2 uma correlação positiva e significativa entre o stress e as más condições de trabalho das zungueiras.

A hipótese (2) “o stress das zungueiras está associado a problemas de saúde: geral, física e mental (Modelo transacional de stress Lazarus & Folkman, 1984)” é uma hipótese que está confirmada. No estudo 2 pudemos verificar correlações negativas entre o stress e os 3 indicadores de saúde, em particular com o de saúde mental: quanto maior o stress, menor a saúde geral, física e mental.

A hipótese (3) “as identidades sociais têm um papel protetor dos efeitos de stress nas zungueiras (Modelo da cura social Haslam, et al., 2018) esta hipótese é confirmada. De facto, no estudo 2 pudemos ver que a relação entre o stress e a saúde é atenuada quando há identificações com os grupos, em particular o AVAL, a kixikila e a igreja.

5.4. Limitações do estudo

Relativamente às limitações do estudo devemos reconhecer a notável ausência da literatura da atividade de venda ambulante no âmbito da psicologia particularmente falando do stress no Modelo transacional de stress de Lazarus & Folkman, (1984) e o modelo da identidade social (Haslam et al., 2018). Pese embora existam alguns estudos feitos sobre os riscos de saúde ocupacional dos trabalhadores da atividade de venda ambulantes com validade externa (Juárez-García et al., 2020; Ko Ko et al., 2020; Paola et al., 2018) mesmo assim é pouco.

Durante a investigação encontrámos algumas dificuldades no que concerne à recolha de dados pelas entrevistadas, pois às vezes no decorrer do ato apareciam os polícias e fiscais para receberem os negócios das senhoras e estas para não os perder fugiam com os negócios e algumas não conseguiam fugir com os negócios devido ao peso, outras com medo de serem

apanhadas, para não se distrair, não aceitavam dar opiniões sobre o seu trabalho de venda ambulante.

A amostra da nossa investigação estava somente limitada às mulheres zungueiras, no entanto a atividade de venda ambulante também é praticada por homens os zungueiros que carregam menos produtos. O que nos impede de generalizar os dados para ambos grupos.

A recolha das opiniões das zungueiras sobre o stress e seus grupos relevantes foi com base na entrevista, deste modo há problemas no autorrelato, na medida em que as zungueiras respondiam às perguntas enquanto estavam a trabalhar; entretanto, existem questões de desejabilidade social, pelo facto de durante a entrevista nas participantes não se usou medidas subjetivas e objetivas da saúde (Cleary, 1997), pois certamente são características essenciais de variáveis relacionadas aos estados de saúde ditas pelas entrevistadas.

A escala de saúde SF-36 (Ware & Sherbourne, 1992), com indicadores de saúde geral, saúde mental e saúde física que utilizamos na investigação são escalas que nunca foram validadas para a população angolana e é a primeira vez a ser usada na atividade de venda ambulante em Luanda. Também gostaríamos de ter sido possível passar uma escala de avaliação direta das estratégias de coping, mas considerámos que não havia nenhuma adequada àquela população e às condições de recolha de dados na rua, uma vez que eram todas muito longas.

A recolha de dados do estudo deveria ser em todo o território angolano, para que se tornasse um dado abrangente, digamos, aumentar o número de amostra.

5.5. Recomendações para a investigação e para a prática

A respeito das recomendações para a investigação e para a prática acreditamos que poderíamos fazer mais, deste modo, propomos para as próximas investigações incluir também na amostra os homens.

Do ponto de vista da investigação, é importante perceber melhor as questões do apoio social dos grupos e do apoio social das pessoas. Neste estudo o apoio social de amigos e familiares não pareceu ser um atenuador do stress, mas isso aconteceu apenas com as identidades grupais. Por outro lado, há grupos que funcionam como atenuadores e outros não. Seria importante fazer mais investigação para compreender em que condições é o apoio social interpessoal ou é o grupal quem serve de atenuador do stress.

No futuro também faz sentido explorar mais alguns fatores como as zungueiras da praça, as zungueiras acompanhadas de seus filhos às costas, a diferença quando o negócio é da patroa e quando há falta de rendimento. Ao compreender o papel das identidades sociais para a atividade de venda ambulante que funcionam como fatores protetores de stress das zungueiras, pretendemos continuar a investigar neste âmbito, explorando ainda mais a

vertente dos indicadores de saúde e o stress usando escalas já validada no contexto angolano.

Relativamente às recomendações é necessário o seguinte:

- Que as condições de física do trabalho das zungueiras sejam dadas em atenção a quem de direito, devido ao risco prejudicial à saúde.
- Que as autoridades revejam a forma de tratamento na sua intervenção diante as vendedoras ambulantes.
- Que haja oportunidade de emprego que respeitem as necessidades destas mulheres.
- Que a profissão de zungueira seja regulada para que as zungueiras na rua tenham em conta as horas de trabalho e o peso excessivo que carregam.
- Apoiar as associações formais (AVAL) e informais (kixikila) que apoiam as zungueiras, permitindo que elas tenham acesso a cuidados de saúde.
- Que se crie novo modelo de plano de negócios, dirigido às atividades no mercado informal que auxiliam no trabalho das zungueiras transformando em trabalho formal, e que incluam as suas pertenças grupais.
- Criar mecanismos de capacitação e formação de acesso à educação e ensino na área do comércio para as zungueiras para estarem inclusas nas lojas, feiras, mercados e no mercado formal, nomeadamente associadas ao AVAL e ao grupo de kixikila, aqueles que se revelaram mais importantes na moderação dos efeitos do stress na saúde.
- Criar e divulgar novas perspectivas das políticas públicas relacionada aos direitos iguais da valorização da profissão de venda ambulante.
- Criação de programas sociais de forma integrativa e participativa das zungueiras, com impactos ao desempenho de política do emprego vinculada à segurança social para garantir uma vida de qualidade às famílias e que favorece a diminuição da pobreza.
- Criação de projeto de formação sobre ética e comunicação não violenta para polícias e fiscais.
- Elaboração de programas de construção de creches comunitárias para as zungueiras, bem como criação de programas de políticas de empoderamento do género com ênfase na escolarização.

Portanto, é necessário que as instituições do país tenham novas perspectivas da atividade de venda ambulante das zungueiras, para garantir saúde e um futuro de qualidade para as famílias que dependem deste sustento.

Referências Bibliográficas

- Adams, G., Gómez Ordóñez, L., Kurtiş, T., Molina, L. E., & Dobles, I. (2017). Notes on decolonizing psychology: From one Special Issue to another. *South African Journal of Psychology*, 47(4), 531–541. <https://doi.org/10.1177/0081246317738173>
- Alfers, L. (2009). *Saúde & Segurança Ocupacional para Comerciantes e Vendedores Ambulantes em Acra e Takoradi, Gana*. 1–24.
- Altuna, R. de A. (2014). *Cultura Tradicional Banta (2ª)*. Paulinas.
- André, A. B. V. C., & Luz, V. (2022). O fenómeno das zungueiras, a segregação urbana e a consolidação dos musseques em Luanda, Angola. *Labor e Engenho*, 16, 1–18. <https://doi.org/10.20396/labore.v16i00.8668602>
- Azevedo, A. R. I. de, Rezende, A. M. L., & Rezende, M. dos A. (2019). Estresse ocupacional: Lobo em pele de cordeiro. *Psique*, XV, no1, 110–127. <https://doi.org/10.26619/2183-4806.XV.1.7>
- Bank, W. (2024). *Navegar Educação, Maternidade e Trabalho Informal: As Experiências de Mulheres Jovens em Luanda - Um Estudo Qualitativo (Text/HTML 190991)*. <https://documents.worldbank.org/pt/publication/documents-reports>
- Bardin, L. (2016). *Análise de conteúdo*. Edições 70.
- Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator–mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(6), 1173–1182. <https://doi.org/10.1037/0022-3514>
- Bennett, P. (2002). *Introdução clínica à Psicologia da saúde*. CLIMEPSI.
- Bentley, S. V., Greenaway, K. H., Haslam, S. A., Cruwys, T., Steffens, N. K., Haslam, C., & Cull, B. (2020). Social Identity Mapping Online. *Journal of Personality and Social Psychology: Attitudes and Social Cognition*, 118(2), 213–241. <http://dx.doi.org/10.1037/pspa0000174>
- Berkman, L. F., Glass, T., Brissette, I., & Seeman, T. E. (2000). Da integração social à saúde: Durkheim no novo milênio ☆. *Social Science & Medicine*, 51(6), 843–857. [https://doi.org/10.1016/S0277-9536\(00\)00065-4](https://doi.org/10.1016/S0277-9536(00)00065-4)
- Berkman, L. F., & Syme, S. L. (1979). Social networks, host resistance, and mortality: A nine-year follow-up study of Alameda County residents. *American Journal of Epidemiology*, 109(2), 186–204. <https://doi.org/10.1093/oxfordjournals.aje.a112674>
- Bernarde, M.-J., & Barbosa, S. (2016). Resilience and entrepreneurship: A dynamic and biographical approach to the entrepreneurial act. *M@n@gement*, 19, 89–123.
- Bernardino, D. C. de A. M., & Andrade, M. (2015). Informal Work and the Implications for the Workers' Health: An Integrative Review. *Journal of Nursing Referência*, 4(7), 149–157. <http://dx.doi.org/10.12707/RIV14049>
- Bhui, K., Dinos, S., Galant-Miecznikowska, M., de Jongh, B., & Stansfeld, S. (2016). Perceptions of work stress causes and effective interventions in employees working in public, private and non-governmental organisations: A qualitative study. *BJPsych Bulletin*, 40(6), 318–325. <https://doi.org/10.1192/pb.bp.115.050823>

- Camilo, C., Lima, M. L., Moura, R., Quintal, F., & Palacin-Lois, M. (2024). Beyond close relationships: The positive effects of group relationships and group identification on health. *Frontiers in Social Psychology*, 2. <https://doi.org/10.3389/frsps.2024.1310755>
- Candove, C., & Janota. (2019). *Registo de zungueiras*. Gabinete da polícia económica.
- Cannon, W. B. (1929). *Bodily changes in pain, hunger, fear and rage* (p. 404). Appleton.
- Cannon, W. B. (1932). *The wisdom of the body* (p. 312). W W Norton & Co.
- Carpenter, K. M., Fowler, J. M., Maxwell, G. L., & Andersen, B. L. (2010). Direct and Buffering Effects of Social Support among Gynecologic Cancer Survivors. *Annals of behavioral medicine: a publication of the Society of Behavioral Medicine*, 39(1), 79–90. <https://doi.org/10.1007/s12160-010-9160-1>
- Cartwright, S., & Cooper, C. L. (1997). Managing workplace stress. *ElsevierScienceInc*, 43(1), 7–16.
- Cartwright, S., & Cooper, C. L. (2014). Towards organizational health: Stress, positive organizational behavior, and employee well-being. In G. F. Bauer & O. Hämmig (Eds.), *Bridging occupational, organizational and public health: A transdisciplinary approach*. (pp. 29–42). Springer Netherlands. https://doi.org/10.1007/978-94-007-5640-3_3
- Carvalho, V. S. G. de. (2016). *A relação trabalho-família: O desafio para ontem* [Tese de Doutoramento em Psicologia dos recursos humanos, do trabalho e das organizações]. Universidade de Lisboa. <https://repositorio.ul.pt/bitstream/10451/23633/>
- Carvalho, V. S., & Chambel, M. J. (2016). Perceived High-Performance Work Systems and Subjective Well-Being: Work-to-Family Balance and Well-Being at Work as Mediators. *Journal of Career Development*, 43(2), 116–129. <https://doi.org/10.1177/0894845315583113>
- Cash, E., & Toney-Butler, T. J. (2024). Social Relations. Em *StatPearls*. StatPearls Publishing. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK436023/>
- Chambel, M. J. (2016). *Psicologia da Saúde Ocupacional*.
- Chequini, M. C. M. (2007). A relevância da espiritualidade no processo de resiliência. *Psicologia Revista*, 16(1/2), 93–117. <https://revistas.pucsp.br/index.php/psicorevista/article/view>
- Cleary, P. D. (1997). *Subjective and Objective Measures of Health: Which is Better When?* (1.^a ed., Vol. 2). Journal of Health Services Research & Policy. <https://doi.org/10.1177/135581969700200102>
- Cobb, S. (1976). Social Support as a Moderator of Life Stress: *Psychosomatic Medicine*, 38(5), 300–314. <https://doi.org/10.1097/00006842-197609000-00003>
- Coduti, P. S., Gattás, Y. B., Sarmiento, S. L., & Schmid, R. A. (2013). *Enfermedades laborales: Cómo afectan el entorno organizacional* [Universidad Nacional de Cuyo. Facultad de Ciencias Económicas]. <https://bdigital.uncu.edu.ar/5215>
- Cohen, S. (2004). Social Relationships and Health. *American Psychologist*, 59(8), 676–684. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.59.8.676>
- Cohen, S., Kessler, R. C., & Gordon, L. U. (1995). *Strategies for measuring stress in studies of psychiatric and physical disorders*. In S. Cohen, R. Kessler, & L. Gordon (Eds.),

- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, *98*(2), 310–357. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.98.2.310>
- Compas, B. E., Connor-Smith, J. K., Saltzman, H., Thomsen, A. H., & Wadsworth, M. E. (2001). Coping with stress during childhood and adolescence: Problems, progress, and potential in theory and research. *Psychological Bulletin*, *127*(1), 87–127. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.127.1.87>
- Compas, B. E., Jaser, S. S., Dunbar, J. P., Watson, K. H., Bettis, A. H., Gruhn, M. A., & Williams, E. K. (2014). Coping and Emotion Regulation from Childhood to Early Adulthood: Points of Convergence and Divergence. *Australian Journal of Psychology*, *66*(2), 71–81. <https://doi.org/10.1111/ajpy.12043>
- Contreras, N. J. A., Villamizar, J. J. R., Osorio, C. I. P., & Aguilar, O. L. O. (2021). *Condiciones de seguridad y efectos sobre la salud para vendedores ambulantes en Colombia* [Monografía presentada como requisito para el curso de certificación internacional en principios de seguridad y salud ocupacional] Corporación Universitaria Minuto de Dios.
- Cooper, C. L., Dewe, P., & O'Driscoll, M. P. (2001). *Organizational stress: A review and critique of theory, research, and applications*. Sage Publications Ltd.
- Corrêa, C. V., Batista, J. S., & Holanda, A. F. (2016). Coping religioso/espiritual em processos de saúde e doença_ Revisão da produção em periódicos brasileiros (2000-2013). *Revista PsicoFAE: Pluralidades em Saúde Mental*, *5*(1), Artigo 1. <https://revistapsicofae.fae.edu/psico/article/view/82>
- Costa, E. R. Q. M. D., Baptista, J. S., & Diogo, M. T. (2011). *Adaptação climática, metabolismo e produtividade*. <https://repositorio-aberto.up.pt/handle/10216/85208>
- Costa, F. T. B. (2020). Dinâmicas psicossociais do trabalho das zungueiras angolanas. *Revista latino-americana de geografia e género. Revista Latino-Americana de Geografia e Género*, *11*(1), 3–19. <https://www.google.com/>
- Crittenden, C. N., Pressman, S. D., Cohen, S., Janicki-Deverts, D., Smith, B. W., & Seeman, T. E. (2014). Social integration and pulmonary function in the elderly. *Health Psychology*, *33*(6), 535–543. <https://doi.org/10.1037/hea0000029>
- Cruwys, T., Haslam, S. A., Dingle, G. A., Haslam, C., & Jetten, J. (2014). Depression and Social Identity: An Integrative Review. *Personality and Social Psychology Review*, *18*(3), 215–238. <https://doi.org/10.1177/1088868314523839>
- Cruwys, T., Steffens, N. K., Haslam, S. A., Haslam, C., Jetten, J., & Dingle, G. A. (2016). Social Identity Mapping: A procedure for visual representation and assessment of subjective multiple group memberships. *The British Journal of Social Psychology*, *55*(4), 613–642. <https://doi.org/10.1111/bjso.12155>
- Dejours, C. (1980). *A loucura do trabalho. Estudo de psicopatologia do trabalho* (5ª). Cortez.
- Dhama, K., Latheef, S. K., Dadar, M., Samad, H. A., Munjal, A., Khandia, R., Karthik, K., Tiwari, R., Yattoo, M. I., Bhatt, P., Chakraborty, S., Singh, K. P., Iqbal, H. M. N., Chaicumpa, W., & Joshi, S. K. (2019). Biomarkers in Stress Related Diseases/Disorders: Diagnostic, Prognostic, and Therapeutic Values. *Frontiers in Molecular Biosciences*, *6*(91). <https://doi.org/10.3389/fmolb.2019.00091>

- Dohrenwend, B. P. (2006). Inventorying stressful life events as risk factors for psychopathology: Toward resolution of the problem of intracategory variability. *Psychological Bulletin*, 132(3), 477–495. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.132.3.477>
- Domingues, J. S. de V. (2019). *O mercado informal em Luanda* [Dissertação de mestrado em Ciências Jurídicas]. Universidade de Lisboa.
- DW. (2010). *Mapa administrativo da província de Luanda*.
- Elo, A.-L., Leppänen, A., & Jahkola, A. (2003). Validity of a single-item measure of stress symptoms. *Scandinavian Journal of Work, Environment & Health*, 29(6), 444–451. <https://doi.org/10.5271/sjweh.752>
- Ernesto, A., & Capilo, G. (2018, setembro 27). *Economia Informal em Angola: Caracterização do trabalhador informal*. <https://osisa.org/product/a-economia-informal-em-angola-caracterizacao-do-trabalhado-informal/>
- Fancourt, D., & Steptoe, A. (2018). Community group membership and multidimensional subjective well-being in older age. *J Epidemiol Community Health*, 72(5), 376–382. <https://doi.org/10.1136/jech-2017-210260>
- Fanon, F. (2021). *Pele negra máscaras brancas*. Edufba.
- Farné, M. (2003). *O estress—Às vezes é positivo, às vezes é negativo, mas pode ser transformado em um aliado* (Loyola). Paulinas.
- Feeney, B. C., & Collins, N. L. (2015). A new look at social support: A theoretical perspective on thriving through relationships. *Personality and Social Psychology Review: An Official Journal of the Society for Personality and Social Psychology, Inc*, 19(2), 113–147. <https://doi.org/10.1177/1088868314544222>
- Ferragina, E. (2019). Does Family Policy Influence Women’s Employment?: Reviewing the Evidence in the Field. *Political Studies Review*, 17(1), 65–80. <https://doi.org/10.1177/1478929917736438>
- Ferraz, E. M. L., & Leandro, G. de S. M. (2023). As zungueiras – pequenas empreendedoras: Uma estratégia de empoderamento das mulheres nas zonas suburbanas e urbanas. *Brazilian Journal of Development*, 9(4), 12968–12978. <https://doi.org/10.34117/bjdv9n4-027>
- Fialho, J. (2017). A construção da identidade social e profissional através da ação das redes de sociabilidade laboral. *Revistas internacionais com arbitragem científica*, 14(1), 138–162. <https://dspace.uevora.pt/rdpc/handle/10174/21991>
- Folkman, S. (2010). Stress, coping, and hope. *Psycho-Oncology*, 19(9), 901–908. <https://doi.org/10.1002/pon.1836>
- Francisco, N. J. de A. (2019). *A gestão de sobrevivência no mercado informal de São Paulo em Luanda: O caso das zungueiras* [Dissertação de mestrado em gestão de empresas]. Universidade lusófona de humanidades e tecnologias. Lisboa. <https://recil.ensinulusofona.pt/jspui/bitstream/10437/9908/1/>
- Freitas, F. V. D. (2015). *Das Kitandas de Luanda aos tabuleiros da terra de são Sebastião: Conflitos em torno do comércio das quitandeiras negras no Rio de Janeiro do século XIX*. [Dissertação de mestrado em planeamento urbano e regional]. Universidade Federal do Rio de Janeiro.

- Gellert, P., Häusler, A., Suhr, R., Gholami, M., Rapp, M., Kuhlmeier, A., & Nordheim, J. (2018). Testing the stress-buffering hypothesis of social support in couples coping with early-stage dementia. *PLoS ONE*, *13*(1), e0189849. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0189849>
- Ghaffari, M., Morowatisharifabad, M. A., Jadgal, M. S., Mehrabi, Y., & Alizadeh, S. (2021). The effectiveness of intervention based on the transactional model on improving coping efforts and stress moderators in hemodialysis patients in Tehran: A randomized controlled trial. *BMC Nephrology*, *22*(377), 1–11. <https://doi.org/10.1186/s12882-021-02592-8>
- Gibert, K. L., Quinn, S. C., Goodman, R. M., Butler, J., & Wallace, J. (2013). *A meta-analysis of social capital and health: A case for needed research*. *18*(11). <https://doi.org/10.1177/1359105311435983>
- Gleibs, I. H., Haslam, C., Haslam, S. A., & Jones, J. M. (2011). Water clubs in residential care: Is it the water or the club that enhances health and well-being? *Psychology & Health*, *26*(10), 1361–1377. <https://doi.org/10.1080/08870446.2010.529140>
- Goldoni, A. (2011). *Estresse: Como transformar esse terrível inimigo em aliado*. Paulinas.
- Griep, R. H. (2003). *Confiabilidade e validade de instrumentos de rede social e de apoio social utilizados no estudo pró-saúde* [Tese de doutoramento em ciências na área de saúde publicanas interdisciplinares]. Fundação Osvaldo cruz escola nacional de saúde pública.
- Gross, J. J. (2015). Emotion regulation: Current status and future prospects. *Psychological Inquiry*, *26*(1), 1–26. <https://doi.org/10.1080/1047840X.2014.940781>
- Guerrero, R. M. E., & Varela, R. E. G. (2016). *Factores psicosociales y niveles de estrés*. Universidad nacional autónoma de nicaragua unan-león.
- Haslam, C., Jetten, J., Cruwys, T., Dingle, G., & Haslam, S. A. (2018). *The New Psychology of Health: Unlocking the Social Cure* (1ª). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315648569>
- Haslam, C., Steffens, N. K., Branscombe, N., Haslam, S., Cruwys, T., Lam, B., Pachana, N., & Yang, J. (2018). The Importance of Social Groups for Retirement Adjustment: Evidence, Application, and Policy Implications of the Social Identity Model of Identity Change: Retirement Adjustment and Social Identity Change. *Social Issues and Policy Review*, *13*. <https://doi.org/10.1111/sipr.12049>
- Haslam, S. A., Jetten, J., Postmes, T., & Haslam, C. (2009). Social identity, health and well-being: An emerging agenda for applied psychology. *Applied Psychology: An International Review*, *58*(1), 1–23. <https://doi.org/10.1111/j.1464-0597.2008.00379.x>
- Hogg, M. A., Abrams, D., Otten, S., & Hinkle, S. (2004). The social identity perspective: Intergroup relations, self-conception, and small groups. *Small Group Research*, *35*(3), 246–276. <https://doi.org/10.1177/1046496404263424>
- Holmes, T. H., & Rahe, R. H. (1967). The social readjustment rating scale. *Journal of Psychosomatic Research*, *11*(2), 213–218. [https://doi.org/10.1016/0022-3999\(67\)90010-4](https://doi.org/10.1016/0022-3999(67)90010-4)
- Holt-Lunstad, J. (2018). Why Social Relationships Are Important for Physical Health: A Systems Approach to Understanding and Modifying Risk and Protection. *Annual*

- Review of Psychology*, 69(Volume 69, 2018), 437–458.
<https://doi.org/10.1146/annurev-psych-122216-011902>
- Holt-Lunstad, J., Birmingham, W. C., & Light, K. C. (2015). Relationship quality and oxytocin: Influence of stable and modifiable aspects of relationships. *Journal of social and Personal Relationships*, 32(4), 472–490. <https://doi.org/10.1177/0265407514536294>
- Holt-Lunstad, J., Robles, T., & Sbarra, D. A. (2017). Advancing Social Connection as a Public Health Priority in the United States. *The American Psychologist*, 72(6), 517–530. <https://doi.org/10.1037/amp0000103>
- Holt-Lunstad, J., Smith, T. B., & Layton, J. B. (2010). Social Relationships and Mortality Risk: A Meta-analytic Review. *PLoS Medicine*. <https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1000316>
- Holt-Lunstad, J., Uchino, B., Smith, T., Olson, C., & Nealey-Moore, J. (2003). Social Relationships and Ambulatory Blood Pressure: Structural and Qualitative Predictors of Cardiovascular Function During Everyday Social Interactions. *Health psychology: official journal of the Division of Health Psychology, American Psychological Association*, 22, 388–397. <https://doi.org/10.1037/0278-6133.22.4.388>
- Hostinar, C. E. (2015). Recent developments in the study of social relationships, stress responses, and physical health. *Current Opinion in Psychology*, 5, 90–95. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2015.05.004>
- House, J. S. (1981). *Work stress and social support*. Addison-Wesley.
- Human Rights Watch. (2013). *Angola: Abusos policiais contra vendedores ambulantes em Luanda*. <https://www.hrw.org/pt/news/2013/09/30/251282>
- Hunssein, G. (2014). *Stress Causes, Effects and Management*. By Dr. Ali Garatli. SlideShare. <https://www.slideshare.net/slideshow/stress-main-presentation-pdf/29773566>
- Hussenoeder, F. S., Conrad, I., Pabst, A., Luppa, M., Stein, J., Engel, C., Zachariae, S., Zeynalova, S., Yahiaoui-Doktor, M., Glaesmer, H., Hinz, A., Witte, V., Wichmann, G., Kirsten, T., Löffler, M., Villringer, A., & Riedel-Heller, S. G. (2022). Different Areas of Chronic Stress and Their Associations with Depression. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(14), Artigo 14. <https://doi.org/10.3390/ijerph19148773>
- INE. (2022). *Indicadores de emprego e desemprego. Inquérito ao emprego em Angola*. (p. 18). INE-Instituto nacional de estatística. <https://www.ine.gov.ao/Arquivos/arquivosCarregados/>
- James, K., Stromin, J., Steenkamp, N., & Combrinck, M. (2023). Understanding the relationships between physiological and psychosocial stress, cortisol and cognition. *Frontiers in Endocrinology*, 14, 1085950. <https://doi.org/10.3389/fendo.2023.1085950>
- Jensen, D. H., & Jetten, J. (2015). Bridging and bonding interactions in higher education: Social capital and students' academic and professional identity formation. *Frontiers in Psychology*, 6(126). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.00126>
- Jetten, J., Haslam, C., Haslam, S., & Branscombe, N. (2009). The Social Cure. *Scientific American Mind*, 20, 26–33. <https://doi.org/10.1038/scientificamericanmind0909-26>

- Jetten, J., Haslam, C., Haslam, S., Dingle, G., & Jones, J. (2014). How Groups Affect Our Health and Well-Being: The Path from Theory to Policy. *Social Issues and Policy Review*, 8(1), 103–130. <https://doi.org/10.1111/sipr.12003>
- Jetten, J., Haslam, S. A., Cruwys, T., Greenaway, K. H., Haslam, C., & Steffens, N. K. (2017). Advancing the social identity approach to health and well-being: Progressing the social cure research agenda. *European Journal of Social Psychology*, 47(7), 789–802. <https://doi.org/10.1002/ejsp.2333>
- Johnson, S., Cooper, C., Cartwright, S., Donald, I., Taylor, P., & Millet, C. (2005). The experience of work-related stress across occupations. *Journal of Managerial Psychology*, 20(2), 178–187. <https://doi.org/10.1108/02683940510579803>
- Juárez-García, A., Flores-Jiménez, C.-A., Pelcastre-Villafuerte, B.-E., Juárez-García, A., Flores-Jiménez, C.-A., & Pelcastre-Villafuerte, B.-E. (2020). Factores psicosociales del trabajo y efectos psicológicos en comerciantes informales en Morelos, México: Una exploración mixta preliminar. *Revista de la Universidad Industrial de Santander. Salud*, 52(4), 402–413. <https://doi.org/10.18273/revsal.v52n4-2020007>
- Júnior, A. de S. S., & Santos, C. T. (2015). A gestão de cronograma em empresas de engenharia civil: Um estudo sobre os fatores determinantes. *Revista de Gestão e Projetos*, 6(1), 111–124. <https://periodicos.uninove.br/gep/article/view/9615>
- Kiecolt-Glaser, J. K., Loving, T. J., Stowell, J. R., Malarkey, W. B., Lemeshow, S., Dickinson, S. L., & Glaser, R. (2005). Hostile Marital Interactions, Proinflammatory Cytokine Production, and Wound Healing. *Archives of General Psychiatry*, 62(12), 1377–1384. <https://doi.org/10.1001/archpsyc.62.12.1377>
- Ko Ko, T., Dickson-Gomez, J., Yasmeen, G., Han, W. W., Quinn, K., Beyer, K., & Glasman, L. (2020). Informal workplaces and their comparative effects on the health of street vendors and home-based garment workers in Yangon, Myanmar: A qualitative study. *BMC Public Health*, 20(1), 524. <https://doi.org/10.1186/s12889-020-08624-6>
- Kompier, M., Cooper, C., & Geurts, S. (2010). A multiple case study approach to work stress prevention in Europe. *European Journal of Work and Organizational Psychology*, September 1, 371–400. <https://doi.org/10.1080/135943200417975>
- Lazarus, R. S. (1999). *Stress and emotion: A new synthesis* (pp. xiv, 342). Springer Publishing Co.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York, Ny: Springer publishing company. Publishing company.
- Lei das atividades comerciais. Lei nº 1/7, Lei nº 1/07 I Série-N.º58 (2007).
- Lei sobre a organização, exercício e funcionamento das atividades de comércio ambulante, feirante e de bancada de mercado, I Série nº 92, Presidente da República (2024).
- Lifschitz, J. A., & Bonomo, J. (2015). As quitadeiras de Minas Gerais: Memórias brancas e memórias negras. *Ciências Sociais Unisinos*, 51(2), 193–200. <https://doi.org/10.4013/csu.2015.51.2.09>
- Lima, M. L. P. de. (2018). *Nós e os outros: O poder dos laços sociais*. Fundação Francisco Manuel dos Santos.
- Lima, M. L. P. S. de. (2023). *Relações sociais e saúde* [2º Ciclo do Mestrado Psicologia social e Saúde].

- Lima, M. L. S. A. P. de. (1993). *Perceção do risco sísmico: Medo e ilusões de controlo*. [Tese de Doutoramento em Psicologia Social e Organizacional]. Instituto superior de ciências do trabalho e da empresa.
- Lima, M., Camilo, C., Quintal, F., & Lois, M. (2021). It is not enough to be a member: Conditions for health benefits in associative participation (Ser miembro no es suficiente: condiciones en las que la participación asociativa reporta beneficios para la salud). *International Journal of Social Psychology*, 36, 1–29. <https://doi.org/10.1080/02134748.2021.1942682>
- Lima, M. L., Marques, S., Muiños, G., & Camilo, C. (2017). All You Need Is Facebook Friends? Associations between online and Face-to-Face Friendships and Health. *Frontiers in Psychology*, 8. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00068>
- Limongi-França, A. C., & Rodrigues, A. L. (2014). *Stress e trabalho. Uma abordagem psicossomática (4ª)*. Atlas S. A.
- Linnenluecke, M. K. (2017). Resilience in Business and Management Research: A Review of Influential Publications and a Research Agenda. *International Journal of Management Reviews*, 19(1), 4–30. <https://doi.org/10.1111/ijmr.12076>
- Lobo, M. de C. C. N. K. (2021). *O empoderamento da mulher zungueira proposta de uma cooperativa* [Dissertação de mestrado de estudos sobre as mulheres]. Universidade Nova de Lisboa.
- Lopes, C. M. M. F. (2014). A economia informal em Angola: Breve panorâmica. *Revista Angolana de Sociologia*, 14, Artigo 14. <https://doi.org/10.4000/ras.1094>
- Lopes, C. M. M. G. F. (2007). *Elementos sobre o comportamento de compra em mercados informais: Estudo de caso no mercado Roque Santeiro (Luanda)*. [Tese de doutoramento em estudos africanos interdisciplinares]. Instituto Universitário de Lisboa] <https://repositorio.iscte-iul.pt/handle/10071/11879>
- Lopes, C. M. M. G. F. (2008). *Economia informal e processos de organização*. https://www.janusonline.pt/arquivo/2008/2008_4_2_4.html
- Lopes, C. N. (2018). Coping e religiosidade: Considerações e interações. *Revista Valore*, 3(1), Artigo 1. <https://doi.org/10.22408/reva31201873475-481>
- Lourenço, M. L., Vogt, S., & Corrêa, C. V. (2014). Identidade em organizações: Produção científica no Brasil no período de 2004-2013. *Revista Cesumar Ciências Humanas e Sociais Aplicadas*, 19(2), 439–462.
- Luamba, M. (2022). *Luanda vai acabar com a «zunga»? – DW* [DW]. dw.com. <https://www.dw.com/pt-002/angola-vai-o-governador-de-luanda-conseguir-acabar-com-a-zunga/a-63603421>
- Luz, V. S., & André, Á. B. V. (2021). Comércio informal, identidade e direito: O caso das zungueiras de Luanda. *Revista VIRUS*.
- Mafuani, F. A. (2019). Análise da situação sócio-económica das zungueiras como consequência da pobreza na província de Luanda. *Revista Espaço Acadêmico*, 19(218), Artigo 218. <https://periodicos.uem.br/ojs/index.php/EspacoAcademico/article/view/49886>
- Mahdiani, H., & Ungar, M. (2021). The dark side of resilience. *Adversity and Resilience Science*, 2(3), 147–155. <https://doi.org/10.1007/s42844-021-00031-z>

- Maia, Â., Sendas, S., Lopes, R., & Mendes, J. M. (2016). A eficácia das estratégias de coping após um evento traumático: Uma revisão sistemática. *e-Cadernos CES*, 25, Artigo 25. <https://doi.org/10.4000/eces.2058>
- Margaça, C., & Rodrigues, D. (2019). Espiritualidade e resiliência na adultez e velhice: Uma revisão. *Fractal: Revista de Psicologia*, 31, 150–157. <https://doi.org/10.22409/1984-0292/v31i2/5690>
- Matondo, M. (2020). *Em Defesa das Zungueiras e da Economia Informal*. <https://www.makaangola.org/2020/04/em-defesa-das-zungueiras-e-da-economia-informal/>
- Maulik, P. K. (2017). Workplace stress: A neglected aspect of mental health wellbeing. *The Indian Journal of Medical Research*, 146(4), 441–444. https://doi.org/10.4103/ijmr.IJMR_1298_17
- McRae, K., & Mauss, I. B. (2016). Increasing positive emotion in negative contexts: Emotional consequences, neural correlates, and implications for resilience. Em *Positive neuroscience* (pp. 159–174). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780199977925.003.0011>
- Merabet, N., Lucassen, P. J., Crielaard, L., Stronks, K., Quax, R., Sloot, P. M. A., la Fleur, S. E., & Nicolaou, M. (2022). How exposure to chronic stress contributes to the development of type 2 diabetes: A complexity science approach. *Frontiers in Neuroendocrinology*, 65, 100972. <https://doi.org/10.1016/j.yfrne.2021.100972>
- Mesquita, A. A., & Santos, D. R. dos. (2016). Avaliação das condições de trabalho e sofrimento psíquico em camelôs. *Revista Psicologia e Saúde*. [https://doi.org/10.20435/2177-093X-2016-v8-n2\(03\)](https://doi.org/10.20435/2177-093X-2016-v8-n2(03))
- Miranda, O. A., & Serra, E. de O. (2019). A presença do (in)visível: Análises socioimagéticas de mulheres zungueiras na cidade de Luanda/Angola. Sociabilidades urbanas. *Revista de Antropologia e Sociologia*, 3(7), 45–58. <http://www.cchla.ufpb.br/sociabilidadesurbanas/>
- Molix, L., & Bettencourt, B. A. (2010). Predicting well-being among ethnic minorities: Psychological empowerment and group identity. *Journal of Applied Social Psychology*, 40(3), 513–533. <https://doi.org/10.1111/j.1559-1816.2010.00585.x>
- Moncrieff, G., & Fletcher, J. (2007). Tiredness. *BMJ (Clinical Research Ed.)*, 334(7605), 1221. <https://doi.org/10.1136/bmj.39182.615405.94>
- Monteiro, I. L. C. (2012). *Modos de vida e de trabalho das mulheres que zungam em Luanda* [Dissertação mestrado em serviço social]. Pontifícia Universidade Católica de São Paulo]. <https://repositorio.pucsp.br/xmlui/handle/handle/17590>
- Moos, R. H., & Swindle, R. W. (1990). Stressful life circumstances: Concepts and measures. *Stress. Medicine*, 6(3), 171–178. <https://doi.org/10.1002/smi.2460060302>
- Moura, E. P. G. de. (2022). Descolonizar o pensamento: Sobre a colonialidade da psicologia. *Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento*, 07(12), 98–111. <https://www.nucleodoconhecimento.com.br/psicologia/colonialidade-da-psicologia>
- Nahas, M. V. (2017). *Atividade física, saúde e qualidade de vida: Conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo* (7ª). https://sbafs.org.br/admin/files/papers/file_llduWnhVZnP7.pdf

- Nakigudde, J., Musisi, S., Ehnvall, A., Airaksinen, E., & Agren, H. (2009). Adaptation of the multidimensional scale of perceived social support in a Ugandan setting. *African Health Sciences*, 9 Suppl 1(Suppl 1), S35-41.
- Ndomba, B. (2020). *Pandemia agrava situação das vendedoras ambulantes em Angola-DW*. DW-Develomp Worshoping. <https://www.dw.com/pt>
- Noblet, A., & LaMontagne, A. D. (2006). The role of workplace health promotion in addressing job stress. *Health Promotion International*, 21(4), 346–353. <https://doi.org/10.1093/heapro/dal029>
- Nunes, A. (2021). *O papel da igreja na renovação da esperança e da moral de um povo em crise de valores e de subsistência*. In *Catedral da Igreja Nosso Senhor Jesus Cristo no Mundo: Luanda, Angola*. Conferência, Luanda: Angola.
- Ogden, J. (2004). *Psicologia da Saúde* (2ª). CLIMEPSI.
- Oliveira, V. (2016). Mulher e comércio: A participação feminina nas redes comerciais em Luanda (século XIX), in Edvaldo Bergamo, Selma Pantoja, and Ana Cláudia Silva, eds., *Angola e as Angolanas: Memória, Sociedade e Cultura*. *Revista academia edu*, 133–152. https://www.academia.edu/27538639/2016_Mulher_e_com%C3%A9rcio
- Oliveira, V. D. S. (2018). Donas, pretas livres e escravas em Luanda (Séc. XIX). *Estudos Ibero-Americanos*, 44(3), 447. <https://doi.org/10.15448/1980-864X.2018.3.29583>
- Palmer, S., & Cooper, C. (2010). *Como lidar com o stress altere a sua forma de pensar. Mude o seu comportamento. Aumente a sua confiança*.
- Pantoja, S. (2004). Conexões e identidades de gênero no caso Brasil e Angola, Sécs XVIII-XIX. *Universidade de Brasília - UnB*.
- Pantoja, S. (2008). Da Kitanda à quitanda. *Revista de História*.
- Panzini, R. G., & Bandeira, D. R. (2005). Escala de coping religioso-espiritual (Escala CRE): Elaboração e validação de construto. *Psicologia em Estudo*, 10, 507–516. <https://doi.org/10.1590/S1413-73722005000300019>
- Paola, R. T. D., Ferney, R. D., & Julieth, T. T. A. (2018). Análisis comparativo de los niveles de ansiedad y estrés entre vendedores autorizados y no autorizados del Municipio de Mosquera. *Universidad de cundinamarca*, 89. <https://www.semanticscholar.org/paper/An%C3%A1lisis-comparativo>
- Pargament, K. I. (1997). *The psychology of religion and coping: Theory, research, practice* (pp. xii, 548). Guilford Press.
- Pargament, K. I., Koenig, H. G., & Perez, L. M. (2000). The many methods of religious coping: Development and initial validation of the RCOPE. *Journal of Clinical Psychology*, 56(4), 519–543. [https://doi.org/10.1002/\(sici\)1097-4679\(200004\)56:4<519:aid-jclp6>3.0.co;2-1](https://doi.org/10.1002/(sici)1097-4679(200004)56:4<519:aid-jclp6>3.0.co;2-1)
- Pargament, K. I., & Raiya, H. A. (2007). A decade of research on the psychology of religion and coping: Things we assumed and lessons we learned. *Psyke & Logos*, 28(2), Artigo 2. <https://doi.org/10.7146/pl.v28i2.8398>

- Pargment, K. I. (1997). *The psychology of religion and coping: Theory, research, practice*. Guilford press. <https://www.routledge.com/The-Psychology-of-Religion-and-Coping-Theory-Research-Practice/Pargament/p/book/9781572306646>
- Passeira, A. V. P. (2011). *Stress laboral na SPS*. [Dissertação de mestrado em segurança e higiene no trabalho]. Instituto Politécnico de Setúbal.
- Petrie, J. R., Guzik, T. J., & Touyz, R. M. (2018). Diabetes, Hypertension, and cardiovascular disease: Clinical Insights and Vascular Mechanisms. *Canadian Journal of Cardiology*, 34(5), 575–584. <https://doi.org/10.1016/j.cjca.2017.12.005>
- Pienaar, J., & Rothmann, S. (2006). Occupational stress in the South African police service. *SA Journal of Industrial Psychology*, 32(3), Artigo 3. <https://doi.org/10.4102/sajip.v32i3.439>
- Portal do Governo Provincial de Luanda. (2023, maio 22). *Reordenamento do comércio nas avenidas Cónego Manuel das Neves e Ngola Kiluanje*. <https://luanda.gov.ao/ao/noticias/comunicado-2-2-2/>
- Postmes, T., Haslam, S. A., & Jans, L. (2013). A single-item measure of social identification: Reliability, validity, and utility. *The British Journal of Social Psychology*, 52(4), 597–617. <https://doi.org/10.1111/bjso.12006>
- Queiróz, F. (2016). *Economia informal. O caso Angola*. Almedina.
- Queiroz, L. H. C. R. D. (2016). *Entre legados coloniais e agências: As zungueiras na produção do espaço urbano de Luanda* [Dissertação de mestrado em desenvolvimento e cooperação internacional]. Universidade Brasília-UnB.
- Rahman, S. (2019). Exploring socio-economic and psychological condition of street vendors of barishal city: Evidence from bangladesh. *American Journal of Humanities and social*, 7(2), 1–15. <https://doi.org/10.11634/232907811705982>
- Ramos, M. V., Lima, M. L. S. A. P. de, & Veloso, H. C. da G. F. (2024). Causa do stress no dia-a-dia da venda ambulante das zungueiras de Luanda. Um Estudo Qualitativo. *Revista Academicus: Revista Multidisciplinar*, 2(1), Artigo 1. <https://www.ajol.info/index.php/academicus/article/view/273133>
- Ramos, M. V., Lima, M. L. S. A. P. de, & Veloso, H. C. da G. F. (2025). O papel das identidades sociais enquanto atenuadores do impacto do stress na saúde das zungueiras de Luanda: Um estudo qualitativo. *Sapientiae*, 10(2), 124–140. <https://doi.org/10.37293/sapientiae102>
- Repetti, R. L., Taylor, S. E., & Seeman, T. E. (2002). Risky Families: Family Social Environments and the mental and Physical Health of Offspring. *Psychological Bulletin*, 128(2), 330-366. <https://doi.org/10.1037//0033-2909.128.2.330>
- Ribas, Ó. (1997). *Dicionário de regionalismos angolanos*. Matosinhos, Contemporânea.
- Richardson, K. M., & Rothstein, H. R. (2008). Effects of occupational stress management intervention programs: A meta-analysis. *Journal of Occupational Health Psychology*, 13(1), 69–93. <https://doi.org/10.1037/1076-8998.13.1.69>
- Richter-Levin, G., & Xu, L. (2018). How could stress lead to major depressive disorder? *IBRO Reports*, 4, 38–43. <https://doi.org/10.1016/j.ibror.2018.04.001>

- Rocha, M. J. A. da. (2011). *Estabilização reformas e desenvolvimento em Angola (2ª)*. Mayamba.
- Rocha, W. H. A. da. (2021). *Descolonizando a Psicologia: Contribuições para uma prática popular*. SlideShare. <https://pt.slideshare.net/slideshow/descolonizando-a-psicologia-contribuiues-para-uma-prtica-popular/241093101>
- Rogério, E. (2021). *Covid-19. «Zungueiras» em Luanda sem lucros «batalham» apenas para o pão dos filhos*. Observador. <https://observador.pt/2021/03/19/covid-19-zungueiras-em-luanda-sem-lucros-batalham- apenas-para-o-pao-dos-filhos/>
- Saad, M., & Medeiros, R. de. (2012). Spiritual-Religious Coping – Health Services Empowering Patients’ Resources. Em *Complementary Therapies for the Contemporary Healthcare*. IntechOpen. <https://doi.org/10.5772/50443>
- Sadir, M. A., & Lipp, M. E. N. (2011). As fontes de stress no trabalho. *Revista de Psicologia da IMED*, 1(1), 114–126. <https://doi.org/10.18256/2175-5027/psico-imed.v1n1p114-126>
- Salomão, J. (2016). Mulher zungueira: O reflexo da economia angolana. *Revista academia edu*. <https://www.academia.edu/25172490/Mulher>
- Samba, S. J. (2012). *Significados do trabalho informal em Luanda: Luta, coragem e persistência nas vozes dos jovens migrantes* [Tese de doutoramento em Serviço Social]. Pontifícia Universidade Católica de São Paulo. <https://repositorio.pucsp.br/xmlui/handle/handle/17565>
- Sani, F., Herrera, M., Wakefield, J. R. H., Boroch, O., & Gulyas, C. (2012). Comparing social contact and group identification as predictors of mental health. *British Journal of Social Psychology*, 51(4), 781–790. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8309.2012.02101.x>
- Santos, A. de O. (2018). Saúde mental da população negra: Uma perspectiva não institucional. *Revista da Associação Brasileira de Pesquisadores/as Negros/as (ABPN)*, 10(24), Artigo 24. <https://abpnrevista.org.br/site/article/view/583>
- Santos, A. M., & Castro, J. J. de. (1998). Stress. *Análise Psicológica*, 4(15), 675–690. <https://docplayer.com.br/24682152-Stress-abel-matos-santos-joao-jacome-de-castro.html>
- Santos, D. R. dos, & Mesquita, A. A. (2016). Avaliação das condições de trabalho e sofrimento psíquico em camelôs. *Revista Psicologia e Saúde*, 8(2), 29–42. [https://doi.org/10.20435/2177-093X-2016-v8-n2\(03\)](https://doi.org/10.20435/2177-093X-2016-v8-n2(03))
- Santos, E. M. dos. (2019). *Tuberculose na Província do Huambo-Angola*. [Tese de doutoramento em Saúde pública]. Universidade do Porto <https://repositorio-aberto.up.pt/handle/10216/120579>
- Santos, O. A. dos. (2010). *Do pregão da avó Ximinha ao grito da zungueira. Trajetórias femininas no comércio de rua em Luanda* [Dissertação de mestrado em estudos étnicos e Africanos]. Universidade Federal da Bahia. <https://www.livrosgratis.com.br/ler-livro-online>
- Santos, O. A. dos. (2020). Entre tradições locais e saberes transnacionais: Subsídios para uma leitura. “Sul-Sul” dos comércios de rua de Salvador e de Luanda. *Revista da Associação Brasileira de Estudos Africanos*, 4(4), 152–182.
- Santos, J. da C., & Santos, M. L. da C. (2005). Descrevendo o estresse. *PRINCIPIA, João Pessoa*, 12, 51–16.

- Santos, O. (2011). Mamãs quitandeiras, kinguilas e zungueiras: Trajectórias femininas e quotidiano de comerciantes de rua em Luanda. *Revista Angolana de Sociologia*, 8, Artigo 8. <https://doi.org/10.4000/ras.510>
- Sarason, B. R., Sarason, I. G., Hacker, T. A., & Basham, R. B. (1985). Concomitants of social support: Social skills, physical attractiveness, and gender. *Journal of Personality and Social Psychology*, 49(2), 469–480. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.49.2.469>
- Saveca, P. T. A., Montero, F. P., & Tembe, V. A. (2020). O stress ocupacional como factor principal de risco psicossocial no ambiente de trabalho. *O portal dos psicólogos*, 16.
- Scheepers, D., & Ellemers, N. (2019). Social Identity Theory. Em K. Sassenberg & M. L. W. Vliek (Eds.), *Social Psychology in Action: Evidence-Based Interventions from Theory to Practice* (pp. 129–143). Springer International Publishing. https://doi.org/10.1007/978-3-030-13788-5_9
- Schetter, C. D., & Dolbier, C. (2011). Resilience in the Context of Chronic Stress and Health in Adults. *Social and personality psychology compass*, 5(9), 634–652. <https://doi.org/10.1111/j.1751-9004.2011.00379.x>
- Schwarzer, R., & Leppin, A. (1991). Social support and health: A theoretical and empirical overview. *Journal of social and Personal Relationships*, 8(1), 99–127. <https://doi.org/10.1177/0265407591081005>
- Seia, E. (2023). "Zunga não vai acabar", gritam centenas de vendedoras em manifestação contra reordenamento da venda ambulante em Luanda. Novo Jornal. <https://www.novojornal.co.ao/sociedade/interior>
- Selye, H. (1956). *The stress of life* (pp. xvi, 324). McGraw-Hill.
- Sepadi, M. M., & Nkosi, V. (2022). Environmental and occupational health exposures and outcomes of informal street food vendors in South africa: A quasi-systematic review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(3), 1348. <https://doi.org/10.3390/ijerph19031348>
- Seymour-Smith, M., Cruwys, T., Haslam, S. A., & Brodribb, W. (2017). Loss of group memberships predicts depression in postpartum mothers. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 52(2), 201–210. <https://doi.org/10.1007/s00127-016-1315-3>
- Shannonhouse, L., McMartin, J., Sacco, S. J., Hall, M. E. L., Park, C. L., Kim, D., Silverman, E., Kopic, K., & Aten, J. (2023). Spiritual surrender: Measurement of an emic Christian religious coping strategy. *Spirituality in Clinical Practice*, No Pagination Specified-No Pagination Specified. <https://doi.org/10.1037/scp0000314>
- Shrivastava, S. R., Shrivastava, P. S., & Ramasamy, J. (2015). Necessity of globally implementing the comprehensive mental health action plan: World Health Organization. *Journal of Neurosciences in Rural Practice*, 6(4), 626–627. <https://doi.org/10.4103/0976-3147.169779>
- Silva, L. C. da, & Salles, T. L. de A. (2016). O estresse ocupacional e as formas alternativas de tratamento. *Revista de carreiras e pessoas*, 6(2), 234–247.
- Simões, A. J. R. (2016). *A investigação qualitativa Tomo I: Metodologia de investigação científica*.
- Sims-Schouten, W., & Gilbert, P. (2022). Revisiting 'resilience' in light of racism, 'othering' and resistance. *Race & Class*, 64(1), 84–94. <https://doi.org/10.1177/03063968221093882>

- Slivestre, A. L. (2007). *Análise de dados e estatística descritiva*. Escolar.
- Sneed, R. S., & Cohen, S. (2014). Main and Buffering Effect of Social Support. Em A. C. Michalos (Ed.), *Encyclopedia of Quality of Life and Well-Being Research* (pp. 3740–3743). Springer Netherlands. https://doi.org/10.1007/978-94-007-0753-5_239
- Sousa, F. R. de. (2014). *Entre a vulnerabilidade e o enfrentamento: Jovens atores da economia informal na cidade de Luanda*. [Dissertação de mestrado em sociologia]. Universidade de Coimbra.
- Sousa, F. R. de. (2016). «Zungar» pela cidade: Jovens actores na informal em Luanda. Mulemba.
- Spitzer, S. B., Llabre, M. M., Ironson, G. H., Gellman, M. D., & Schneiderman, N. (1992). The influence of social situations on ambulatory blood pressure. *Psychosomatic Medicine*, 54(1), 79–86. <https://doi.org/10.1097/00006842-199201000-00010>
- Stroebe, W. (2011). *Social Psychology and Health* (2ª). McGrawHill education (UK).
- Tajfel, H. (1975). The exit of social mobility and the voice of social change: Notes on the social psychology of intergroup relations. *Social Science Information*, 14(2), 101–118. <https://doi.org/10.1177/053901847501400204>
- Tajfel, H., & Turner, J. (1979). *An Integrative Theory of Intergroup Conflict*. <https://library.alnap.org/help-library/an-integrative-theory-of-intergroup-conflict>
- elo, F. C. A. (2021). Mulheres e comércio (informal) em Luanda: Um olhar para além da crise pandémica de Covid19. *Revista Espaço Acadêmico*, 21, 13–24. <https://periodicos.uem.br/ojs/index.php/EspacoAcademico/article/view/59380>
- Thoits, P. A. (2011). Mechanisms Linking Social Ties and Support to Physical and Mental Health. *Journal of Health and Social Behavior*, 52(2), 145–161. <https://doi.org/10.1177/0022146510395592>
- Thuné-Boyle, I. C. V. (2022). Religiousness and spirituality in coping with cancer. Em *Psychological aspects of cancer: A guide to emotional and psychological consequences of cancer, their causes, and their management*, 2nd ed (pp. 119–146). Springer Nature Switzerland AG. https://doi.org/10.1007/978-3-030-85702-8_8
- Todorovic, B., Trifunovic, D., Jonev, K., & Filipovic, M. (2017). Contribution to Enhancement of Critical Infrastructure Resilience in Serbia. Em I. Linkov & J. M. Palma-Oliveira (Eds.), *Resilience and Risk* (pp. 531–551). Springer Netherlands. https://doi.org/10.1007/978-94-024-1123-2_22
- Uchino, B. (2004). Social Support and Physical Health: Understanding the Health Consequences of Relationships. *American Journal of Epidemiology*, 161, 297–298. <https://doi.org/10.12987/yale/9780300102185.001.0001>
- Uchino, B. N. (2009). Understanding the Links Between Social Support and Physical Health: A Life-Span Perspective With Emphasis on the Separability of Perceived and Received Support. *Perspectives on Psychological Science*, 4(3), 236–255. <https://doi.org/10.1111/j.1745-6924.2009.01122.x>
- Uchino, B. N. (2009). What a lifespan approach might tell us about why distinct measures of social support have differential links to physical health. *Journal of social and Personal Relationships*, 26(1), 53–62. <https://doi.org/10.1177/0265407509105521>

- Uchino, B. N., Bowen, K., Carlisle, M., & Birmingham, W. (2012). Psychological Pathways Linking Social Support to Health Outcomes: A Visit with the “Ghosts” of Research Past, Present, and Future. *Social science & medicine (1982)*, 74(7), 949–957. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2011.11.023>
- Vaga, N. (2017). *Associação alerta que "zunga" em Luanda é o único sustento para milhares de famílias*. Novo Jornal. <https://novojornal.co.ao/sociedade/interior/associacao>
- Vaga, N. (2020). *Agente que matou vendedora Juliana Cafrique condenado a 16 anos de prisão*. Novo Jornal. <https://www.novojornal.co.ao/sociedade/interior/agente>
- Vallasamy, S. K., Muhadi, S., & Kumaran, S. (2023). Underlying Factors that Contributed to Job Stress in an Organisation. *Journal of Business and Social Sciences Research*, 13, 1239–1250. <https://doi.org/10.6007/IJARBSS/v13-i5/16906>
- Van Breda, A. (2018). A Critical review of resilience theory and its relevance for social work. *Social Work*, 54(1). <https://doi.org/10.15270/54-1-611>
- Viegas, F. (2015). *A gestão da doença no espaço sociocultural e urbano de Luanda. Os curandeiros tradicionais e os neotradicionais*. Kilombelombe.
- Vila, J. (2021). Social Support and Longevity: Meta-Analysis-Based Evidence and Psychobiological Mechanisms. *Frontiers in Psychology*, 12, 717164. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.717164>
- Wakefield, J. R. H., Kellezi, B., Stevenson, C., McNamara, N., Bowe, M., Wilson, I., Halder, M. M., & Mair, E. (2022). Social Prescribing as ‘Social Cure’: A longitudinal study of the health benefits of social connectedness within a Social Prescribing pathway. *Journal of Health Psychology*, 27(2), 386–396. <https://doi.org/10.1177/1359105320944991>
- Walinga, J. (2019). *Health and Stress. In introduction to psychology*. University of Saskatchewan Open Press. <https://openpress.usask.ca/introductiontopsychology/chapter/health-and-stress/>
- Wang, X., Sun, J., Scott, I., & Sun, Z. (2024). Exploring gender-based spatio-temporal patterns of informal street vending: A case study in Fangshan District, Beijing, China. *Transactions in Planning and Urban Research*, 3(1–2), 47–63. <https://doi.org/10.1177/27541223241242007>
- Ware, J. E., & Sherbourne, C. D. (1992). The MOS 36-item short-form health survey (SF-36). I. Conceptual framework and item selection. *Medical Care*, 30(6), 473–483.
- Weiser, E. (2014). *Stress, Lifestyle, and Health* (p. 52).
- Wong, K., Chan, A. H. S., & Ngan, S. C. (2019). The effect of long working hours and overtime on occupational health: A meta-analysis of evidence from 1998 to 2018. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(12), 2102. <https://doi.org/10.3390/ijerph16122102>
- World Health Organization. (2004). *Promoting mental health: Concepts, emerging evidence, practice: summary report*. World Health Organization. <https://iris.who.int/handle/10665/42940>
- Ysseldyk, R., McQuaid, R. J., McInnis, O. A., Anisman, H., & Matheson, K. (2018). The ties that bind: Ingroup ties are linked with diminished inflammatory immune responses and fewer mental health symptoms through less rumination. *PLOS ONE*, 13(4), e0195237. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0195237>

Zola, P. F. M. (2023). *Focus, faith and strenght. In project bantu tocoísta sikama* [Workshop].
https://youtu.be/qTSj0suMjX0?si=DOG2_WR6VyPYx-2J

Consentimento informado do estudo 1 (capítulo 3)



CONSENTIMENTO INFORMADO

O presente estudo surge no âmbito de um projeto de investigação a decorrer no **ISCTE – Instituto Universitário de Lisboa**. O estudo tem por objetivo de caracterizar os níveis de stress nas zungueiras vendedoras dos mercados informais na cidade de Luanda-Angola.

O estudo é realizado por Madalena Vanda Ramos estudante do doutoramento, com orientação da DRA Luísa Lima, e da coorientação da DRA Helena Veloso. Vandarms18@gmail.com, que poderá contactar caso pretenda esclarecer uma dúvida ou partilhar algum comentário.

A sua participação no estudo, que será muito valorizada pois irá contribuir para o avanço do conhecimento neste domínio da ciência, consiste em saber o dia-a-dia das zungueiras no contexto das zunga, conhecer o seu nível de stress na zunga e por último identificar as identidades sociais mais relevantes que as protege ou as que prejudica do stress. Para tal iremos fazer algumas questões pessoais, ou seja, das variáveis sociodemográficas e as do fórum da investigação do projeto do doutoramento, através do guião de entrevista, acompanhado de um gravador de voz, com a duração de uma única secção em 1 hora e a assinatura do consentimento. Não existem riscos significativos expectáveis associados à participação no estudo.

A participação no estudo é estritamente **voluntária**: pode escolher livremente participar ou não participar. Se tiver escolhido participar, pode interromper a participação em qualquer momento sem ter de prestar qualquer justificação. Para além de voluntária, a participação é também **anónima e confidencial**. Os dados obtidos destinam-se apenas a tratamento estatístico e nenhuma resposta será analisada ou reportada individualmente. Em nenhum momento do estudo precisa de se identificar.

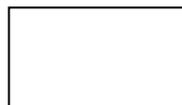
Declaro ter compreendido os objetivos de quanto me foi proposto e explicado pela investigadora, ter-me sido dada oportunidade de fazer todas as perguntas sobre o presente estudo e para todas elas ter obtido resposta esclarecedora, pelo que **aceito** nele participar.

_____ (local), ____/____/____ (data).

Nome: _____

Assinatura: _____

Em caso de não souber assinar coloque o dedo:



Guião de entrevista

Dados sociodemográficos – Identificação da pessoa entrevistada

Com quem vives atualmente:

Pai Mãe Filhos marido
familiares _____

Qual é a sua idade? _____

Qual é o seu estado civil?

Solteira

Casada ou união de facto

Divorciada ou separada

Viúva

Qual é a sua origem étnica?

Bakongo

Ambundu

Ovimbund

Ngangela

Quais são as suas habilitações académicas

Nhaneka-Humbi

Sem escolaridade

Ovambó

1.º ciclo

Tchokwe

2.º ciclo

Ensino médio

Ensino superior: _____

Situação fase ao emprego:

Zungueira a menos de 1 ano

Zungueira a 1 ano

Zungueira a mais de 1 ano

Tens filhos Sim Não Quantos? _____

Perguntas da entrevista nas zungueiras

1-Fale-me de um pouco do porque é que começou a zungar.

2-Como aprendeu a zungar?

3-Conte-nos um pouco do seu dia-a-dia na zunga.

4-Que tipo de negócio mais usa na zunga?

5-O que é que gostas mais na zunga e quando é que sai satisfeita da zunga?

- 6-Quais são as maiores dificuldades que sentes na zunga?
- 7-Como é a tua relação com as outras zungueiras? Fala-me de um pouco das tuas colegas da zunga?
- 8-Como é a relação com os clientes?
- 9-Como é a relação com a polícia? E qual é dificuldade que vocês têm com a polícia?
- 10-Como consegues zungar e tratar da família?
- 11-A zunga provoca stress? Em quê situação?
- 12-Quando saís da zunga como tens sentido o teu corpo?
- 13-Acha que o trabalho da zunga provoca alguma doença?
- 14-Sentes Depressão? Fadiga? Ansiedade?
- 15-Quem é que te ajuda quando as coisas estão complicadas na zunga?
- 16-Com quem podes contar para te emprestar dinheiro se precisares?
- 17-Há alguma pessoa que podes contar quando precisa de ajuda? E com quem podes contar para tomar conta dos teus filhos se tiveres de ir zungar?
- 18-Com quem é que falas dos teus problemas da zunga?
- 19-A que grupos pertences? Com que grupo costuma conversar, encontrar-te, reunir?
- 20-Quem você acha que prejudica o vosso trabalho de zunga?
- 21-Fale-me um pouco do desprezo ou discriminação que já sentiste por ser zungueira?
- 22-Podemos conversar sobre o teu grupo de pertença como: família, irmãos (biológico, cristo), vizinhos, esposo. Quem mais dá força ou apoio para continuares com a zunga?
- 23-Grupos familiares? Grupo desportivo? Grupo de vizinhas? Grupo de zungueiras? Grupo religioso? Grupo de mães?
- 24-Quais destes grupos dão mais apoio para continuar na zunga?
- 25-Durante a zunga existe alguma parada de solidariedade com vosso trabalho?
- 26-Nesta parada estão divididas por províncias ou estão misturadas?
- 27-Fale-me um pouco do apoio ou se tem alguém que dá opinião que tipo de negócio vais ter de comprar para poder zungar?

Consentimento informado do estudo 2 (capítulo 4)



[CIS - Centro de Investigação e Intervenção Social]

CONSENTIMENTO INFORMADO

O presente estudo surge no âmbito de um projeto de investigação a decorrer no **ISCTE – Instituto Universitário de Lisboa**. O estudo tem por objetivo de caracterizar os níveis de stress nas zungueiras da cidade de Luanda-Angola.

O estudo é realizado por Madalena Vanda Ramos, estudante do doutoramento, que poderá contactar caso pretenda esclarecer uma dúvida ou partilhar algum comentário (vandarms@hotmail.com). Tem a orientação da Professora Doutora Luísa Lima e a coorientação da professora Doutora Helena Veloso.

A sua participação no estudo, será muito valorizada pois irá contribuir para o avanço do conhecimento neste domínio da ciência. Consiste em avaliar os diferentes fatores de *stress* das zungueiras; comparar os níveis de *stress* entre as zungueiras dos mercados formais e informais; avaliar a ligação do *stress* a problemas de saúde; e por último avaliar o papel moderador da identidade social. Para tal iremos pedir-lhe que responda a algumas questões através do questionário, numa única sessão com a duração de, no máximo, 1 hora. Não existem riscos significativos expectáveis associados à participação no estudo.

A sua participação no estudo é estritamente **voluntária**: pode escolher livremente participar ou não participar. Se tiver escolhido participar, pode interromper a participação em qualquer momento sem ter de prestar qualquer justificação. Para além de voluntária, a participação é também **anónima** e **confidencial**. Os dados serão sujeitos a tratamento estatístico em grupo realizado pelas autoras do estudo, e nenhuma resposta será analisada ou reportada individualmente. Em nenhum momento do estudo precisa de se identificar e não haverá qualquer registo de dados de identificação

Declaro ter compreendido os objetivos de quanto me foi proposto e explicado pela investigadora, ter-me sido dada oportunidade de fazer todas as perguntas sobre o presente estudo e para todas elas ter obtido resposta esclarecedora, pelo que **aceito** nele participar.

_____ (local), ____ / ____ / ____ (data).

Nome: _____

Assinatura: _____

Questionário do estudo 2

Qual é a sua idade? _____

Qual é o seu estado civil?

Solteira

Casada ou união de facto

Divorciada ou separada

Viúva

Com quem vive atualmente?

Quais são as suas habilitações?

Sem escolaridade

Ensino Primário (1.^a a 6.^a classe)

1.^o Ciclo do ensino secundário (7.^a a 9.^a)

2.^o Ciclo do ensino secundário (10.^a a 12.^a ou 13.^a)

Ensino superior

Qual é a sua Religião?

Tem filhos?

Sim Não

Quantos filhos? _____

Onde zunga?

Na praça Na rua

Há quantos anos trabalha na zunga?

Menos de 1 ano

Mais de 1 ano

Mais de 5 anos

Quantos dias trabalha por semana?

Qual é a sua origem étnica?

Ambundo

Bakongo

Ngangela

Nhaneka-Humbi

Ovambó

Ovimbundo

Tchokwe

Outros

1-Está satisfeita com seu trabalho de zungar?



Nada satisfeita



Pouco
satisfeita



Satisfeita



Muito satisfeita



Muitíssimo
satisfeita

P2 - Como acha que é o seu trabalho na zunga?

Não causa stress É um pouco stressante É stressante É muito stressante É muitíssimo stressante



P3 - Como consegue gerir o trabalho de casa e o trabalho da zunga?

P4-Vou agora dizer uma série de aspetos da sua vida na zunga. Pode dizer para cada um deles até que ponto lhe causa stress?

Não causa stress	É um pouco stressante	É stressante	É muito stressante	É muitíssimo stressante
------------------	-----------------------	--------------	--------------------	-------------------------

O sol, o calor					
A chuva					
As poeiras					
O barulho					

As corridas					
O trânsito – os carros, as motas					
O peso de carregar o negócio na cabeça, nas mãos ou costas					
A desorganização					
A falta de segurança					

Não causa stress	É um pouco stressante	É stressante	É muito stressante	É muitíssimo stressante
------------------	-----------------------	--------------	--------------------	-------------------------

Falta de condições de trabalho (casa de banho)					
Não vender, o negócio não andar					
Não levar dinheiro para casa					
A polícia levar o negócio					

<p>A violência da polícia (bater com porrete, insultar)</p>	
<p>A intervenção dos fiscais de forma violenta</p>	
<p>A intervenção dos polícias de forma violenta</p>	
<p>Os clientes que tratam mal as zungueiras</p>	
<p>Problemas com outras zungueiras</p>	

Não causa stress	É um pouco stressante	É stressante	É muito stressante	É muitíssimo stressante
------------------	-----------------------	--------------	--------------------	-------------------------

Preocupação com os filhos					
Ter de levar os filhos para a zunga					
Perda de negócio por furto (indivíduos que se fazem passar como clientes)					
Perda de negócio pelos fiscais ou os fiscais levam o negócio					

P5-Em geral, diria que a sua saúde é:

- Ótima (1)
- Muito boa (2)
- Boa (3)
- Razoável (4)
- Fraca (5)

P6-As perguntas que se seguem pretendem avaliar a forma como se sentiu e como lhe correram as coisas nas últimas quatro semanas. Para cada pergunta, assinale o número que melhor descreve a forma como se sentiu. Quanto tempo, nas últimas 4 semanas...

	Sempre	A maior parte do tempo	Algum tempo	Pouco tempo	Nunca
...se sentiu cheia de vitalidade.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...se sentiu nervosa.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...se sentiu deprimida, que nada a animava.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...se sentiu calma e tranquila.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...se sentiu com muita energia.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...se sentiu deprimida.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...se sentiu estafada.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...se sentiu feliz.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
...se sentiu cansada.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

P7-Por favor, diga em que medida são verdadeiras ou falsas as seguintes afirmações.

	Absolutamente falso	Falso	Não sei	Verdadeiro	Absolutamente verdadeiro
Parece que adoeço mais facilmente do que os outros.	<input type="radio"/>				
Sou tão saudável como qualquer outra pessoa.	<input type="radio"/>				
Estou convencida que a minha saúde vai piorar.	<input type="radio"/>				
A minha saúde é ótima.	<input type="radio"/>				

P8-Até que ponto é importante para si a pertença dos seguintes grupos?

Grupo	Não é importante	É pouco importante	É importante	É muito importante	É muitíssimo importante
A sua família	<input type="checkbox"/>				
As suas amigas	<input type="checkbox"/>				
As vizinhas	<input type="checkbox"/>				
O grupo das zungueiras	<input type="checkbox"/>				
O grupo da igreja	<input type="checkbox"/>				
O grupo da kixikila	<input type="checkbox"/>				
AVAL (Associação dos vendedores ambulantes de Luanda)	<input type="checkbox"/>				

9-Até que ponto cada um destes grupos a apoia quando tem problemas?

Grupo	Não apoia	Apoia pouco	Apoia	Apoia muito	Apoia muitíssimo
A sua família					
As suas amigas					
As vizinhas					
O grupo das zungueiras					
O grupo da igreja					
O grupo da kixikila					
AVAL (Associação dos vendedores ambulantes de Luanda)					

P10 - Quem prejudica o vosso trabalho na zunga?

	Não prejudique	Prejudica pouco	Prejudica	Prejudica muito	Prejudica muitíssimo
Fiscais	<input type="checkbox"/>				
Polícias	<input type="checkbox"/>				
Gatunos	<input type="checkbox"/>				
Clientes	<input type="checkbox"/>				

Fale-me agora um pouco da sua vida na zunga.

P11-Quantas horas em média por dia fica na zunga?

12- Quanto é que ganha por dia (renda média)?

P13-O que é que a levou a zungar?

P14-Até que ponto a zunga ajuda?

Zunga	Não ajuda	Ajuda pouco	Ajuda	Ajuda muito	Ajuda muitíssimo
Ajuda a ter acesso a educação	<input type="checkbox"/>				
Ajuda a cuidar a sua saúde	<input type="checkbox"/>				
Ajuda a sustentar os seus filhos	<input type="checkbox"/>				
Ajuda a pagar propina dos filhos	<input type="checkbox"/>				

Obrigada pela sua colaboração!

Anexo C

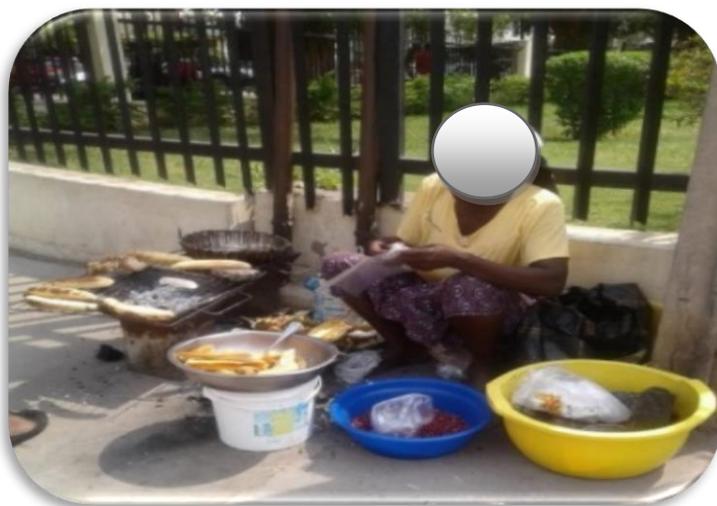
Fotografias das zungueiras



Nota: Foto própria: Cliente comprando frutas da zungueira (2019)



Nota: Foto própria: Zungueira vendendo bolos com seu filho ao colo.



Nota: Foto própria: Zungueira vendendo negócio banana com ginguba preparada no fogareiro (2019)



Nota: Foto própria: zungueira vendendo de noite (2019)



Nota: Foto própria: Zungueira vendendo os negócios na cabeça e nas mãos (2019)



Nota: Zungueira no tempo da quarentena. (2020)
<https://www.facebook.com/photo.php?fbid=2589449491159556&set=pb.10000>



Nota: Foto própria: zungueira respondendo as questões com negócio. (2021).



Nota: Foto própria: Zungueira com negócio as costas e na cabeça. (2021)



Nota: Foto própria: Zungueiras circulando com os seus negócios na cabeça, (2021)



Nota: Foto própria: Zungueiras circulando a pé com os seus negócios na cabeça e na mão



Nota: Foto própria: Zungueiras circulando com os negócios no carro de mão. (2021).