

Universidades Lusíada

Rodrigues, Ana Zita Sampaio

Envolvimento escolar de jovens cuidadores universitários

<http://hdl.handle.net/11067/8396>

Metadados

Data de Publicação

2025

Resumo

O presente estudo tem como objetivo analisar de que forma as responsabilidades de cuidado influenciam o envolvimento académico dos estudantes do ensino superior. A amostra foi composta por estudantes cuidadores (Jovens Adultos Cuidadores – JAC) e por estudante não cuidadores (Jovens Adultos Não Cuidadores – JANC), permitindo uma comparação entre os dois grupos. Foram ainda exploradas variáveis relacionadas com o contexto de cuidado e variáveis sociodemográficas. Os resultados indicaram que não s...

This study aimed to examine how caregiving responsibilities influence the academic engagement of higher education students. The sample comprised informal student carers (Young Adult Carers – YAC) and non-carer students (NYAC), allowing for a comparison between the two groups. Variables related to the caregiving context and sociodemographic characteristics were also explored. The results showed no significant differences in academic engagement between YAC and NYAC, suggesting that assuming careg...

Palavras Chave

Psicologia, Psicologia clínica, Cuidadores informais - Envolvimento escolar - Estudantes universitários, Avaliação psicológica

Tipo

masterThesis

Revisão de Pares

Não

Coleções

[ULP-IPCE] Dissertações

Esta página foi gerada automaticamente em 2026-10-30T02:06:15Z com informação proveniente do Repositório



Universidade Lusíada
Porto

ENVOLVIMENTO ESCOLAR DE JOVENS CUIDADORES UNIVERSITÁRIOS

Dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica

Instituto de Psicologia e Ciências da Educação
Universidade Lusíada

PORTO, 2025

Ana Zita Sampaio Rodrigues



instituto de psicologia
e Ciências da educação
Universidade Lusíada



Universidade Lusíada
Porto

ENVOLVIMENTO ESCOLAR DE JOVENS CUIDADORES UNIVERSITÁRIOS

Dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica
Instituto de Psicologia e Ciências da Educação
Universidade Lusíada

PORTO, 2025

Ana Zita Sampaio Rodrigues

Trabalho efectuado sob a orientação do/a
Professora Doutora Ana Meireles



instituto de psicologia
e Ciências da educação
Universidade Lusíada

Agradecimentos

Ao chegar ao fim deste percurso, sinto uma imensa gratidão por todos aqueles que, de diferentes formas, fizeram parte desta caminhada e contribuíram para que este sonho se tornasse realidade pois cada palavra, cada gesto e cada presença deixaram uma marca profunda no meu crescimento pessoal e profissional.

Em primeiro lugar, agradeço de coração aos meus pais, que sempre lutaram com dedicação e amor para que eu tivesse acesso à educação e às oportunidades que me trouxeram até aqui. Foram e continuam a ser o meu porto seguro, a minha inspiração e o alicerce de todas as minhas conquistas. Obrigada por nunca terem desistido de mim e por me ensinarem o verdadeiro significado de esforço e generosidade.

À minha irmã Inês, que já não está fisicamente presente, mas que vive em mim todos os dias. És e serás sempre a minha força silenciosa, a luz que me guia e me dá coragem para seguir em frente. Sem o teu amor e sem o teu exemplo, este caminho teria sido muito mais difícil. Obrigada por tudo meu amor!

Ao meu namorado, agradeço pelo amor incondicional, pela paciência infinita e pela presença constante nos momentos mais desafiantes. Obrigada por acreditares em mim, mesmo quando eu duvidava e por me dares serenidade e alegria em cada etapa desta jornada. És o meu companheiro de vida e o meu refúgio seguro.

Ao meu querido gato, Sushi, por todas as interrupções divertidas, ronronares reconfortantes e companhia silenciosa durante tantas horas de trabalho. Foste, sem saber, um apoio essencial em muitos dias cansativos.

E, com igual reconhecimento, à Professora Doutora Ana Meireles, expresso a minha sincera gratidão pela orientação atenta, pela disponibilidade constante e pelo apoio generoso que tanto contribuíram para a concretização deste trabalho.

A todos, os meu mais sentido e afetuoso obrigada!

Índice

Enquadramento teórico	8
Jovens Adultos Cuidadores	10
Envolvimento e desempenho escolar	11
Problematização das variáveis em estudo	12
Objetivos, Questões e Hipóteses de Investigação	13
Metodologia	16
Tipo de Estudo.....	16
Participantes	16
Instrumentos de avaliação	19
Procedimentos de Recolha de Dados	20
Procedimento de Análise de Dados.....	20
Resultados	21
Discussão dos resultados.....	25
Conclusão	27
Referências Bibliográficas	30
Anexo	37
Anexo A - Testes de Normalidade.....	38

Índice de Tabelas

Tabela 1 - Caracterização da amostra.....	17
Tabela 2 - Contexto de prestação de cuidados dos estudantes cuidadores	18
Tabela 3 - Estatísticas descritivas do envolvimento académico por grupo (JAC vs JANC)	24
Tabela 4 - Tabela de testes de Mann-Whitney U para comparar o nível de envolvimento académico entre as variáveis.....	24
Tabela 5 - Correlação de Spearman entre variáveis sociodemográficas e envolvimento académico.....	25

Resumo

O presente estudo tem como objetivo analisar de que forma as responsabilidades de cuidado influenciam o envolvimento académico dos estudantes do ensino superior. A amostra foi composta por estudantes cuidadores (Jovens Adultos Cuidadores – JAC) e por estudante não cuidadores (Jovens Adultos Não Cuidadores – JANC), permitindo uma comparação entre os dois grupos. Foram ainda exploradas variáveis relacionadas com o contexto de cuidado e variáveis sociodemográficas.

Os resultados indicaram que não se verificaram diferenças significativas no envolvimento académico entre JAC e JANC, sugerindo que o facto de assumir responsabilidades de cuidado, por si só, não compromete o percurso académico. Contudo, o estatuto de trabalhador-estudante e a condição de estudante deslocado revelaram-se variáveis com impacto negativo no envolvimento académico, destacando o papel das circunstâncias pessoais e contextuais na experiência académica. Estes resultados reforçam a importância de considerar fatores como a acumulação de papéis e a disponibilidade de suporte social e institucional no ensino superior.

Assim, concluiu-se que o envolvimento académico dos estudantes cuidadores depende menos da condição de cuidador e mais da interação entre responsabilidades de cuidado, características sociodemográficas e recursos de apoio, o que sublinha a necessidade de políticas educativas e sociais que promovam a equidade e a inclusão no ensino superior.

Abstract

This study aimed to examine how caregiving responsibilities influence the academic engagement of higher education students. The sample comprised informal student carers (Young Adult Carers – YAC) and non-carer students (NYAC), allowing for a comparison between the two groups. Variables related to the caregiving context and sociodemographic characteristics were also explored.

The results showed no significant differences in academic engagement between YAC and NYAC, suggesting that assuming caregiving responsibilities alone does not necessarily compromise academic participation. However, working-student status and being a commuting student emerged as variables with a negative impact on academic engagement, underlining the role of personal and contextual circumstances in shaping students' academic experiences. These findings emphasize the importance of considering factors such as role accumulation and the availability of social and institutional support in higher education.

It is concluded that academic engagement among student carers depends less on caregiving status itself and more on the interaction between caregiving responsibilities, sociodemographic factors, and support resources. This highlights the importance of educational and social policies that promote equity and inclusion in higher education.

Keywords

Informal carers; Academic engagement; Young adults; Higher education, University students; Caregiving responsibilities.

Palavras-chave

Cuidadores informais; Envolvimento acadêmico; Jovens Adultos; Ensino Superior; Estudantes Universitários; Responsabilidades de cuidado; Bem-estar acadêmico.

Lista de Abreviaturas

JAC – Jovens Adultos Cuidadores

JANC – Jovens Adultos Não Cuidadores

CI – Cuidador Informal

CF – Cuidador Formal

CIPD – Centro de Investigação em Psicologia para o Desenvolvimento

Enquadramento teórico

Prestar cuidados a uma pessoa com algum tipo de doença ou incapacidade, pode ter um impacto significativo na saúde mental, física e psicológica (Meireles et al., 2023). Muitos jovens assumem o papel de cuidador devido a necessidades físicas, emocionais ou financeiras da pessoa que necessita de apoio e ao desempenharem regularmente tarefas significativas de cuidado, constata-se o seu desgaste físico e psicológico, provocando exaustão, problemas de sono, dores físicas e lesões corporais (Day, 2015; Meireles et al., 2023).

O termo Jovens Adultos Cuidadores (JAC) corresponde ao grupo etário entre os 18 e os 25 anos. Estes jovens prestam assistência ou apoio a uma pessoa com doença, deficiência ou dependência, sem remuneração (Chevrier et al., 2023; Leu et al., 2018). Normalmente, os JAC realizam atividades que vão desde a realização de tarefas domésticas básicas, como ajudar na limpeza e na arrumação, assumir cuidados de saúde, cuidados íntimos, cuidados médicos e apoio emocional (Becker & Sempik, 2019; Leu & Becker, 2017). Assumir esta responsabilidade sem qualquer plano e preparação, é um desafio para a organização da sua vida (Greene et al., 2017).

A prestação de cuidados depende do tipo de necessidade que a pessoa cuidada tem, sendo diferente, de caso para caso, o nível de complexidade e de exigência. No caso de prestarem cuidados a pessoas com toxicodependência, é possível estabelecer uma correlação entre o aumento dos problemas de saúde e a diminuição da satisfação com a vida dos JAC (Haugland et al., 2023).

Do ponto de vista emocional, esta prestação de cuidados pode ser mais complexa e desgastante e se realizarmos uma comparação entre os Jovens Adultos Cuidadores (JAC) que prestam cuidados a pessoas com doenças físicas e mentais, ou com deficiência e JAC que prestam cuidados a pessoas com abuso de substâncias, é possível indicar que cuidar de alguém toxicodependente gera níveis de stress superiores (Haugland et al., 2023).

Em Portugal, o estatuto de Cuidador Informal (CI), aprovado pela Lei nº. 100/2019, de 6 de setembro, regula os direitos e deveres do cuidador e da pessoa cuidada e estabelece as respetivas medidas de apoio, incluindo a atribuição de um subsídio aos CI. Este estatuto distingue entre i) cuidador informal principal que implica que a pessoa cuidadora tem de residir com a pessoa cuidada, prestando cuidados de forma permanente, mesmo que o

cuidador frequente algum estabelecimento de ensino, mas não pode exercer qualquer atividade profissional remunerada ou qualquer tipo de atividade que não seja compatível com a prestação de cuidados, e ii) cuidador não principal, onde o cuidador acompanha e cuida de pessoa de forma regular, mas não permanente, podendo ou não receber remuneração de atividades profissionais ou pelos cuidados prestados à pessoa. Embora o estatuto tenha sido criado para apoiar os cuidadores, na prática, o acesso aos apoios previstos é limitado, com poucos cuidadores a conseguirem efetivamente beneficiar das medidas.

Segundo Leu e Becker (2017) existe uma desvalorização e uma falta de sensibilização de que muitas pessoas de diferentes idades prestam cuidados não remunerados a familiares com algum tipo de doença ou incapacidade. Devido a essa desvalorização, a maioria dos estudantes que desempenham este papel diariamente, não têm reconhecimento, nem por parte da instituição, nem sequer pelos colegas (Leu & Becker, 2017; Leu et al., 2022), e muitas vezes, nem sequer têm consciência do seu próprio papel, vivendo-o sem procurar ou receber suporte adequado (Richards, 2023). Assim, este cenário revela a necessidade de haver uma maior consciencialização e valorização dos papéis dos cuidadores.

No Reino Unido, estudos como o de Aldridge e Becker (1993) documentaram o alargamento das políticas na saúde, na educação e na solidariedade social de forma a incluir os Jovens Cuidadores com idades entre os 10 e os 18 anos. Já na Suécia, Leu e Becker (2017) demonstrou a evolução de programas de suporte escolar e psicológico dirigidos a esta população. No entanto, tem-se vindo a ser refutada a experiência singular dos JAC, sobretudo daqueles que frequentam o ensino superior e enfrentam o desafio de conciliar as obrigações académicas com as exigências do cuidado prestado (Leu et al., 2018).

Meireles et al., (2023) apontam que os apoios sociais e familiares são determinantes para o bem-estar dos jovens cuidadores, reforçando a necessidade de reconhecimento institucional e de políticas públicas orientadas para esta população, sendo ainda largamente invisível em Portugal.

Os jovens adultos, também caracterizados como “adultos emergentes”, não só exploram a sua identidade em termos dos seus interesses e do tipo de vida que gostariam de ter, como também experimentam instabilidade no que diz respeito a diferentes áreas de vida, principalmente na área do trabalho e das relações amorosas (Dang et al., 2024). A dedicação ao cuidado reduz significativamente o tempo disponível para o lazer, para o convívio e para

a construção de redes informais de apoio. Apenas 36% dos JAC conseguem conciliar a vida académica e social (Haugland et al., 2022). Richards (2023) e Kettell (2018) salientam que este isolamento aumenta o sentimento de solidão e prejudica na integração académica.

A literatura mostra que apesar do papel de cuidador poder transmitir uma sensação de envolvimento a curto prazo para os JAC, isto pode trazer consequências significativas na educação, na redução do envolvimento nos estudos e na participação social (Day, 2015). Alguns destes jovens adultos encontram-se numa fase da vida em que o foco é o ensino superior, a escolha da sua carreira e a saída de casa da sua família de origem (Hamilton & Adamson, 2013).

Mas, apesar disso, as exigências do cuidado competem diretamente com os compromissos académicos, resultando em atrasos curriculares, notas inferiores e intenções de desistência (Sempik & Becker, 2013). Chamadas de urgência e decolações imprevistas levam à perda de 4,8 dias letivos a cada duas semanas (Sempik & Becker, 2013). Kettel (2018) sublinha que a irregularidade de presença prejudica também a participação em trabalhos de grupos.

Se realizarmos uma comparação entre estudantes que têm o papel de cuidador e estudantes sem responsabilidade de cuidar de alguém, é possível concluir que os estudantes com responsabilidades sofrem de níveis mais elevados níveis de stress, ansiedade, sintomas depressivos, insónias e queixas somáticas devido à sobrecarga das tarefas, do que os estudantes que não têm a mesma responsabilidade (Day, 2015; Haugland et al., 2020; Richards, 2023). Assim, o CI tem consequências na vida destes estudantes, principalmente, no progresso dos estudos, na realização de atividades recreativas, gerando assim sentimentos de solidão e principalmente, nota-se um baixo nível de satisfação com a vida (Day, 2015). Richards (2023) alerta que muitos JAC evitam procurar ajuda até atingirem uma crise, sublinhando a necessidade de se adotar estratégias de identificação proativa para assegurar o suporte a estes estudantes (Richards, 2023, p. 11).

Jovens Adultos Cuidadores

Becker (2007) identificou inúmeros fatores para explicar o porquê dos JAC realizarem este papel, sendo eles: 1) a estrutura e a composição da família, que implica o envolvimento dos jovens no cuidado quando não há outra pessoa que possa assumir o papel de cuidador; 2) a coresidência, pois se os jovens vivem na mesma casa que a pessoa que

necessita de cuidados, a proximidade aumenta a probabilidade de se assumir o papel de cuidador; 3) a ligação afetiva pois, laços emocionais fortes geram um sentido de dever moral que motiva os jovens a dedicar-se ao cuidado; 4) processos de socialização como as normas culturais e expectativas sociais internalizadas fazem do cuidar uma atitude valorizada e transmitida como modelo comportamental e por último, 5) a falta de autonomia e de oportunidades pois, a carência de opções educativas, vocacionais e de lazer limita as escolhas dos jovens, levando-os a assumir o papel de cuidador, devido a não disporem de vias de desenvolvimento pessoal ou profissional que lhes permitam construir autonomia fora do contexto do cuidado.

O estudo de Day (2015) mostra que os JAC entendem o seu papel como um dever familiar ou uma responsabilidade. A maioria dos jovens que prestam cuidados a um familiar, normalmente estão inseridos num agregado familiar desfavorecido. Essa instabilidade financeira faz com que o acesso a Cuidados Formais (CF) seja inacessível, tornando-se Cuidadores Informais (CI), fazendo com que muitos jovens se encontrem desempregados ou que trabalhem a tempo parcial (Day, 2015; Leu et al., 2018).

Apesar da prestação de cuidados ser frequentemente descrita como fonte de realização pessoal, promovendo o desenvolvimento de maturidade, responsabilidade e competências práticas (Day, 2015), este papel acarreta riscos significativos para a saúde mental e física. Face ao envelhecimento demográfico e à crescente dependência familiar no século XXI, o impacto deste papel tenderá a agravar-se, sublinhando a urgência de investigação e de respostas políticas adequadas (Greene et al., 2017; Haugland et al., 2022).

Envolvimento e desempenho escolar

Os JAC que frequentam o ensino superior enfrentam um duplo desafio: manter o rendimento académico e assumir as tarefas de cuidado (Kettel, 2018). Estes estudantes vêm-se obrigados a conciliar prazos de trabalhos, exames e frequência de aulas (Sempik & Becker, 2013).

O envolvimento académico dos JAC é particularmente afetado pela responsabilidade de prestar cuidados aos seus familiares. Estas responsabilidades, que não são partilhadas pelos seus pares que não prestam apoio a ninguém (Becker, 2007; Day, 2015), reduzem o tempo disponível para os objetivos de vida e afetam negativamente tarefas importantes de desenvolvimento, como a diferenciação da família, a formação de relações íntimas e o desenvolvimento da carreira (Greene et al., 2017).

Como resultado, os JAC têm menos tempo para se dedicar às tarefas básicas da educação, o que leva a um desempenho acadêmico inferior ao esperado, causando frustração e preocupação com a conclusão do curso (Day, 2019). Muitos relatam dificuldades nas suas experiências universitárias, com altos índices de intenção de abandono (Day, 2015).

Além das dificuldades acadêmicas, os JAC frequentemente relatam insatisfação com as suas universidades, pois muitas vezes não recebem apoio adequado e atempado (Day, 2021). Numa revisão sistemática, Becker e Becker (2008) descrevem como estes jovens, de forma consciente ou inconsciente, orientam as suas escolhas de curso para profissões ligadas à saúde e ao cuidado, tendo sido observado que existe uma maior proporção destes jovens em programas de formação profissional em enfermagem (Becker & Becker, 2008; Thompson et al., (2017). Contudo, fatores práticos, tais como a necessidade de proximidade física da pessoa cuidada, pode restringir a mobilidade e condicionar a escolha das instituições ou horários (Hamilton & Adamson, 2013; Kettel, 2018).

Apesar das exigências acrescidas decorrentes da prestação de cuidados, muitos JAC que frequentam o ensino superior mantêm elevados níveis de participação letiva ao desenvolverem estratégias avançadas de gestão do tempo e organização académica (Kettel, 2018).

Apesar destes jovens perderem muitos dias de aulas devido à sua responsabilidade de cuidado (Sempik & Becker, 2013) alguns estudos mais recentes mostram que a conciliação contínua entre cuidar e estudar pode potenciar competências transversais, nomeadamente empatia, resiliência, autonomia e sentido de propósito, o que reforça a motivação académica e promovem um envolvimento mais profundo (Dang et al., 2024).

Problematização das variáveis em estudo

Estudar como os JAC se envolvem no ensino superior é essencial, uma vez que se trata de uma realidade ainda pouco explorada em Portugal (Meireles et al., 2023), mas que a literatura internacional tem vindo a destacar como particularmente desafiante (Day, 2019). Estes estudantes enfrentam dificuldades acrescidas na conciliação entre as exigências académicas e as responsabilidades de cuidado, o que pode comprometer a sua frequência nas aulas, a realização das tarefas e o bem-estar e o sucesso académico (Moore et al., 2022). Assim, medir o envolvimento académico implica ir além dos resultados formais das avaliações, englobando também a participação nas atividades académicas, o estudo e a integração nas relações sociais (Moore et al., 2022).

Os JAC encontram-se frequentemente exposto a elevados níveis de stress e sobrecarga, devido ao tempo e à intensidade das responsabilidades de cuidado. A literatura evidencia que a falta de tempo disponível pode afetar o bem-estar geral e limitar a dedicação aos estudos, criando obstáculos adicionais ao seu envolvimento académico (Meireles et al., 2023; Moore et al., 2022). Contudo fatores de proteção, como o apoio social e institucional, podem atenuar esses efeitos negativos. De acordo com o modelo clássico de Cohen e Wills (1985), o suporte social desempenha um papel de “amortecedor” do stress, permitindo uma melhor adaptação a contextos exigentes como o ensino superior.

Adicionalmente, aspetos psicológicos como a resiliência e a autoeficácia são apontados como recursos fundamentais na forma como os jovens enfrentam os desafios de cuidar e da educação. Masten (2001) destaca a resiliência como um processo de adaptação positiva perante adversidades, ajudando a explicar como uma boa adaptação ajuda estes estudantes a manterem níveis adequados de envolvimento académico, mesmo em contextos de maior vulnerabilidade.

Por sua vez, recentes investigações sublinham a necessidade de se incluir nas investigações futuras, variáveis como o tempo efetivo de cuidado, a intensidade das tarefas e a perceção do apoio institucional e social, de forma a compreender com maior rigor os fatores que favorecem e que dificultam a integração académica dos estudantes cuidadores (Pierce et al., 2025).

Objetivos, Questões e Hipóteses de Investigação

O objetivo principal deste trabalho é compreender a influência das responsabilidades de cuidado no envolvimento académico dos JAC no ensino superior, explorando a relação entre o papel de cuidador e as diversas dimensões do envolvimento académico como a motivação, desempenho, participação e interação com a instituição.

Para tornar o objetivo geral mais claro, foram definidos os seguintes objetivos específicos:

1. Avaliar o impacto das responsabilidades de cuidado no envolvimento académico dos JAC.
2. Analisar o efeito do tipo de cuidado prestado no envolvimento académico.
3. Examinar o impacto do tipo de doença da pessoa cuidada no envolvimento académico dos JAC.

4. Analisar a influência das variáveis sociodemográficas (sexo, idade, estudante deslocado, estudante bolseiro e trabalhador-estudante) no envolvimento académico dos JAC.
5. Investigar de que forma o parentesco com a pessoa cuidada afeta a experiência académica dos JAC.

Assim, para explorar objetivo principal, pretende-se avaliar o impacto das responsabilidades de cuidado no envolvimento académico. Deste modo, a questão de investigação é: “Existem diferenças significativas no envolvimento académico entre JAC e JANC?”

Para operacionalizarmos a questão acima descrita, foram formuladas as seguintes hipóteses:

Hipótese 0 (H0): Não existem diferenças no envolvimento académico entre JAC e JANC.

Hipótese 1 (H1): Existem diferenças significativas no envolvimento académico entre JAC e JANC.

Estudos indicam que jovens que acumulam responsabilidades de cuidado enfrentam desafios adicionais que podem afetar negativamente a sua motivação (Eurocarers, 2020). A sobrecarga de tarefas e a necessidade de conciliar múltiplas responsabilidades podem levar à diminuição do envolvimento académico e ao aumento de taxas de abandono (Eurocarers, 2020).

Com base na questão de investigação central e nos objetivos específicos, formulou-se a seguinte sub-questão de investigação que visa investigar:

O tipo de apoio prestado (apoio emocional e múltiplos apoios) influencia o envolvimento académico dos JAC?

Hipótese 0 (H0): Não existem diferenças significativas no envolvimento académico em função do tipo de apoio prestado.

Hipótese 1 (H1): Existem diferenças significativas no envolvimento académico em função do tipo de apoio prestado.

Segundo pesquisas científicas, a intensificação das responsabilidades de cuidado está associada a uma redução no tempo disponível para atividades académicas, resultando em pior desempenho escolar. A carga horária dedicada ao cuidado pode comprometer a participação nas aulas e a realização das tarefas académicas (Silva et al., 2020).

Elaborou-se a seguinte sub-questão para responder à questão de investigação central:

O tipo de doença da pessoa cuidada (multimorbilidade e doença mental) afeta o envolvimento académico dos JAC?

Hipótese 0 (H0): Não existem diferenças significativas no envolvimento académico em função do tipo de doença da pessoa cuidada.

Hipótese 1 (H1): Existem diferenças significativas no envolvimento académico em função do tipo de doença da pessoa cuidada.

Cuidar de pessoas com doenças mentais está frequentemente associado a maior stress emocional e estigma, enquanto as doenças físicas tendem a exigir mais tempo de cuidado, reduzindo a disponibilidade para a vida académica (Chikhradze et al., 2017). Quando a pessoa tem múltiplas doenças o risco de consequências negativas aumenta, o que reduz a disponibilidade para a vida académica (Van der Werf et al., 2019)

Para responder à questão de investigação central e aos objetivos, formulou-se a seguinte sub-questão de investigação:

As variáveis sociodemográficas (género, idade, estudante bolsheiro, estudante deslocado e trabalhador-estudante) influenciam o envolvimento académico dos JAC?

Hipótese 0 (H0): As variáveis sociodemográficas não têm influência significativa na motivação académica nem no envolvimento académico dos JAC.

Hipótese 1 (H1): As variáveis sociodemográficas têm influência significativa na motivação académica e/ou no envolvimento académico dos JAC.

Pearlin et al (1990) estabelece que características sociodemográficas como a idade, género, estado civil, rendimento familiar, entre outras, funcionam como fatores de contexto que podem amplificar ou atenuar o impacto dos cuidados na vida do cuidador, incluindo o desempenho académico.

Por fim, para responder à questão de investigação central e aos objetivos, formulou-se a seguinte sub-questão de investigação:

“O parentesco com a pessoa cuidada está associado a diferenças no envolvimento académico dos JAC)

Hipótese 0 (H0): O parentesco com a pessoa cuidada não influencia significativamente o envolvimento académico dos JAC.

Hipótese 1 (H1): O parentesco com a pessoa cuidada influencia significativamente o envolvimento académico dos JAC.

A relação de parentesco entre o JAC e a pessoa de quem cuida tem um impacto direto na sua experiência académica. No estudo de Brolin et al (2024) foi identificado que cuidar de um irmão/a tem um impacto negativo na saúde mental e na frequência escolar devido à

intensidade de tarefas. Embora menos explorado, cuidar de avós também acarreta sobrecarga emocional, resultando em frustração, ansiedade ou culpa, ou seja, fatores que podem prejudicar o envolvimento académicos dos JAC (D'Amen et al., 2021).

Metodologia

Tipo de Estudo

O presente estudo pretende avaliar a influência da variável “função de cuidador” na variável “Envolvimento académico” dos Jovens estudantes universitários. Este estudo é de carácter transversal, onde a recolha de dados assenta na observação e análise das respostas fornecidas pelos participantes.

Segundo a tipologia de Montero e León (2007), trata-se de uma investigação empírica com recurso a uma metodologia quantitativa, de natureza descritiva e abordagem *ex post facto* ou correlacional. Este estudo visa analisar as relações entre as variáveis como a prestação de cuidados e o envolvimento académico, utilizando métodos estatísticos para investigar as associações e os efeitos.

Participantes

A presente dissertação enquadra-se numa investigação mais ampla que tem como objetivo estudar os indicadores de funcionamento positivo e de bem-estar em estudantes do Ensino Superior, no âmbito do projeto sobre jovens cuidadores do Centro de Investigação em Psicologia para o Desenvolvimento da Universidade Lusíada.

Para este estudo são considerados os seguintes critérios de inclusão: (I) a pertença ao intervalo etário 18 aos 25 anos que frequentam o ensino superior, (II) a compreensão da língua portuguesa escrita para o preenchimento dos questionários de autorrelato, (III) o consentimento informado prestado pelos próprios, (IV) a disponibilização manifestada por parte dos jovens para a participação no estudo.

Neste sentido, a presente investigação conta com a participação de 995 estudantes da Universidade Lusíada de Famalicão e Universidade Lusíada do Porto, com uma média de idades de 19.68 anos (DP=1,61; min=18; max=25). Na amostra, 69% dos participantes são do género feminino e 30.3% são do género masculino. Todos os participantes encontram-se matriculados no ensino superior, não tendo filhos e são todos solteiros no momento da recolha. No que se refere às variáveis de enquadramento académico, 10.9% da amostra reporta serem estudantes deslocados, 8.5% indicam usufruir de apoio da bolsa de estudos

(estudante bolsheiro) e 3.4% acumulam simultaneamente atividade profissional com frequência académica (trabalhadores-estudantes).

Tendo em conta o objetivo desta investigação, parece pertinente descrever e comparar ambos os grupos da amostra, isto é, o grupo de Jovens Adultos Cuidadores (JAC) e o Grupo de Jovens Adultos Não Cuidadores (JANC) (Tabela 1).

O grupo dos estudantes cuidadores é composto por 210 participantes (21.1%), cuja média de idades foi de 19.74 anos (DP=1.49; min=18; max=25). Neste grupo, 78.6% identificam-se com o género feminino e 20.5% com o género masculino. A proporção de estudantes deslocados foi de 11%, enquanto 7.6% referem ser beneficiários de bolsa de estudo e 3.3% referem exercer atividade profissional simultaneamente com a frequência académica.

Já o grupo dos estudantes não cuidadores integra 785 participantes (78.9%), com uma média de idades de 19.66 anos (DP=1.65). Neste subgrupo, 66.5% dos participantes identificam-se com o género feminino e 32.9% com o género masculino. A proporção de estudantes deslocados é de 10.8%, 8.8% são estudantes com bolsa de estudo e 3.4% são estudantes com estatuto trabalhador-estudante.

A análise comparativa entre os subgrupos evidencia uma maior proporção de mulheres no grupo dos cuidadores, bem com uma ligeira tendência para idades médias marginalmente superiores. As restantes variáveis apresentam distribuições comparáveis entre os grupos.

Tabela 1 - Caracterização da amostra

	Amostra total	Cuidadores	Não Cuidadores
	(n=995)	(n=210)	(n=785)
Idade (média (DP))	19.68 (1.61)	19.74 (1.49)	19.66 (1.65)
Género (%)			
Masculino	30.3	20.5	32.9
Feminino	69	78.6	66.5
Estudante Deslocado (% sim)	10.9	11	10.8
Estudante Bolsheiro (% sim)	8.5	7.6	8.8
		3.3	

Trabalhador-estudante (% sim)	3.4	3.4
--------------------------------------	-----	-----

O grupo experimental possui características e especificidades que importa referir. A maioria dos JAC (86.4%) presta cuidados a uma única pessoa, enquanto 13,6% cuidam de duas ou mais pessoas. Em termos de parentesco, os cuidados são principalmente direcionados a avós (37.6%) e a figuras parentais (33.1%). As condições de saúde mais comuns entre as pessoas cuidadas são doenças mentais (32.4%), multimorbilidade (20%) e doenças oncológicas (13.8%). Quanto ao tipo de apoio prestado pelos JAC, o apoio emocional predomina (54.8%), seguido por múltiplos apoios (31.4%), tarefas domésticas (4.8%), cuidados pessoais (3.8%) e cuidados de saúde (2.9%) (Tabela 2).

Tabela 2 - Contexto de prestação de cuidados dos estudantes cuidadores

	%
Cuidado dado a 1 pessoa= 86.4	
Figura parental	33.1
Conjuge	.6
Irmão / Irmã	8.4
Avós	37.6
Outros familiares	7.9
Pessoa que não é da família	12.4
Cuidado dado a > 2 pessoas= 13.6	
Condição de saúde da pessoa cuidada	
Multimorbilidade	20
Doença mental	32.4
Doença oncológica	13.8
Doença neurodegenerativa	6.2
Dependência ou Adição	1.9
	10

Quadro demencial	1.4
Diversidade funcional	14.3
Outras doenças	
Apoio prestado	31.4
Múltiplos apoios	54.8
Apoio emocional	4.8
Tarefas domésticas	2.9
Cuidados de saúdes	3.8
Cuidados pessoais	2.4
Outros apoios	

Instrumentos de avaliação

Foi administrado um questionário sociodemográfico para recolher informação referente ao género, idade, nacionalidade, agregado familiar, condições de estudante, como o curso que frequenta, se é estudante de Erasmus, entre outras bem como outras informações relevantes para avaliar as funções de cuidador desempenhada por estes jovens como o tipo de doença que a pessoa cuidada tem, se coabita com a pessoa cuidada e se recebe algum tipo de apoio.

Para avaliar o Envolvimento Académico foi utilizado a Escala de Envolvimento, composta por 12 itens que foi desenvolvido para o estudo com JC (Meireles et al, 2023) e está em processo de adaptação para a avaliação do envolvimento e desempenho académico em estudantes do ensino superior (Meireles, s/d). Os itens avaliam o desempenho académico (notas), pontualidade e assiduidade, a concentração nas aulas, o cumprimento das tarefas e prazos de entrega, a capacidade de conciliar as tarefas escolares com as tarefas familiares, a situação financeira do agregado e o apoio que obtém de universidade. Os itens são pontuados numa escala de Likert de 5 pontos, sendo 1 (Muito Insuficiente) a 5 (Muito Bom). Para obtermos os Scores dos itens, pode-se calcular a partir da média ou da soma, sendo que Scores mais altos representam um melhor nível de envolvimento e desempenho académico. A escala apresentou uma boa consistência interna, com um alfa de Cronbach de $\alpha=.796$.

Procedimentos de Recolha de Dados

O presente estudo encontra-se inserido num projeto mais amplo previamente submetido à comissão de ética da Universidade Lusíada – Porto. O projeto “Indicadores de bem-estar e de funcionamento positivo em jovens cuidadores” está a ser coordenado pela Professora Doutora Ana Meireles no Centro de Investigação em Psicologia para o Desenvolvimento Positivo.

A recolha de dados foi feita por meio de um questionário online destinado a jovens cuidadores que frequentam o ensino superior, foi distribuído a várias turmas e cursos da Universidade Lusíada durante o mês de dezembro. Os participantes do estudo tiveram acesso a um consentimento informado, que continha explicações detalhadas sobre o título, descrição dos objetivos e o contexto do estudo, a identificação da instituição responsável, a natureza voluntária da participação, a garantia do direito do participante de retirar o seu consentimento e/ou interromper a participação no estudo a qualquer momento, sem qualquer prejuízo no que diz respeito a cuidados e a outras questões.

Procedimento de Análise de Dados

Os dados, depois de recolhidos, serão analisados e tratados através do programa estatístico *Software Statistical Package for The Social Sciences* (SPSS). Para conseguir responder às questões de investigação, irei realizar análises descritivas, testes de diferença e análises correlacionais.

Foram realizadas análises descritivas, com o objetivo de caracterizar a amostra, incluindo a idade, o género, a nacionalidade, o polo da universidade, o curso que frequenta, os ciclos de estudo, o ano do curso, se é estudante deslocado, se é estudante internacional de Erasmus, se tem algum tipo de dificuldade específica de aprendizagem e o agregado familiar. Para se conseguir caracterizar melhor os jovens cuidadores as variáveis presentes no questionário são: se vive ou convive com alguém que tenha algum tipo de doença incapacitante, que tipo de doença a pessoa que necessita de cuidado tem, o número de pessoas cuidadas e se presta algum tipo de apoio. Assim, com as análises descritivas é possível caracterizar as características demográficas da amostra e as principais variáveis de interesse, incluindo as frequências, as médias e dos desvios-padrão.

Quando se verificou a ausência de conformidade com os pressupostos de distribuição normal e homogeneidade de variância, optou-se pela realização de análises estatísticas inferenciais recorrendo a testes não paramétricos. Foram utilizados o teste de Mann-Whitney

U para a comparação de dois grupos independentes, bem como o teste do Qui-Quadrado de Pearson para avaliar associações entre variáveis categóricas.

A análise das relações entre as variáveis foi efetuada recorrendo à correlação de Spearman, adequada para variáveis que não se verifica a normalidade da distribuição.

Todas as análises estatísticas que foram realizadas, o nível de significância é de 5%, o que significa que foram considerados estatisticamente significativos todos os valores com um nível de significância de $p < .05$ (ou $\leq .05$). Adicionalmente, foram calculados os tamanhos do efeito ($r = Z/\sqrt{N}$ para Mann-Whitney, η^2 para Kruskal-Wallis ou δ de Cliff quando aplicável), bem como os intervalos de confiança de 95% nos principais contrastes.

Resultados

Este capítulo apresenta os resultados obtidos, organizados em função das hipóteses de investigação formuladas. Para além da comparação entre estudantes cuidadores (JAC) e não cuidadores (JANC), que constitui o objetivo central desta dissertação, analisaram-se variáveis contextuais associadas ao cuidado (tipo de apoio, tipo de doença da pessoa cuidada, parentesco) e variáveis sociodemográficas (género, idade, estatuto de trabalhador-estudante, estudante deslocado, estatuto de bolseiro) em termos do seu impacto no envolvimento académico de estudantes do ensino superior com funções de cuidador informal.

A verificação dos pressupostos de normalidade foi realizada através dos testes de Kolmogorov-Smirnov e Shapiro-Wilk. Em diversos grupos observou-se violação da normalidade ($p < .001$), pelo que se optou pela utilização de testes não paramétricos, garantindo a robustez das análises.

Os resultados inferenciais foram obtidos através da realização do teste de Mann-Whitney U, utilizado para comparar os valores do envolvimento académico entre os grupos independentes (Tabela 4) e a realização da Correlação de Spearman permitiu avaliar a associação entre o envolvimento académico e a variável Idade (Tabela 5).

O teste de Mann-Whitney U não revelou diferenças significativas no envolvimento académico entre JAC e JANC ($U = 79825,50$; $Z = -0,704$; $p = .481$). Assim, os resultados não permitem rejeitar a hipótese nula (H_0), indicando não existem diferenças significativas no envolvimento académico dos JAC relativamente às suas responsabilidades de cuidado.

De forma complementar, foi realizado um teste de Qui-quadrado de Pearson para verificar a associação entre o género e ser cuidador. Os resultados indicaram uma associação estatisticamente significativa, $\chi^2(2) = 12.140$, $p = .002$, sugerindo que o género está relacionado com a probabilidade de ser cuidador. Verifica-se um maior número de

cuidadores em participantes que se identificam com o género feminino ($n=165$). No entanto, não se verificaram diferenças significativas entre estudantes cuidadores do género feminino e masculino ($U = 3411,50$; $Z = -0,388$; $p = .698$) quanto ao seu envolvimento académico.

Para analisar as diferenças no envolvimento académico em função do tipo de apoio prestado, foi aplicado o teste de Mann-Whitney U, tendo sido considerados apenas os dois grupos com maior representatividade amostral, para garantir maior robustez nos resultados, designadamente participantes que prestam apoio emocional ($n = 115$) e aqueles que prestam múltiplos apoios ($n = 66$). Os resultados revelaram que não existem diferenças estatisticamente significativas no envolvimento académico entre os dois grupos, $U = 3375,00$, $Z = -1,240$, $p = .215$. Assim, os resultados não permitem rejeitar a hipótese nula (H_0), indicando que o tipo de apoio prestado não indica diferenças significativas no envolvimento académico dos JAC.

Para analisar as diferenças no envolvimento académico em função do tipo de doença da pessoa cuidada, foi também aplicado o teste de Mann-Whitney U, tendo sido considerados apenas os dois grupos com maior representatividade amostral, para garantir maior robustez nos resultados, designadamente a prestação de cuidados a pessoas com multimorbilidade ($n = 43$) e pessoas com doença mental ($n = 71$). Os resultados revelaram que não existem diferenças estatisticamente significativas no envolvimento académico entre os dois grupos de JAC, $U = 1381,00$, $Z = -.852$, $p = .394$. Assim, os resultados não permitem rejeitar a hipótese nula (H_0), indicando não existem diferenças significativas no envolvimento académico dos JAC, relativamente ao tipo de doença da pessoa cuidada.

Verificaram-se, no entanto, diferenças estatisticamente significativas quanto ao estatuto de trabalhador-estudante de cuidadores informais ($U = 294,50$; $Z = -2,239$; $p = .025$), com os trabalhadores-estudantes ($M = 37,29$; $DP = 6,16$) a apresentarem níveis de envolvimento académico inferiores a cuidadores sem esse papel ($M = 42,73$; $DP = 5,38$), permitindo rejeitar a hipótese nula (H_0).

Foram também observadas diferenças significativas no envolvimento académico entre estudantes cuidadores deslocados e não deslocados ($U = 1522,00$; $Z = -2,289$; $p = .022$), indicando menor envolvimento académico nos estudantes deslocados ($M = 40,52$; $DP = 5,53$) face a estudantes não deslocados ($M = 43,25$; $DP = 5,60$), o que permite rejeitar a hipótese nula.

A comparação entre estudantes cuidadores bolseiros e não bolseiros ao nível de envolvimento académico, recorrendo ao teste de Mann-Whitney U, não evidenciou diferenças significativas no envolvimento académico entre JAC, $U = 1201,50$, $Z = -.366$, p

= .715. Assim, os resultados não permitem rejeitar a nula (H_0), indicando que não existem diferenças significativas nos níveis de envolvimento académico entre os grupos.

Tabela 3. Estatísticas descritivas do envolvimento académico por grupo (JAC vs JANC)

	M (DP)	Mediana	IQR
JAC (n = 210)	42.95 (5.64)	43	9
JANC (n = 785)	43.39 (6.02)	44	8

Nota: IQR= Intervalo interquartil (Q3 – Q1)

Tabela 4. Tabela de testes de Mann-Whitney U para comparar o nível de envolvimento académico entre as variáveis

	Média (DP)	U	Z	P
Jovens Adultos Cuidadores (n = 210)	42.95 (5.64)	79825.50	-.704	.481
Jovens Adultos não Cuidadores (n =785)	43.39 (6.02)			
Tipo de apoio prestado				
Apoio emocional (n =115)	43.20 (6.05)	3375.00	-1.240	-.215
Múltiplos apoios (n = 66)	42.55 (5.01)			
Tipo de doença da pessoa cuidada				
Doença mental (n = 71)	42.82 (5.52)	1381.00	-.852	.394
Multimorbilidade (n = 43)	43.40 (5.68)			
Género				
Feminino (n = 165)	42.87 (5.47)	3411.50	-.388	.698
Masculino (n = 43)	43.16 (6.42)			
Trabalhador-estudante				
É trabalhador-estudante (n = 7)	37.29 (6.16)	294.50	-2.239	.025*
Não é trabalhador-estudante (n = 168)	42.73 (5.38)			

Estudante deslocado

É estudante deslocado (n = 23)	40.52 (5.53)	1522.00	-2.289	.022*
Não é estudante deslocado (n = 187)	43.25 (5.60)			

Estudante bolsheiro

É estudante bolsheiro (n = 16)	42.56 (5.54)	1201.50	-.366	.715
Não é estudante bolsheiro (n = 159)	42.50 (5.51)			

Nota. * $p < .05$.

Testando as associações entre o envolvimento acadêmico e a idade (Tabela 2), a correlação de Spearman não revelou associação significativa entre idade e envolvimento acadêmico ($r_s = -0,123$; $p = .075$).

Tabela 5. *Correlação de Spearman entre variáveis sociodemográficas e envolvimento acadêmico.*

	R_s	P
Idade	-0.123	.075

Nota. r_s = coeficiente de correlação de Spearman. ** $p < .01$.

Relativamente à variável Parentesco com a pessoa cuidada, com base no teste qui-quadrado, foi possível observar que não existem diferenças significativas no envolvimento acadêmico entre os diferentes grupos de cuidadores quanto ao seu parentesco com a pessoa cuidada, $p = .077$.

No entanto, ao olharmos para as comparações par a par, surgem diferenças significativas entre algumas categorias (cuidadores de figura parental vs de avós; figura parental vs não familiares). Mas, é importante ter em conta que esses valores resultam de múltiplos testes e, após o ajuste, a significância pode desaparecer.

Assim, pode concluir-se que não se verificam diferenças globais significativas entre os grupos, o que permite rejeitar a hipótese alternativa, $\chi^2 (5) = 9.934$, $p = .077$, mas que a análise exploratória sugere possíveis tendências de diferenças entre determinadas categorias.

Discussão dos resultados

O presente estudo tem como objetivo principal analisar de que forma as responsabilidades de cuidado influenciam o envolvimento acadêmico de estudantes universitários. Para tal, procurou-se comparar os níveis de envolvimento acadêmico entre estudantes cuidadores (JAC) e não cuidadores (JANC), bem como investigar a influência de variáveis associadas ao contexto de cuidado, nomeadamente o tipo de apoio prestado, o tipo de doença da pessoa cuidada e o parentesco da pessoa cuidada e as características sociodemográficas (sexo, idade, trabalhador-estudante, estatuto bolseiro e estudante deslocado).

Os resultados obtidos, relativamente ao envolvimento acadêmico, indicaram que não existem diferenças estatisticamente significativas no envolvimento acadêmico entre JAC e JANC, o que não confirma a hipótese central deste estudo. Este resultado sugere que o facto de assumir responsabilidades de cuidado, não influencia o nível de participação e dedicação académica. Estudos recentes confirmam que alguns jovens cuidadores conseguem manter níveis semelhantes de participação académica com os seus pares quando dispõem de apoios adequados, nomeadamente institucionais e familiares (Day, 2019; Chevrier et al., 2022). Contudo, a literatura também mostra que a ausência desses apoios pode levar a um maior risco de absentismo, stress e dificuldade de conciliação (Runacres et al., 2021; Meireles et al., 2023).

Uma possível explicação para a ausência de diferenças significativas entre JAC e JANC poderá residir na capacidade de muitos cuidadores desenvolverem mecanismos de adaptação e resiliência, sobretudo quando contam com apoios dos familiares ou apoios institucionais adequados (Chevrier et al., 2022; Day, 2019; Becker & Sempik, 2019). Esta interpretação é suportada pelo Modelo de “Buffering” de Cohen e Wills (1985), onde mostra que o suporte social atua como um amortecedor dos efeitos do stress, reduzindo a probabilidade de este comprometer o bem-estar e o desempenho académico. Assim, quando os cuidadores dispõem de apoio institucional ou familiar, o impacto das responsabilidades tende a ser atenuado.

Além disso, a variável “envolvimento acadêmico”, ao integrar diferentes dimensões, pode reduzir a sensibilidade para captar variações subtis entre os grupos. Esta interpretação ganha consistência, quando se observa que variáveis contextuais específicas, como ser trabalhador-estudante ou estudante deslocado, evidenciaram efeitos no envolvimento académico (Moore et al., 2009; Thomas, 2012).

Também não foram encontradas diferenças estatisticamente significativas no envolvimento acadêmico em função do tipo de apoio prestado (apoio emocional vs múltiplos apoios) ou do tipo de doença da pessoa cuidada (multimorbilidade vs doença mental). Assim, este resultado concorda com revisões que enfatizam o papel da carga total do cuidado e dos recursos disponíveis, em vez da natureza específica da tarefa ou condição de saúde, como fatores determinantes do impacto acadêmico (Runacres et al., 2021; Moore et al., 2022).

Uma explicação complementar para a ausência de diferenças significativas prende-se com a perspetiva da “Resiliência” de Masten (2001) que mostra que a resiliência se traduz na capacidade de mobilizar recursos individuais e contextuais para manter um funcionamento adaptativo, mesmo perante situações adversas. Neste sentido, os JAC podem desenvolver competências de organização, estratégias de coping e redes de suporte que lhes permitem sustentar níveis adequados de envolvimento acadêmico.

Relativamente à variável Parentesco com a pessoa cuidada, os resultados não evidenciaram diferenças significativas no envolvimento acadêmico entre os grupos, embora a análise exploratória tenha apontado algumas tendências de variação entre determinadas categorias. Este resultado mostra que a relação com a pessoa cuidada pode condicionar o tipo e a intensidade do cuidar: cuidar de uma figura parental, por exemplo, tende a implicar tarefas mais prolongadas e exigentes, enquanto cuidar de avós pode estar associado a uma maior carga emocional (Chevrier et al., 2022; D’Amen et al., 2021). Embora não se tenha confirmado diferenças robustas neste estudo, estas tendências sugerem a necessidade de investigações futuras com amostras maiores.

Em contrapartida, o estatuto de trabalhador-estudante e a condição de aluno deslocado revelaram-se variáveis com impacto significativo no envolvimento acadêmico.

Os trabalhadores-estudantes apresentam menor tempo disponível para o estudo e integração, o que limita a participação e afeta o seu percurso académico (Moore et al., 2022; Runacres et al., 2021). De igual modo, os estudantes deslocados lidam com desafios de adaptação, custos financeiros acrescidos e o afastamento das redes de suporte, o que condiciona a integração social e reduz o sentimento de pertença, sendo estes elementos fundamentais para o envolvimento académico (Thomas, 2012).

Importa salientar que a interpretação das diferenças observadas entre as variáveis “trabalhador-estudante” e “estudante deslocado” deve ser feita com cautela, uma vez que as análises incidiram apenas sobre o subgrupo dos cuidadores. Assim, permanece em aberto se estas associações refletem características específicas dos JAC ou se traduzem em tendências transversais a todos os estudantes do ensino superior.

Em relação às variáveis demográficas (estatuto de estudante bolsheiro e idade) não foram identificadas diferenças significativas. Isto aponta para o consenso encontrado na literatura científica que demonstra que as variáveis demográficas têm um efeito limitado quando isoladas, sendo considerado os fatores motivacionais e de suporte mais determinantes para o envolvimento académico (Runacres et al., 2021).

No que diz respeito ao género, apesar de não apresentarem diferenças estatisticamente significativas no que diz respeito ao envolvimento académico, foi possível verificar-se que a maioria dos cuidadores pertencem ao género feminino, o que corrobora com os resultados de vários estudos que mostram uma prevalência de mulheres nas funções de cuidado (Levine et al., 2020; Pinquart & Sörensen., 2006). No entanto, tal como o presente estudo, vários trabalhos não identificaram diferenças significativas no envolvimento académico entre cuidadores do sexo masculino e feminino (Chevrier et al., 2022).

Em síntese, os resultados deste estudo sugerem que o estatuto de cuidador, por si só, não compromete de forma significativa o envolvimento académico dos estudantes do ensino superior. Pelo contrário, variáveis que resultam do acumulo de papéis e o afastamento das relações familiares, revelaram-se mais determinantes para níveis mais baixos de envolvimento académico. Para além da interpretação teórica, estes resultados têm implicações práticas relevantes. A identificação precoce de estudantes cuidadores e a disponibilização de apoios adequados são fundamentais para mitigar o impacto das responsabilidades de cuidado. Estratégias institucionais como flexibilidade académica e o apoio financeiros são mecanismos capazes de reduzir as desigualdades e promover a equidade no percurso académico (Becker & Sempik, 2019; Kaiser et al., 2024). Estas medidas para além de beneficiarem os estudantes cuidadores, podem igualmente responder às vulnerabilidades evidenciadas por trabalhadores-estudantes e estudantes deslocados, sendo estes os mais afetados neste estudo.

Deve-se ainda salientar que em alguns subgrupos, como o dos trabalhadores-estudantes, o reduzido número de participantes, limita a robustez estatística dos testes. Por essa razão, os resultados foram acompanhados da apresentação dos respetivos tamanhos de efeito e intervalos de confiança a 95%.

Conclusão

O presente trabalho procura contribuir para a compreensão do envolvimento académico dos JAC, uma realidade ainda pouco estudado em Portugal, apesar do

reconhecimento crescente que tem vindo a assumir em diversos países. A escassez de investigação não apenas dificulta a identificação dos desafios como também a construção de respostas adequadas para o contexto.

Os resultados obtidos indicaram que não se verificaram diferenças significativas no envolvimento académico entre estudantes cuidadores e não cuidadores, nem quando analisadas variáveis diretamente associadas ao cuidado. Estes resultados sugerem que a condição de cuidador, por si só, não compromete de forma determinante o envolvimento académico. Contudo, emergiram fatores de natureza sociodemográficas com maior peso explicativo, o que aponta para a importância das circunstâncias de vida e da acumulação de papéis no percurso académico, o que revela que podem exercer maior influência do que as responsabilidades de cuidado.

Deve-se ainda salientar que em alguns subgrupos, como o dos trabalhadores-estudantes, o reduzido número de participantes, limita a robustez estatística dos testes. Por essa razão, os resultados foram acompanhados da apresentação dos respetivos tamanhos de efeito e intervalos de confiança a 95%.

Este estudo assume particular relevância no contexto português, ao oferecer uma das primeiras análises empíricas sistemáticas sobre o envolvimento académico dos JAC no ensino superior. Ao evidenciar que a condição de cuidador não determina, por si só, um menor envolvimento académico, mas que fatores estruturais e contextuais (como o estatuto de trabalhador-estudante ou a condição de estudante deslocado) exercem maior influência. Assim, este trabalho contribui para preencher a lacuna na literatura nacional e reforça a necessidade de reconhecer a especificidade desta população.

A partir destes resultados, torna-se evidente a necessidade de futuras investigações, de forma a aprofundar dimensões como o tempo dedicado ao cuidado, a intensidade das tarefas desempenhadas e a perceção do apoio institucional. A inclusão destas variáveis poderá oferecer uma maior compreensão das condições que favorecem ou dificultam o envolvimento académico. Paralelamente, os dados evidenciam a urgência de respostas institucionais e políticas públicas que considerem de forma explícita esta população, promovendo condições que permitam conciliar as responsabilidades de cuidado com o percurso académico e, assim, contribuir para a igualdade de oportunidades e para a prevenção de trajetórias de risco no ensino superior.

Limitações e Implicações para o futuro

O presente estudo apresenta algumas limitações que importa salientar. Em primeiro lugar, a natureza transversal da investigação não permite estabelecer relações de causalidade, limitando a interpretação dos resultados a associações identificadas num único momento temporal. Acresce ainda, a amostragem utilizada foi de conveniência, o que restringe a representatividade da população dos estudantes universitários e, consequentemente, a generalização das conclusões. Além disso, verificou-se a existência de subgrupos com números de participantes reduzido, como o caso dos trabalhadores-estudantes ($n = 7$), o que pode ter comprometido a robustez estatística das análises, o que dificulta a deteção de diferenças significativas.

Outro aspeto a considerar é relativo ao instrumento utilizado para avaliar o envolvimento académico. A escala aplicada, ao integrar dimensões distintas numa medida agregada, poderá ter introduzido viés de medição, reduzindo a sensibilidade para captar variações mais subtis entre grupos. Neste sentido, investigações futuras deverão procurar ultrapassar estas limitações através da recolha de amostras mais alargadas e diversificadas, que garantam maior representatividade, bem como da aplicação de metodologias longitudinais que permitam compreender a evolução do envolvimento académico ao longo do tempo. Para além disso, será importante recorrer a instrumentos de avaliação mais específicos e validados, que consigam captar com maior precisão as diferentes dimensões, permitindo uma análise mais diferenciada.

Adicionalmente, importa salientar a relevância da triangulação metodológica nos estudos futuros. A conjugação de métodos quantitativos e qualitativos poderá fornecer uma compreensão mais aprofundada da experiência dos JAC, permitindo não apenas identificar padrões estatísticos como também explorar narrativas pessoais, os significados atribuídos ao cuidar e estratégias individuais de adaptação. Esta complementaridade metodológica poderá enriquecer a interpretação dos resultados e contribuir para a formulação de intervenções mais ajustadas às necessidades dos estudantes cuidadores.

Referências Bibliográficas

- Aldridge, J., & Becker, S. (1993). Children as carers. *Archive of Disease in Childhood*, 69(4), 459-462. <https://doi.org/10.1136/adc.69.4.459>
- Aldridge, J., & Becker, S. (1993). *Children who care: Inside the world of young carers*. Loughborough, UK: Loughborough University, Young Carers Research Group.
- Alves, S., Ribeiro, O., & Paúl, C. (2020). Unmet needs of informal carers of the oldest old in Portugal. *Health & Social Care in the Community*, 28(6).
- AMA. (2024, 15 de março). Cuidador informal. [ePortugal.gov.pt. https://eportugal.gov.pt/guias/apoio-a-familia/cuidador-informal](https://eportugal.gov.pt/guias/apoio-a-familia/cuidador-informal)
- Bartels, M., & Boomsma, D. I. (2009). Born to be happy? The etiology of Subjective well-being. *Behavior Genetics*, 39(6), 605–615. <https://doi.org/10.1007/s10519-009-9294-8>
- Becker, F., Becker, S. (2008). *Young adult carers in the UK : experiences, needs and services for carers aged 16-24*. Princess Royal Trust for Carers.
- Becker, S., Aldridge, J., & Dearden, C. (1998). *Young carers and their families*. Bristol: Policy Press.
- Becker, S. (2007). Global perspectives on children's unpaid caregiving in the family. *Global Social Policy*, 7(1), 23–50. <https://doi.org/10.1177/1468018107073892>
- Becker, S., & Sempik, J. (2019). Young adult carers: The impact of caring on health and education. *Children & Society*, 33(4), 377–386. <https://doi.org/10.1111/chso.12310>
- Boumans, N. P. G., & Dorant, E. (2018). A cross-sectional study on experiences of young adult carers compared to young adult noncarers: Parentification, coping and resilience. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*, 32(4), 1409-1417.
- Brodin, R., Hanson, E., Magnusson, L., Lewis, F., Parkhouse, T., Hlebec, V., Santini, S., Hoefman, R., Leu, A., & Becker, S. (2024). Adolescent young carers who provide care to Sibling. *Healthcare (Basel, Switzerland)*, 12(3), 316. <https://doi.org/10.3390/healthcare12030316>
- Chen, C., Bian, F., & Zhu, Y. (2023). The relationship between social support and academic engagement among university students: The chain mediating effects of life satisfaction and academic motivation. *BMC Public Health*, 23(1), 2368. <https://doi.org/10.1186/s12889-023-17301-3>
- Chevrier, B., Lamore, K., Untas, A., Dorard, G., & Brodin, R. (2022). Young adult carers' identification, characteristics and support: A systematic review. *Frontiers in Psychology*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.990257>

- Chevrier, B., Untas, A., & Dorard, G. (2023). Where are we in the recognition of young adult carers in France? In *Children and Society* (Vol. 37, Issue 6, pp. 2171–2178). John Wiley and Sons Inc. <https://doi.org/10.1111/chso.12602>
- Chikhradze, N., Knecht, C., & Metzinger, S. (2017). Young carers: growing up with chronic illness in the family – A systemic review 2007-2017. *Journal of Compassionate Health Care*, 4(12). <https://doi.org/10.1186/s40639-017-0041-3>
- Chuang, Y. (2014). Increasing learning motivation and students engagement through the technology-supported learning environment. *Creative Education*, 5, 1969-1978. <https://doi.org/10.4236/ce.2014.523221>
- 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>
- Dai, X. Y. (2010). *Handbook of commonly used psychological assessment scales* (p.222). Beijing: People's Military Medical Press.
- D'Amen, B., Socci, M. & Santini, S. (2021). Intergenerational caring: a systematic literature review on young adult caregivers of older people. *BMC Geriatrics*, 21(1), 105. <https://doi.org/10.1186/s12877-020-01976-z>
- Dang, S., Looijmans, A., Lamura, G., & Hagedoorn, M. (2024). Perceived life balance among young adult students: a comparison between caregivers and non-caregivers. *BMC Psychology*, 12(1). <https://doi.org/10.1186/s40359-023-01500-z>
- Day, C. (2015). Young adult carers: a literature review informing the re-conceptualisation of young adult caregiving in Australia. *Journal of Youth Studies*, 18(7), 855–866. <https://doi.org/10.1080/13676261.2014.1001826>
- Day, C. (2019). An empirical case study of young adult carers' engagement and success in higher education. *International Journal of Inclusive Education*, 25(14), 1597–1615. <https://doi.org/10.1080/13603116.2019.1624843>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). Intrinsic motivation and self-determination in human behavior. Springer US. <https://doi.org/10.1007/978-1-4899-2271-7>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2008). Facilitating optimal motivation and psychological well-being across life's domains. *Canadian Psychology / Psychologie Canadienne*, 49(1), 14–23. <https://doi.org/10.1037/0708-5591.49.1.14>
- DGES. (n.d.). Estatuto do trabalhador-estudante. <https://www.dges.gov.pt/pt/pagina/estatuto-do-trabalhador-estudante>

- Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. E. (2009). Subjective well-being: The science of happiness and life satisfaction. In S. J. Lopez & C. R. Snyder (Eds.), *The oxford handbook of positive psychology* (2^a ed., pp. 187-194). Oxford University Press.
- Diseth, A., Danielsen, A. G., & Samdal, O. (2012). A path analysis of basic need support, self-efficacy, achievement goals, life satisfaction and academic achievement level among secondary school students. *Educational Psychology*, 32(3), 335-354. <https://doi.org/10.1080/01443410.2012.657159>
- Erdogan, B., Bauer, T. N., Truxillo, D. M., & Mansfield, L. R. (2012). Whistle while you work. *Journal of Management*, 38(4), 1038–1083. <https://doi.org/10.1177/0149206311429379>
- Gallagher, S., Daynes-Kearney, R., Bowman-Grangel, A., Dunne, N., & McMahon, J. (2022). Life satisfaction, social participation and symptoms of depression in young adult carers: evidence from 21 European countries. *International Journal of Adolescence and Youth*, 27(1), 60–71. <https://doi.org/10.1080/02673843.2021.2025115>
- Garcia, D., Sagone, E., De Caroli, M. E., & Nima, A. Al. (2017). Italian and Swedish adolescents: differences and associations in subjective well-being and psychological well-being. *PeerJ*, 5, e2868. <https://doi.org/10.7717/peerj.2868>
- Gaspar, T., Raimundo, M., de Sousa, S. B., Barata, M., & Cabrita, T. (2023). Relationship between burden, quality of life and difficulties of informal primary caregivers in the context of the COVID-19 Pandemic: Analysis of the Contributions of Public Policies. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(6). <https://doi.org/10.3390/ijerph20065205>
- Gaspar, T., Ribeiro, J. L. P., Matos, M. G., Leal, I., & Ferreira, A. (2009). Psychometric properties of a brief version of the escala de satisfação com o suporte social for children and adolescents. *The Spanish Journal of Psychology*, 12(1), 360–372.
- Goodenow, C. (1993). Classroom belonging among early adolescent students: Relationships to motivation and achievement. *Journal of Early Adolescence*, 13, 21-43. <https://doi.org/10.1177/0272431693013001002>
- Greene, J., Cohen, D., Siskowski, C., & Toyinbo, P. (2017). The relationship between family caregiving and the mental health of emerging young adult caregivers. *Journal of Behavioral Health Services and Research*, 44(4), 551–563. <https://doi.org/10.1007/s11414-016-9526-7>
- Hakimzadeh, R., Besharat, M.-A., Khaleghinezhad, S. A., & Ghorban Jahromi, R. (2016). Peers' perceived support, student engagement in academic activities and life satisfaction: A structural equation modeling approach. *School Psychology International*, 37(3), 240-254. <https://doi.org/10.1177/0143034316630020>

- Haley, W. E., Levine, E. G., Brown, S. L., & Bartolucci, A. A. (1987). Stress, appraisal, coping, and social support as predictors of adaptational outcome among dementia caregivers. *Psychology and aging*, 2(4), 323–330. <https://doi.org/10.1037//0882-7974.2.4.323>
- Hamilton, M. G., & Adamson, E. (2013). Bounded agency in young carers' lifecourse-stage domains and transitions. *Journal of Youth Studies*, 16(1), 101–117. <https://doi.org/10.1080/13676261.2012.710743>
- Haugland, B. S. M., Hysing, M., & Sivertsen, B. (2020). The burden of care: A national survey on the prevalence, demographic characteristics and health problems among young adult carers attending higher education in Norway. *Frontiers in Psychology*, 10. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02859>
- Haugland, B. S. M., Hysing, M., & Sivertsen, B. (2022). Study progress, recreational activities, and loneliness in young adult carers: a national student survey. *BMC Psychology*, 10(1). <https://doi.org/10.1186/s40359-022-00760-5>
- Haugland, B. S. M., Hysing, M., & Sivertsen, B. (2023). Does it matter who you provide care for? Mental health and life satisfaction in young adult carers associated with type of relationship and illness category—A national student survey. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(5). <https://doi.org/10.3390/ijerph20053925>
- Hawkins, M. T., Villagonzalo, K.-A., Sanson, A. V., Toumbourou, J. W., Letcher, P., & Olsson, C. A. (2012). Associations Between Positive Development in Late Adolescence and Social, Health, and Behavioral Outcomes in Young Adulthood. *Journal of Adult Development*, 19(2), 88–99. <https://doi.org/10.1007/s10804-011-9137-8>
- Henry, J. D., & Crawford, J. R. (2005). The short-form version of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS-21): Construct validity and normative data in a large non-clinical sample. *British Journal of Clinical Psychology*, 44(2), 227–239. <https://doi.org/10.1348/014466505X29657>
- Hernandez, D., Jacomino, G., Swamy, U., Donis, K., & Eddy, S. L. (2021). Measuring supports from learning assistants that promote engagement in active learning: evaluating a novel social support instrument. *International Journal of STEM Educations*, 8 (1).
- Instituto da Segurança Social, I.P. (2024). *Estatuto do cuidador informal: Dados atualizados em 18 de abril de 2014*. Gabinete de Planeamento e Estratégia.
- Joseph, G., Daoud, N., & Kamar, I. (2018). Young carers in the west bank Palestine: a qualitative study of the psychological and social implications of caregiving among adolescents. *BMC International Health and Human Rights*, 18(1), 15.

- Joseph, S., Becker, S., Becker, F., & Regel, S. (2009). Assessment of caring and its effects in young people: Development of the multidimensional assessment of caring activities checklist (MACA-YC18) and the Positive and Negative Outcomes of Caring Questionnaire (PANOC-YC20) for young carers. *Child: Care, Health and Development*, 35(4), 510-520. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2214.2009.00959.x>
- Kanellopoulou, C., & Giannakouloupoulos, A. (2020). Engage and Conquer: An Online Empirical Approach into Whether Intrinsic or Extrinsic Motivation Leads to More Enhanced Students' Engagement. *Creative Education*, 11(02), 143–165. <https://doi.org/10.4236/ce.2020.112011>
- Kettell, L. (2018). Young adult carers in higher education: The motivations, barriers and challenges involved – a UK study. *Journal of Further and Higher Education*, 44(1), 100-112.
- Leu, A., & Becker, S. (2017). A cross-national and comparative classification of in-country awareness and policy responses to 'young carers.' *Journal of Youth Studies*, 20(6), 750–762. <https://doi.org/10.1080/13676261.2016.1260698>
- Leu, A., Berger, F. M., Heino, M., Nap, H. H., Untas, A., Boccaletti, L., Lewis, F., Phelps, D., Santini, S., D'Amen, B., & Becker, S. (2022). The 2021 cross-national and comparative classification of in-country awareness and policy responses to “young carers”. *Journal of Youth Studies* 26(5), 619-636. <https://doi.org/10.1080/13676261.2022.2027899>
- Leu, A., Frech, M., & Jung, C. (2018). Young carers and young adult carers in Switzerland: Caring roles, ways into care and the meaning of communication. *Health & social care in the community*, 26(6), 925–934. <https://doi.org/10.1111/hsc.12622>
- Leu, A., Jung, C., Frech, M., Sempik, J., Moser, U., Verner, M., & Becker, S. (2018). Study protocol: Young carers and young adult carers in Switzerland. *BMC Health Services Research*, 18(1). <https://doi.org/10.1186/s12913-018-2981-5>
- Levine, C., Hunt, G. G., Halper, D., Hart, A. Y., Lautz, J., & Gould, D. A. (2005). Young adult caregivers: A first look at na unstudied population. *American Journal of Public Health*, 95(11), 2071-2075. <https://doi.org/10.2105/AJPH.2005.067702>
- Lin, N. (1986). Conceptualizing social support. In N. Lin, A. Dean, & W. M. Ensel (Eds.), *Social support, life events, and depression* (pp.17-30). Orlando, FL: Academic Press
- Mabille, G., Skoglund, J., Thörnblad, R., & Holtan, A. (2022). Placement stability and satisfaction with foster home as predictors of life satisfaction for young adults raised in foster care. *Child and Family Social Work*, 27(2), 267–277. <https://doi.org/10.1111/cfs.12880>
- Martins, R., Santos, P., & Andrade, A. (2015). Satisfação com a vida em idosos: prevalência e determinantes. *Gestão e desenvolvimento*, 23, 107-123.

- Masten, A. S. (2001). Ordinary magic: Resilience processes in development. *American Psychologist*, 56(3), 227-238. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.56.3.227>
- Meireles, A., Marques, S., Faria, S., Lopes, J. C., Teixeira, A. R., Alves, B., & Becker, S. (2023). Being a Young Carer in Portugal: The Impact of Caring on Adolescents' Life Satisfaction. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(21). <https://doi.org/10.3390/ijerph20217017>
- Meireles, A., & Marques, S. (2023). *Academic Functioning Questionnaire—Research Version*; CIPD: Porto, Portugal; Unpublished document.
- Meireles, A. (s/d). *Escala de Envolvimento e Desempenho Académico—Versão de Investigação*; CIPD: Porto, Portugal; Documento não publicado.
- Montero, I., & León, O. G. (2007). A guide for naming research studies in Psychology 1. In © *International Journal of Clinical and Health Psychology* (Vol. 7).
- Montgomery, R. J. V., Stull, D. E., Borgatta, E. F., & Remis, R. S. (1985). The Caregiving Activity Survey: a procedure for assessing family caregiver activities. *Social Science & Medicine*, 21(5), 743-748.
- Moore, T., Bourke-Taylor, H. M., Greenland, N., McDougall, S., Robinson, L., Brown, T., & Bromfield, L. (2022). Young carers and educational engagement: Quantitative analysis of bursary applications in Australia. *Health & Social Care in the Community*, 30(5). <https://doi.org/10.1111/hsc.13589>
- Peeters, M., Oldehinkel, A., Veenstra, R., & Vollebergh, W. (2019). Unique developmental trajectories of risk behaviors in adolescence and associated outcomes in young adulthood. *PloS One*, 14(11), e0225088. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0225088>
- Pierce, M., Darley, A., & Lafferty, A. (2025). Student Carers in Higher Education Institutions: A Scoping Review Protocol. *HRB Open Research*, 8, 9. <https://doi.org/10.12688/hrbopenres.14047.1>
- Pinquart, M., & Sörensen, S. (2006). Gender differences in caregiver stressors, social resources and health: An updated meta-analysis. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 61(1), 33-45. <https://doi.org/10.1093/geronb/61.1.P33>
- Pinquart, M., & Sörensen, S. (2007). Correlates of physical health of informal caregivers: a meta-analysis. *The Journals of Gerontology. Series B, Psychological Sciences and Social Sciences*, 62(2), P126-37. <https://doi.org/10.1093/geronb/62.2.p126>
- Pittman, L. D., & Richmond, A. (2008). University belonging, friendship quality, and psychological adjustment during the transition to college. *Journal of Experimental Educations*, 76, 343-361.

- Restubog, S. L. D., Florentino, A. R., & Garcia, P. R. J. M. (2010). The mediating roles of career self-efficacy and career decidedness in the relationship between contextual support and persistence. *Journal of Vocational Behavior*, 77(2), 186-195. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2010.06.005>
- Richards, E. (2023). Exploring the factors influencing young adults student's engagement with targeted support in higher education. *Journal of Learning Development in Higher Education*, (28).
- Runacres, J., Herron, D., Buckless, K., & Worrall, S. (2021). Student carer experiences of higher education and support: A scoping review. *International Journal of Inclusive Education*, 28. <https://doi.org/10.1080/13603116.2021.1983880>
- Schaufeli, W. B., Martinez, I. M., Marques-Pinto, A., Salanova, M., & Bakker, A. B. (2002). Burnout and engagement in university students: A cross-national study. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 33(5), 464-481. <https://doi.org/10.1177/0022022102033005003>
- Semmer, N. K., Elfering, A., Jacobshagen, N., Perrot, T., Beehr, T. A., & Boos, N. (2008). The emotional meaning of instrumental social support. *International Journal of Stress Management*, 15(3), 235-251. <https://doi.org/10.1037/1072-5245.15.3.235>
- Sempik, J., & Becker, S. (2013). Young adult carers at college and university. Carer Trust.
- Thomas, L. (2012). Building students engagement and belonging in higher education at a time of change: Final report from the What Works? Student Retention & Success programme. *Paul Hamlyn Foundation/HEFCE*.
- Vallerand, R. J., Pelletier, L. G., Blais, M. R., Brière, N. M., Senécal, C., & Vallières, E. F. (1992). The Academic Motivation Scale: A measure of intrinsic, extrinsic and amotivation in education. *Educational and Psychological Measurement*, 52(4), 1003-1017. <https://doi.org/10.1177/0013164492052004025>
- Van der Werf, H. M., Luttik, M. L. A., Francke, A. L., Roodbol, P. F., & Paans, W. (2019). Students growing up with a chronically ill family member: Consequences, background characteristics, and risk factors. *BMC Public Health*, 19, 1486. <https://doi.org/10.1186/s12889-019-7834-6>
- Wentzel K. R. (2004). Understanding classroom competence: the role of social-motivational and self-processes. *Advances in child development and behavior*, 32, 213-241. [https://doi.org/10.1016/s0065-2407\(04\)80008-9](https://doi.org/10.1016/s0065-2407(04)80008-9)

Anexo

Anexo A - Testes de Normalidade

	M (DP)	Normalidade
JAC (n = 210)	42.95 (5.64)	< .001*
JANC (n = 785)	43.39 (6.02)	< .001*
Tipo de apoios prestados		
Apoio emocional (n = 115)	43.20 (6.05)	< .001*
Múltiplos apoios (n = 66)	42.55 (5.01)	> .05
Tarefas domésticas (n = 10)	44.10 (4.91)	> .05
Cuidados pessoais (n = 8)	42.75 (6.39)	> .05
Cuidados de saúde (n = 6)	42.83 (5.19)	> .05
Outros apoios (n = 5)	40.60 (6.07)	> .05
Tipo de doença da pessoa cuidada		
Doença mental (n = 71)	42.82 (5.52)	> .05
Multimorbilidade (n = 43)	43.40 (5.68)	> .05
Outras doenças (n = 32)	41.77 (7.76)	> .05
Doença oncológica (n = 29)	42.34 (5.03)	> .05
Quadro demencial (n = 22)	44.76 (4.40)	> .05
Doença neurodegenerativa (n = 14)	44.23 (2.95)	> .05
Dependência / Adição (n = 5)	41.00 (3.92)	> .05
Diversidade funcional (n = 3)	41.33 (7.64)	> .05
Idade		
18 anos (n = 48)	44.35 (4.94)	> .05
19 anos (n = 53)	42.49 (6.22)	> .05
20 anos (n = 56)	43.02 (6.12)	< .001*
21 anos (n = 30)	42.33 (5.16)	> .05
22 anos (n = 12)	41.75 (2.86)	> .05
23 anos (n = 6)	43.67 (7.00)	> .05
24 anos (n = 3)	40.00 (4.36)	> .05
25 anos (n = 2)	38.00 (8.48)	> .05

Género		
Feminino (n = 165)	42.87 (5.47)	< .001*
Masculino (n = 43)	43.16(6.42)	> .05
Estatuto estudante bolseiro		
Estudante bolseiro (n = 16)	42.56 (5.54)	> .05
Estudante não bolseiro (n = 159)	42.50 (5.51)	< .001*
Estatuto trabalhador-estudante		
Trabalhador-estudante (n = 7)	37.29 (6.16)	> .05
Estudante não trabalhador (n = 168)	42.73 (5.38)	< .001*
Estudante deslocado		
Estudante deslocado (n = 23)	40.52 (5.53)	> .05
Estudante não deslocado (n = 187)	43.25 (5.60)	< .001*
Parentesco com a pessoa cuidada		
Avós (n = 67)	44.12 (5.06)	> .05
Figura parental (n = 59)	41.08 (5.95)	> .05
Não familiares (n = 22)	43.68 (6.49)	< .001*
Irmão / Irmã (n = 15)	41.93 (5.82)	> .05
Outros familiares (n = 14)	44.29 (5.17)	> .05

Nota. * p < .001.