U.PORTO

MESTRADO
PSICOLOGIA

Discriminação percebida e bem-estar em Portugal: Relações com gênero e nível de vida

Yara Castro Perez Bellan

M

2026

FACULDADE DE **PSICOLOGIA E DE CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO**



Universidade do Porto
Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação

DISCRIMINAÇÃO PERCEBIDA E BEM-ESTAR EM PORTUGAL: RELAÇÕES COM GÊNERO E NÍVEL DE VIDA

Yara Castro Perez Bellan

Outubro de 2026

Dissertação apresentada no Mestrado em Psicologia da Justiça e da Desviância, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto, orientada pelas Professoras Doutoras Susana Coimbra e Maria José Magalhães (FPCEUP).

AVISOS LEGAIS

O conteúdo desta dissertação reflete as perspectivas, o trabalho e as interpretações da autora no momento da sua entrega. Esta dissertação pode conter incorreções, tanto conceituais como metodológicas, que podem ter sido identificadas em momento posterior ao da sua entrega. Por conseguinte, qualquer utilização dos seus conteúdos deve ser exercida com cautela.

Ao entregar esta dissertação, a autora declara que a mesma é resultante do seu próprio trabalho, contém contributos originais e são reconhecidas todas as fontes utilizadas, encontrando-se tais fontes devidamente citadas no corpo do texto e identificadas na secção de referências. A autora declara, ainda, que não divulga na presente dissertação quaisquer conteúdos cuja reprodução esteja vedada por direitos de autor ou de propriedade industrial.

Sem prejuízo do disposto anteriormente, a autora declara que recorreu a ferramentas de Inteligência Artificial (ChatGPT) durante o processo de elaboração deste trabalho, como ferramenta de apoio à estruturação e organização textual, verificação da coerência interna do documento e revisão ortográfica e da formatação segundo as normas APA. O recurso a estas ferramentas limitou-se aos usos descritos, mantendo-se as ideias, a análise, a interpretação dos resultados, a elaboração científica e a redação inicial da Dissertação integralmente da responsabilidade da autora.

Resumo

A discriminação percebida constitui uma experiência psicossocial associada a diferentes dimensões do ajustamento psicológico e pode assumir significados distintos em função das posições sociais dos indivíduos. Este estudo teve como objetivo analisar a relação entre discriminação percebida, sofrimento psicológico e satisfação com a vida, considerando ainda as variáveis sociodemográficas, em particular o gênero e o nível de vida percebido. Para o efeito, foram usados os dados de uma amostra representativa recolhida em 2025 no contexto português no âmbito do Observatório dos Desafios Sociais do grupo de pesquisa Cultura, Normatividade e Diversidade. A amostra foi constituída por 1003 pessoas adultas com idades compreendidas entre os 18 e 80 anos que responderam à Escala de Discriminação Quotidiana, à Escala de Satisfação com a Vida e à versão abreviada do Inventário de Saúde Mental. Maior discriminação percebida associou-se a maior sofrimento psicológico e, de forma mais fraca, a menor satisfação com a vida. Contudo, após o controle das características sociodemográficas e do nível de vida percebido, a discriminação percebida manteve associação com o sofrimento psicológico, mas não com a satisfação com a vida. Os homens reportaram maior discriminação global, enquanto as mulheres apresentaram maior sofrimento psicológico e referiram mais frequentemente o gênero como motivo de discriminação. Níveis de vida menos favoráveis associaram-se a maior sofrimento psicológico e menor satisfação com a vida. Os resultados reforçam a importância de distinguir diferentes dimensões do bem-estar e de considerar as condições sociais na compreensão das experiências de discriminação.

Abstract

Perceived discrimination is a psychosocial experience associated with different dimensions of psychological adjustment and may acquire different meanings depending on individuals' social positions. This study aimed to examine the relationship between perceived discrimination, psychological distress, and life satisfaction, while also considering gender, perceived standard of living, and other sociodemographic characteristics. Data from 1,003 adult participants in the *Observatório dos Desafios Sociais* (ODESS) were analysed. Perceived discrimination was assessed using nine items from the Everyday Discrimination Scale, psychological distress through the abbreviated Mental Health Inventory and life satisfaction through the Satisfaction With Life Scale. Correlational analyses, group comparisons, analyses of attributed reasons for discrimination, and hierarchical linear regressions were conducted. Higher perceived discrimination was associated with greater psychological distress and, more weakly, with lower life satisfaction. In multivariate models, perceived discrimination remained independently associated with psychological distress, but not with life satisfaction after accounting for sociodemographic characteristics and perceived standard of living. Men reported higher overall perceived discrimination, whereas women showed greater psychological distress and more frequently attributed discriminatory experiences to gender. Less favourable perceived standards of living were associated with greater psychological distress and lower life satisfaction. Overall, the findings highlight the importance of distinguishing between different dimensions of well-being and of considering social conditions when examining experiences of discrimination.

Índice

Introdução **1**
Discriminação percebida 1
Discriminação e bem-estar 3
Gênero e nível de vida percebido: relações com a discriminação e o bem-estar 4
Modelo teórico, problema de investigação, objetivos e hipóteses 6
Método **8**
Desenho do estudo e base de dados 8
Participantes 8
Instrumentos 10
Discriminação percebida 10
Sofrimento psicológico 10
Satisfação com a vida 11
Gênero e nível de vida percebido 11
Procedimento de recolha de dados 11
Procedimento de análise de dados 12
Resultados **14**
Verificação dos pressupostos 14
H1 - Discriminação percebida e indicadores de bem-estar 14
Caracterização dos motivos atribuídos à discriminação percebida 17
H2 - Gênero, sofrimento psicológico e significado das experiências discriminatórias 18
H3 - Nível de vida percebido e indicadores de bem-estar 19
Análises sociodemográficas exploratórias 20
Discussão **21**
H1 - Discriminação percebida e indicadores de bem-estar 21
H2 - Gênero, sofrimento psicológico e significado das experiências discriminatórias 23
H3 - Nível de vida percebido e indicadores de bem-estar 24
Análises sociodemográficas exploratórias 25
Contributos e implicações 25
Limitações e direções futuras 26
Conclusão 27
Referências **27**
Anexo A **30**
Estatísticas descritivas e comparações sociodemográficas das variáveis principais 30
Anexo B **37**
Frequências e associações dos motivos atribuídos à discriminação 37
Anexo C **39**
Modelos completos de regressão 39

Introdução

Discriminação percebida

A discriminação percebida constitui um fenômeno psicossocial relevante para compreender como relações de desigualdade podem adquirir expressão na experiência cotidiana. Mais do que remeter exclusivamente à ocorrência formalmente identificável de um ato discriminatório, o construto diz respeito aos processos através dos quais as pessoas reconhecem determinadas interações, decisões ou formas de tratamento como injustas, desvalorizadoras ou diferenciadas em relação àquelas dirigidas a outras pessoas (Major et al., 2002; Williams & Mohammed, 2009).

Existe, portanto, uma dimensão necessariamente interpretativa: interessa compreender a experiência subjetiva de tratamento injusto e o significado que esse tratamento adquire para quem o vivencia. Esta dimensão subjetiva exige, contudo, alguma precisão. Perceber discriminação não constitui, por si só, uma verificação independente da natureza objetiva de cada situação, mas tampouco se reduz a uma avaliação arbitrária ou desligada das relações sociais em que ocorre. Reconhecer uma experiência como discriminatória implica interpretar acontecimentos e situá-los num quadro explicativo mais amplo, atribuindo significado ao modo como se foi tratado/a (Major et al., 2002). Essas experiências reconhecidas como discriminatórias podem assumir formas abertas, como hostilidade, exclusão ou desigualdade explícita de tratamento, o que pode ser designado de tratamento injusto ou formas abertas de discriminação, mas também formas mais indiretas, ambíguas ou socialmente normalizadas, o que pode ser designado por rejeição pessoal ou formas encobertas de discriminação.

O significado dessas experiências decorre, além da sua forma concreta, também do que podem comunicar acerca da posição da pessoa nas relações sociais. A teoria do reconhecimento de Honneth (1996) oferece um enquadramento útil para esta dimensão relacional. Para o autor, experiências intersubjetivas de reconhecimento participam da construção de formas fundamentais da relação consigo/a próprio/a, enquanto experiências de desrespeito podem pôr em causa o valor, a legitimidade ou a pertença social. Neste estudo, esta teoria é mobilizada como enquadramento interpretativo e não como mecanismo diretamente testado: permite considerar que a discriminação pode adquirir relevância psicológica não apenas pelas suas possíveis consequências materiais, mas também pelo significado relacional que transmite.

Importa ainda distinguir a percepção de discriminação da atribuição de uma causa para esse tratamento. Uma pessoa pode reconhecer uma interação como desvalorizadora sem conseguir identificar com segurança a razão; noutras situações, pode relacioná-la com o seu gênero, idade, origem, posição socioeconômica ou mesmo várias pertenças sociais. A investigação sobre atribuições para a discriminação mostra que essas interpretações são atravessadas pelos referenciais através dos quais as pessoas compreendem a própria posição e as relações entre grupos (Major et al., 2002). Assim, a frequência de discriminação percebida e motivos atribuídos constituem dimensões relacionadas, mas não equivalentes.

Esta distinção orienta o presente estudo. A discriminação percebida é tratada como uma experiência psicossocial global – interessando, aqui, a frequência com que situações de tratamento injusto, desrespeito ou desvalorização são reconhecidas –, enquanto os motivos atribuídos constituem uma dimensão complementar de contextualização do seu significado. Por essa razão, diferenças na frequência de discriminação entre grupos sociais não são interpretadas automaticamente como evidência de uma modalidade específica de discriminação. O gênero do/a participante, por exemplo, não equivale à atribuição do gênero como motivo de uma experiência discriminatória.

No contexto português, assim como noutros, essa articulação também assume relevância. A existência de princípios formais de igualdade não elimina processos de diferenciação ou exclusão, nem garante que sejam reconhecidos e nomeados de forma consensual. No domínio da racialização, por exemplo, Maeso (2019) mostrou como discursos universalistas de igualdade podem coexistir com processos de negação ou despolitização do racismo. Embora essa análise se refira a uma forma específica de desigualdade, evidencia um problema mais amplo: relações sociais que produzem diferenciação e as categorias utilizadas para interpretá-las não coincidem necessariamente de forma simples.

Complementarmente, o relatório do Observatório dos Desafios Sociais identificou uma diversidade de motivos associados às experiências de discriminação, incluindo dimensões socioeconômicas, educacionais, etárias, étnico-raciais e de gênero, além de nacionalidade, orientação sexual e religião, bem como associações entre maior discriminação percebida e pior bem-estar psicológico (Coimbra & Gato, 2026). Ao mesmo tempo, Vázquez et al. (2025) identificaram diferentes perfis de discriminação e ajustamento psicológico, nos quais características sociais não surgiam de maneira uniforme. Estas evidências sugerem que a experiência da discriminação não se distribui de forma homogênea nem pode ser compreendida a partir de uma única característica social.

Esta abordagem permite preservar uma tensão importante ao longo do estudo: as medidas utilizadas são subjetivas mas as experiências a que se referem não podem ser tratadas como desligadas do contexto social. O interesse está precisamente em compreender como condições, posições e interações sociais são reconhecidas e avaliadas pelas pessoas, sem presumir que essa interpretação reproduza de forma transparente a estrutura social que a enquadra.

Discriminação e bem-estar

A relevância psicológica da discriminação percebida encontra amplo respaldo na literatura. Experiências recorrentes de discriminação têm sido associadas a maior sofrimento, sintomatologia depressiva e ansiosa e avaliações menos favoráveis do ajustamento psicológico (Pascoe & Smart Richman, 2009; Schmitt et al., 2014; Williams et al., 2019). Estas associações têm sido frequentemente compreendidas no quadro da discriminação enquanto fonte de estresse psicossocial, cuja repetição pode representar uma exigência continuada de adaptação e enfrentamento (Pascoe & Smart Richman, 2009).

A evidência meta-analítica indica, contudo, que essas relações não apresentam a mesma intensidade para todos os indicadores psicológicos. Schmitt et al. (2014) observaram associações mais expressivas entre discriminação percebida e indicadores negativos de ajustamento do que com indicadores positivos. Esta diferença é importante porque o sofrimento psicológico e satisfação com a vida não constituem extremos perfeitamente intercambiáveis de uma única dimensão.

Na tradição do bem-estar subjetivo, Diener et al. (1999) distinguem componentes afetivos e cognitivos-avaliativos. A satisfação com a vida corresponde ao julgamento cognitivo global que a pessoa realiza acerca da própria existência segundo critérios que considera relevantes, sendo essa dimensão captada pela *Satisfaction With Life Scale* (Escala de Satisfação com a Vida) (Diener et al., 1985). No presente estudo, a satisfação com a vida é utilizada como indicador cognitivo-avaliativo do bem-estar. O sofrimento psicológico, por sua vez, é tratado como indicador complementar de mal-estar emocional e saúde mental, envolvendo estados como nervosismo, tristeza, tensão ou ausência de calma.

A análise conjunta destes desfechos permite examinar duas facetas distintas da experiência psicológica: como a pessoa avalia globalmente a própria vida e como a pessoa se sente. Uma experiência de desvalorização pode relacionar-se de forma relativamente próxima com tensão ou sofrimento sem alterar, na mesma proporção, uma avaliação mais abrangente da vida, que integra múltiplos domínios e referenciais. Considerar os dois indicadores

separadamente permite, portanto, testar se a discriminação percebida apresenta relações distintas conforme o tipo de desfecho analisado.

A consideração conjunta destes indicadores também evita uma leitura dicotômica do bem-estar. Menor sofrimento psicológico não implica necessariamente maior satisfação com a vida, assim como uma avaliação globalmente favorável da própria existência não exclui a presença de mal-estar emocional. As duas dimensões podem estar relacionadas sem serem redutíveis uma à outra (Diener et al., 1999), o que justifica a sua análise separada.

Esta diferenciação também é coerente com o caráter subjetivo das medidas utilizadas. A discriminação percebida envolve reconhecer determinadas interações como injustas, a satisfação com a vida implica avaliar globalmente a própria existência e o sofrimento psicológico remete para a frequência de estados internos experienciados. O foco do estudo encontra-se, assim, na forma como experiências e condições sociais adquirem expressão na vida psicológica, sem reduzir o bem-estar a uma característica exclusivamente individual.

Gênero e nível de vida percebido: relações com a discriminação e o bem-estar

A discriminação percebida e o bem-estar são analisados aqui como experiências socialmente situadas. Entre as diferentes características consideradas, gênero e nível de vida percebido recebem especial atenção por remeterem a dimensões distintas da posição social: o primeiro, a sistemas de significados, expectativas e estatuto; o segundo, à avaliação das próprias condições materiais e da posição econômica relativa.

O gênero não é considerado apenas como uma característica sociodemográfica. Amâncio (1993) mostrou, desde há muito no contexto português, uma assimetria nas representações do masculino e do feminino, enquanto Ridgeway (2011) descreve o gênero como um enquadramento social através do qual expectativas acerca de competência, comportamento e estatuto podem ser mobilizadas nas interações. Estas perspectivas não implicam que homens e mulheres constituam grupos homogêneos ou que o gênero determine isoladamente as suas experiências, mas permitem compreendê-lo como uma posição social potencialmente relevante para a forma como as pessoas são avaliadas, tratadas e reconhecidas.

A investigação empírica sugere igualmente que gênero pode relacionar-se de forma distinta com diferentes indicadores psicológicos. Hackett et al. (2019), ao examinarem discriminação baseada no sexo entre mulheres no Reino Unido, encontraram associações com maior sofrimento psicológico e pior funcionamento mental. Em Portugal, Pinho e Varsori (2026) observaram níveis mais elevados de ansiedade e afeto negativo entre mulheres, mas não diferenças significativas na satisfação com a vida ou no afeto positivo. Estes resultados

sustentam a possibilidade de diferenças de gênero se manifestarem mais claramente em indicadores de mal-estar do que em avaliações globais positivas.

É igualmente necessário distinguir o gênero da pessoa do gênero enquanto motivo atribuído a uma experiência discriminatória. Uma diferença entre homens e mulheres na frequência global de discriminação não permite concluir que esteja em causa a discriminação de gênero. A atribuição do tratamento ao gênero constitui informação distinta, relacionada com a forma como a própria experiência é interpretada. Esta separação é especialmente importante num estudo que utiliza uma medida global de discriminação e analisa, complementarmente, os motivos que as pessoas associam às experiências reportadas.

O nível de vida percebido introduz uma dimensão diferente da posição social. Indicadores objetivos, como rendimento, escolaridade ou ocupação, descrevem aspectos relevantes das condições materiais, mas não esgotam a forma como as pessoas avaliam a própria situação. A posição socioeconômica subjetiva acrescenta uma dimensão relacional e comparativa. Na meta-análise de Tan et al. (2020), tanto indicadores objetivos quanto subjetivos de posição socioeconômica se associaram ao bem-estar, com associações, em média, mais fortes para as medidas subjetivas.

A variável utilizada neste estudo aproxima-se desta lógica, embora não constitua uma medida formal de estatuto socioeconômico subjetivo. Os/as participantes avaliam o próprio nível de vida relativamente à maioria da população portuguesa, incorporando, assim, uma dimensão comparativa. Esta característica é relevante para a satisfação com a vida, que corresponde a uma avaliação global da própria existência segundo referenciais considerados significativos. Em Portugal, Soukiazis e Ramos (2016) encontraram uma relação positiva entre satisfação com condições materiais e satisfação com a vida, reforçando a pertinência de considerar as condições socioeconômicas nesta avaliação.

A posição econômica percebida pode ainda relacionar-se com a experiência de discriminação. Vázquez et al. (2025) identificaram rendimento e nível educacional entre os motivos associados às experiências discriminatórias e observaram maior presença de participantes com menor nível de vida em perfis caracterizados por maior discriminação percebida e pior ajustamento. O relatório do Observatório dos Desafios Sociais (ODESS) aponta igualmente para a relevância de motivos socioeconômicos entre as explicações atribuídas à discriminação (Coimbra & Gato, 2026).

Neste trabalho, o nível de vida percebido é, portanto, utilizado como uma aproximação subjetiva à posição socioeconômica, sem ser equiparado a rendimento, classe social ou discriminação econômica. A sua inclusão permite examinar se uma avaliação menos

favorável das próprias condições de vida se associa ao sofrimento psicológico e à satisfação com a vida e se se relaciona também com a frequência de discriminação e com a atribuição de motivos econômicos às experiências reportadas.

Gênero e nível de vida recebem maior destaque analítico, mas outras características sociais permanecem relevantes. Idade, orientação sexual, nacionalidade e nível de instrução são consideradas como dimensões de contextualização, comparação entre grupos e controle estatístico. A sua inclusão permite situar os padrões encontrados sem pressupor antecipadamente uma direção específica para cada característica ou sem estudar a interseccionalidade entre diferentes grupos de pertença, o que ultrapassa os objetivos do presente estudo.

Modelo teórico, problema de investigação, objetivos e hipóteses

A partir do enquadramento desenvolvido, este estudo centra-se na relação entre discriminação percebida e bem-estar entre adultos/as residentes em Portugal, considerando simultaneamente as condições sociais em que essas experiências se produzem. A discriminação percebida é entendida em sentido global, como experiência subjetiva de tratamento injusto, mantendo-se distinta a questão dos motivos posteriormente atribuídos a essas experiências. O sofrimento psicológico e a satisfação com a vida são analisados como desfechos complementares, mas não equivalentes, enquanto o gênero e nível de vida percebido assumem particular relevância na contextualização social dessas relações. A pertinência do estudo decorre, assim, da necessidade de compreender não apenas se a discriminação percebida se associa ao ajustamento psicológico, mas também se essa relação varia conforme o indicador considerado e como se articula com diferentes posições e condições sociais no contexto português.

Neste quadro, a pergunta central de investigação pode ser formulada da seguinte forma: *em que medida a discriminação percebida se associa ao sofrimento psicológico e à satisfação com a vida em pessoas adultas residentes em Portugal, e como essas experiências se articulam com o gênero e o nível de vida percebido?* Esta questão permite reunir os dois níveis de análise que atravessam o trabalho: por um lado, a relação entre tratamento injusto percebido e experiência psicológica; por outro, a distribuição dessas experiências segundo diferentes posições sociais.

O objetivo geral consiste em analisar a relação entre discriminação percebida, sofrimento psicológico e satisfação com a vida, considerando a relevância do gênero, do nível de vida percebido e de outras características sociodemográficas para a contextualização destas

relações. Especificamente, pretende-se: (a) examinar as associações entre discriminação percebida, sofrimento psicológico e satisfação com a vida; (b) avaliar a associação entre discriminação percebida com ambos os desfechos após o controle de características sociodemográficas relevantes; (c) analisar a relação do gênero e do nível de vida percebido com a discriminação percebida, o sofrimento psicológico e a satisfação com a vida; e (d) analisar os motivos atribuídos às experiências de discriminação, particularmente a sua articulação com o gênero e o nível de vida percebido.

Com base no enquadramento teórico e na evidência disponível, formulam-se três hipóteses principais. Para a primeira hipótese (H1), espera-se que níveis mais elevados de discriminação percebida estejam associados a maior sofrimento psicológico e menor satisfação com a vida, esperando-se uma associação mais consistente e de maior magnitude com o sofrimento psicológico (Pascoe & Smart Richman, 2009; Schmitt et al., 2014).

Para o gênero, a segunda hipótese (H2) adota expectativas mais circunscritas. Espera-se maior sofrimento psicológico entre mulheres do que entre homens, em consonância com evidência recente obtida em Portugal (Pinho & Varsori, 2026). As diferenças de gênero na discriminação percebida global e na satisfação com a vida, bem como a atribuição do gênero como motivo das experiências discriminatórias, serão examinadas de forma exploratória.

Quanto ao nível de vida percebido, a terceira hipótese (H3) propõe que posições menos favoráveis estejam associadas a maior sofrimento psicológico e menor satisfação com a vida, sendo esta última relação particularmente sustentada pela literatura sobre posição socioeconômica subjetiva (Soukiazis & Ramos, 2016; Tan et al., 2020). A relação entre nível de vida e discriminação percebida global e com a atribuição de motivos econômicos será examinada complementarmente.

Os motivos atribuídos são analisados como dimensão complementar de significado. Para além da sua distribuição geral, é dada atenção particular à atribuição ao gênero em função do gênero dos/as participantes e à atribuição a razões econômicas em função do nível de vida percebido. Esta estratégia permite examinar se as posições sociais consideradas encontram correspondência nas explicações que as próprias pessoas atribuem às experiências de tratamento injusto, sem pressupor que essa correspondência seja necessária ou completa.

Idade, orientação sexual, nacionalidade e nível de instrução serão consideradas como variáveis de contextualização e controle nos modelos multivariados. As comparações entre grupos relativas a estas características terão caráter complementar e exploratório, sem hipóteses direcionais específicas.

Em conjunto, o modelo procura articular experiência percebida, posição social, atribuição de significado e ajustamento psicológico, sem reduzir essas dimensões umas às outras. Nas secções seguintes, apresenta-se inicialmente o método, incluindo a caracterização da amostra, das medidas e da estratégia analítica; seguem-se os resultados das análises realizadas e, posteriormente, a sua discussão à luz do enquadramento teórico e da investigação anterior, finalizando o trabalho com a consideração dos principais contributos, limitações e conclusões.

Método

Desenho do estudo e base de dados

O presente estudo adotou um desenho quantitativo, transversal e correlacional. Os dados integram a vaga 2025 do Observatório dos Desafios Sociais (ODESS), projeto desenvolvido pelo Grupo Cultura, Normatividade e Diversidade do Centro de Psicologia da Universidade do Porto para monitorizar percepções sociais, condições de vida, desigualdades e valores na população residente em Portugal (Coimbra & Gato, 2026). A presente investigação utiliza exclusivamente os dados recolhidos em 2025 no eixo temático "Discriminação e bem-estar psicológico".

Participantes

A amostra inicial compreendia 1032 participantes, com idades entre os 18 e 80 anos. Para inclusão na amostra analítica principal, estabeleceu-se como critério de completude mínima a resposta a pelo menos sete dos nove itens de discriminação percebida e a quatro dos cinco itens das escalas de sofrimento psicológico e satisfação com a vida. Vinte e nove participantes não cumpriam esses critérios em pelo menos uma das medidas, resultando numa amostra analítica principal de 1003 participantes. O número de casos incluídos em análises específicas variou posteriormente em função da presença de valores omissos nas restantes variáveis.

Entre os casos válidos para gênero, 485 participantes eram homens e 517 mulheres. A idade média foi de 47.62 anos (*DP* = 14.33). A maioria dos/as participantes era portuguesa e heterossexual e a escolaridade concentrou-se sobretudo nos níveis secundário e superior. Com relação ao nível de vida percebido, 176 participantes foram agrupados no nível baixo, 405 no nível médio e 416 no nível elevado. Entre os casos válidos para identidade de gênero, 953

participantes identificaram-se como cisgênero (97.6%), 6 como transgênero (0.6%) e 17 como não binários (1.7%). A caracterização sociodemográfica é apresentada na Tabela 1.

Tabela 1

Caracterização sociodemográfica da amostra

Variável	*N*	%
Gênero (*N* = 1002)		
Masculino	485	48.4
Feminino	517	51.6
Orientação sexual (*N* = 989)		
Heterossexual	932	94.2
LGB+	57	5.8
Nacionalidade (*N* = 1001)		
Portuguesa	967	96.6
Não portuguesa	34	3.4
Classe etária (*N* = 1003)		
18-34 anos	233	23.2
35-54 anos	345	34.4
55 anos ou mais	425	42.4
Instrução (*N* = 1003)		
Básico	72	7.2
Secundário	430	42.9
Superior	501	50.0
Nível de vida (*N* = 997)		
Baixo	176	17.7
Médio	405	40.6
Elevado	416	41.7

Nota. As percentagens indicadas referem-se aos casos válidos de cada variável. A diferença entre o número de casos válidos (*N*) e a amostra analítica total (*N* = 1003) corresponde a valores omissos ou à opção "*Prefiro não responder"*.

Para as análises, algumas variáveis foram agrupadas devido à reduzida frequência de determinadas categorias. A orientação sexual foi recodificada em heterossexual e LGB+, e a

nacionalidade em portuguesa e não portuguesa. A idade foi agrupada em três classes etárias – 18-34 anos, 35-54 anos e 55 anos ou mais –, e o nível de instrução em ensino básico, secundário e superior. O nível de vida percebido foi agrupado em baixo, médio e elevado. A identidade de gênero, recolhida através de um item próprio, distinto daquele referente ao gênero, foi analisada apenas descritivamente devido à reduzida dimensão dos subgrupos trans e não binários. Estas decisões permitiram realizar as comparações e modelos previstos, embora impliquem menor diferenciação interna de alguns grupos.

Instrumentos

Discriminação percebida

A discriminação percebida foi avaliada através de nove itens da *Everyday Discrimination Scale* original (Williams et al., 1997)/Escala de Discriminação Quotidiana, validada para a população portuguesa por Freitas et al., 2015, disponibilizados em língua portuguesa na base do ODESS de 2025. Os itens avaliam a frequência de experiências cotidianas de tratamento injusto ou rejeição pessoal, incluindo ser tratado/a com menos educação ou respeito, receber pior atendimento, ser percebido/a como menos inteligente ou desonesto/a e ser alvo de insultos ou ameaças.

As respostas foram dadas numa escala de 6 pontos – *Nunca* (0), *Menos de uma vez por ano* (1), *Algumas vezes por ano* (2), *Algumas vezes por mês* (3), *Pelo menos uma vez por semana* (4), *Quase todos os dias* (5). Valores mais elevados indicam maior discriminação percebida. Entre os/as participantes que cumpriam o critério de completude mínima, o índice final foi calculado através da média dos itens respondidos. No presente estudo, a escala apresentou excelente consistência interna, $\alpha = .929$.

Após os itens de discriminação cotidiana, os/as participantes podiam assinalar uma ou mais razões que consideravam explicar as experiências reportadas, incluindo nacionalidade, etnia ou raça, religião, gênero, expressão de gênero, orientação sexual, idade, nível econômico, nível educacional, altura, peso, outro aspecto da aparência física, condição de saúde mental, ou outro motivo. Para as análises, cada motivo foi tratado como uma variável dicotômica, indicando se havia sido mencionado (1) ou não (0).

Sofrimento psicológico

O sofrimento psicológico foi avaliado através da versão abreviada do *Mental Health Inventory/Inventário de Saúde Mental* (MHI-5; Ware et al., 1993), utilizando a versão

portuguesa de Pais-Ribeiro (2001). Os cinco itens avaliam a frequência recente de estados emocionais como nervosismo, tristeza, calma e felicidade, numa escala de 5 pontos – *Nunca* (1)*, Quase nunca* (2), *Durante algum tempo* (3), *A maior parte do tempo* (4), *Quase sempre* (5).

Os itens formulados positivamente ("*Calmo/a e em paz*"; e "*Uma pessoa feliz*") foram invertidos, de modo que valores superiores indicassem maior sofrimento psicológico. O índice final correspondeu à média dos itens válidos. A consistência interna foi elevada, $\alpha = .881$.

Satisfação com a vida

A satisfação com a vida foi avaliada através da versão portuguesa da *Satisfaction With Life Scale* (SWLS)/*Escala de Satisfação com a Vida* (Diener et al., 1985; Neto, 1999). A escala é composta por 5 itens (e.g. *Estou satisfeito/a com a minha vida*), que foram respondidos numa escala de 1 (*Discordo totalmente*) a 5 (*Concordo totalmente*), sendo valores mais elevados indicativos de maior satisfação com a vida.

O índice final foi calculado através da média das respostas válidas. A escala apresentou excelente consistência interna, $\alpha = .882$.

Gênero e nível de vida percebido

O gênero foi analisado distinguindo homens e mulheres e encontrava-se disponível para 1002 participantes – dada uma das respostas ser omissa.

O nível de vida percebido foi avaliado através da questão "Tendo em conta a maioria da população Portuguesa, penso que o meu nível de vida é:", respondida numa escala de 7 pontos, de 1 (*muito pior do que a maioria*) a 7 (*muito melhor do que a maioria*). As respostas foram agrupadas em nível baixo (1-3), médio (4) e elevado (5-7). A variável foi utilizada como indicador aproximado da posição socioeconômica subjetiva, não constituindo uma medida formal deste construto. Registraram-se seis casos omissos nesta variável. Estas e outras perguntas de caracterização constavam no instrumento de recolha sociodemográfica.

Procedimento de recolha de dados

A recolha decorreu entre 17 de abril e 23 de maio de 2025, através de uma combinação de inquéritos *online* e entrevistas telefónicas. Foram utilizadas quotas de idade, sexo e região, procurando aproximar a composição da amostra da população residente em Portugal e favorecer a participação de segmentos menos facilmente alcançados exclusivamente por via *online* (Coimbra & Gato, 2026).

A participação no inquérito original assentou em consentimento informado, com garantia de anonimato e confidencialidade. A base disponibilizada para esta investigação não continha informação diretamente identificável dos/as participantes.

Procedimento de análise de dados

As análises foram conduzidas no *IBM SPSS Statistics*, versão 31. Inicialmente, efetuaram-se análises descritivas e de frequência para caracterizar a amostra e examinar a distribuição das principais variáveis do estudo. A consistência interna das escalas foi avaliada através do alfa de Cronbach. A estratégia analítica subsequente foi organizada em função das hipóteses e objetivos do estudo, articulando análises bivariadas, comparações entre grupos e modelos multivariados.

Para examinar a primeira hipótese (H1), relativa à associação entre discriminação percebida e os dois indicadores de bem-estar, foram inicialmente calculadas correlações de Pearson entre discriminação percebida, sofrimento psicológico e satisfação com a vida. Posteriormente, foram estimadas regressões lineares hierárquicas separadamente para sofrimento psicológico e satisfação com a vida, de modo a avaliar se a discriminação percebida permanecia associada a cada desfecho após a consideração das características sociodemográficas incluídas nos modelos. Em ambos os casos, a discriminação percebida foi introduzida no último bloco, permitindo avaliar o incremento de variância explicada associado à sua inclusão.

A segunda hipótese (H2) incidiu particularmente sobre a relação entre gênero e sofrimento psicológico. Para este efeito, compararam-se homens e mulheres quanto ao sofrimento psicológico e examinou-se o contributo incremental do gênero no respectivo modelo de regressão, no qual esta variável foi introduzida após as restantes características sociodemográficas e antes da discriminação percebida. Conforme definido nas hipóteses, as diferenças de gênero na discriminação percebida global e na satisfação com a vida foram examinadas adicionalmente de forma exploratória. A articulação entre gênero e significado atribuído às experiências discriminatórias foi analisada através da associação entre o gênero dos/as participantes e a menção do gênero como motivo de discriminação.

Para a terceira hipótese (H3), foram examinadas as diferenças entre os níveis baixo, médio e elevado de vida percebido quanto ao sofrimento psicológico e à satisfação com a vida. O nível de vida percebido foi igualmente considerado nos modelos de regressão: no modelo de sofrimento psicológico, integrou o primeiro bloco de características sociodemográficas, enquanto, no modelo de satisfação com a vida, foi acrescentado num

segundo bloco, permitindo avaliar especificamente o incremento de variância explicada associado à sua introdução. Complementarmente, foram examinadas as diferenças entre os níveis de vida quanto à discriminação percebida global e a associação entre o nível de vida percebido e a atribuição do nível econômico como motivo das experiências discriminatórias.

Os motivos atribuídos às experiências de discriminação foram analisados separadamente da pontuação global de discriminação percebida, por constituírem uma dimensão complementar relativa ao significado atribuído às experiências. Calcularam-se a frequência de cada motivo e o número de motivos assinalados por participante, tanto na amostra analítica quanto entre aqueles/as que mencionaram pelo menos um motivo. Uma vez que era possível selecionar múltiplas opções, as categorias foram tratadas como respostas múltiplas, pelo que as respectivas percentagens não são mutuamente exclusivas. As associações entre os motivos e os dois eixos sociodemográficos centrais foram examinadas através de tabelas de contingência e testes do qui-quadrado, utilizando o V de Cramer como medida de associação. Foram analisadas particularmente a menção do gênero segundo o gênero dos/as participantes e a menção do nível econômico segundo o nível de vida percebido. Quando o teste global envolvendo os três níveis de vida foi significativo, realizaram-se comparações par a par com correção de Bonferroni ($\alpha = .017$).

As restantes características sociodemográficas – orientação sexual, nacionalidade, idade e nível de instrução – foram examinadas como variáveis de contextualização e controle, de acordo com o caráter exploratório definido previamente. As comparações entre grupos permitiram descrever a sua relação com a discriminação percebida, o sofrimento psicológico e a satisfação com a vida, enquanto a sua inclusão nos modelos multivariados permitiu considerar essas características simultaneamente na análise dos desfechos psicológicos.

Nas comparações entre dois grupos utilizaram-se testes t para amostras independentes, com correção de Welch quando não se verificava homogeneidade das variâncias. Em comparações com acentuada assimetria das distribuições e reduzida dimensão de grupos minoritários (nomeadamente, na discriminação percebida segundo orientação sexual e nacionalidade), recorreu-se ao teste de Mann-Whitney. Nas comparações entre três grupos utilizaram-se ANOVA ou teste robusto de Welch, conforme a adequação aos pressupostos, seguidos de comparações *post hoc* LSD ou Games-Howell. A magnitude das diferenças foi avaliada através do d de Cohen nos testes t, do coeficiente r nos testes de Mann-Whitney e do η^2 nas comparações entre três grupos.

Nos modelos de regressão, as variáveis categóricas foram representadas através de variáveis *dummy*, utilizando como categorias de referência homens, heterossexuais,

portugueses/as, com idade entre 35 e 54 anos, com ensino superior e com nível de vida elevado. No modelo de sofrimento psicológico, o primeiro bloco incluiu orientação sexual, nacionalidade, classe etária, nível de instrução e nível de vida percebido; o gênero foi acrescentado no segundo bloco e a discriminação percebida no terceiro. No modelo de satisfação com a vida, o primeiro bloco incluiu gênero, orientação sexual, nacionalidade, classe etária e nível de instrução; o nível de vida percebido foi acrescentado no segundo bloco e a discriminação percebida no terceiro.

A qualidade dos modelos foi avaliada através do R^2, R^2 ajustado, ΔR^2, teste ΔF. Foram examinados os coeficientes não padronizados (B) e padronizados (β), e calculado o f^2 de Cohen como medida complementar de tamanho do efeito, para os incrementos de variância de interesse. Verificaram-se os pressupostos de linearidade, normalidade e homocedasticidade dos resíduos, independência dos erros, multicolinearidade e presença de casos potencialmente influentes. Todos os testes inferenciais foram bilaterais, adotando-se $\alpha = .05$, exceto quando aplicada correção específica para comparações múltiplas.

Resultados

As estatísticas descritivas dos índices principais são apresentadas na Tabela A1, no Anexo A.

Verificação dos pressupostos

Não foram identificadas violações graves dos pressupostos das regressões. Os valores de Durbin-Watson foram próximos de 2 nos modelos de sofrimento psicológico (1.91) e satisfação com a vida (1.85), e os indicadores de tolerância e VIF não evidenciaram multicolinearidade problemática. Foram identificados apenas três casos com resíduos padronizados superiores a |3| no modelo de sofrimento psicológico, e dois no modelo de satisfação com a vida; contudo, as distâncias de Cook máximas foram reduzidas (.029 e .023, respectivamente), não sugerindo influência excessiva de casos individuais.

H1 - Discriminação percebida e indicadores de bem-estar

A primeira hipótese previa que níveis mais elevados de discriminação percebida estariam associados a maior sofrimento psicológico e menor satisfação com a vida, esperando-se uma associação mais consistente e de maior magnitude com o sofrimento psicológico. As análises correlacionais indicaram que maior discriminação percebida se

associou a maior sofrimento psicológico, r = .340, p < .001 e, de forma mais fraca, a menor satisfação com a vida, r = -.073, p = .022. O sofrimento psicológico apresentou associação negativa com a satisfação com a vida, r = -.548, p < .001.

A regressão hierárquica para o sofrimento psicológico incluiu 982 participantes. Após os dois primeiros blocos, que conjuntamente explicavam 12.0% da variância, a introdução da discriminação percebida no terceiro bloco acrescentou 10.3% de variância explicada, ΔR^2 = .103, $\Delta F(1, 971) = 128.42$, p < .001. O modelo final explicou, portanto, 22.3% da variância do sofrimento psicológico, R^2 = .223, F(10, 971) = 27.86, p < .001. A discriminação percebida apresentou o maior coeficiente padronizado no modelo, β = .336, p < .001, mantendo-se associada a maior sofrimento psicológico após a consideração das características sociodemográficas analisadas. Um resumo do modelo é apresentado na Tabela 2, encontrando-se os resultados completos no Anexo C.

Tabela 2

Resumo dos modelos de regressão hierárquica para sofrimento psicológico (N = 982)

Painel A. Ajustamento dos modelos

	Modelo 1	Modelo 2	Modelo 3
R^2	.093	.120	.223
R^2 ajustado	.086	.112	.215
ΔR^2	–	.027	.103
F	12.53	14.76	27.86
ΔF	–	29.62	128.42
$p\ \Delta F$	–	< .001	< .001
f^2	–	0.03	0.13

Nota. R^2 = coeficiente de determinação; ΔR^2 = variação na proporção de variância explicada; ΔF = teste da variação entre modelos; $p\ \Delta F$ = significância do teste da variação entre modelos; f^2 = tamanho do efeito do incremento. Categorias de referência: homens, heterossexuais, portugueses/as, 35-54 anos, ensino superior e nível de vida elevado.

Painel B. Coeficientes do modelo final

Preditor	*B*	EP	B	*t*	*p*
Orientação sexual	0.026	.109	.007	0.24	.813
Nacionalidade	-0.095	.138	-.020	-0.69	.491
18-34 anos	0.089	.068	.042	1.31	.192

55+ anos	0.000	.059	.000	0.01	.996
Ensino básico	0.025	.103	.007	0.25	.805
Ensino secundário	-0.086	.053	-.048	-1.62	.106
Nível de vida baixo	0.632	.073	.274	8.70	< .001
Nível de vida médio	0.181	.056	.101	3.26	.001
Gênero	0.351	.051	.199	6.93	< .001
Discriminação percebida	0.291	.026	.336	11.33	< .001

Nota. B = coeficiente não padronizado; EP = erro-padrão; β = coeficiente padronizado. O bloco 1 explicou 9.3% da variância; a inclusão do gênero acrescentou 2.7%, e a discriminação percebida acrescentou 10.3%. Os modelos completos são apresentados no Anexo C.

Após os dois primeiros blocos, o modelo relativo à satisfação com a vida, também com 982 participantes, explicava 23.2% da variância, R^2 = .232. A introdução da discriminação percebida no terceiro acrescentou apenas 0.2% da variância explicada, incremento que não foi estatisticamente significativo, ΔR^2 = .002, p = .135. Assim, o modelo final explicou 23.4% da variância da satisfação com a vida, R^2 = .234, $F(10, 971) = 29.64$, p < .001, mas a discriminação percebida não apresentou associação independente significativa, β = −.044, p = .135. Os resultados sintetizados são apresentados na Tabela 3 – e os resultados completos podem ser consultados no Anexo C.

Tabela 3

Resumo dos modelos de regressão linear hierárquica para satisfação com a vida (N = 982)

Painel A. Ajustamento dos modelos

	Modelo 1	Modelo 2	Modelo 3
R^2	.017	.232	.234
R^2 ajustado	.010	.225	.226
ΔR^2	–	.215	.002
F	2.40	32.64	29.64
ΔF	–	136.15	2.24
$p\ \Delta F$	–	< .001	.135
f^2	–	0.28	0.003

Nota. R^2 = coeficiente de determinação; ΔR^2 = variação na proporção de variância explicada; ΔF = teste da variação entre modelos; $p\ \Delta F$ = significância do teste da variação entre modelos; f^2 = tamanho do efeito do incremento. Categorias de referência: homens, heterossexuais, portugueses/as, 35-54 anos, ensino superior e nível de vida elevado.

Painel B. Coeficientes do modelo final

Preditor	*B*	EP	β	*t*	*p*
Orientação sexual	-0.017	.113	-.004	-0.15	.882
Nacionalidade	-0.043	.143	-.009	-0.30	.763
18-34 anos	-0.055	.070	-.025	-0.79	.432
55+ anos	-0.056	.061	-.030	-0.92	.356
Ensino básico	-0.065	.107	-.018	-0.61	.544
Ensino secundário	-0.048	.055	-.026	-0.87	.383
Gênero	-0.080	.053	-.043	-1.52	.130
Nível de vida baixo	-1.205	.075	-.501	-16.07	< .001
Nível de vida médio	-0.518	.058	-.277	-8.93	< .001
Discriminação percebida	-0.040	.027	-.044	-1.50	.135

Nota. Categorias de referência: homens, participantes heterossexuais, portugueses/as, 35-54 anos, ensino superior e nível de vida elevado. A introdução do nível de vida percebido acrescentou 21.5% de variância explicada, enquanto a discriminação percebida acrescentou 0.2%, incremento que não foi estatisticamente significativo. Os modelos completos são apresentados no Anexo C.

Em conjunto, os resultados ofereceram suporte parcial a H1. A discriminação percebida associou-se bivariadamente aos dois indicadores psicológicos, embora de forma substancialmente mais forte com o sofrimento psicológico. Após a consideração das características sociodemográficas, manteve-se associada ao sofrimento psicológico, mas não à satisfação com a vida.

Caracterização dos motivos atribuídos à discriminação percebida

Os motivos atribuídos às experiências discriminatórias foram analisados como uma dimensão complementar da discriminação percebida global. Dos 1003 participantes, 615 (61.3%) indicaram pelo menos um motivo para as experiências discriminatórias, enquanto 388 (38.7%) não mencionaram qualquer motivo. Os motivos mais frequentes na amostra total foram nível econômico (22.8%), a nacionalidade (20.8%), a etnia ou raça (19.0%), o nível

educacional (18.7%), a idade (16.9%) e o gênero (15.2%). A distribuição completa é apresentada na Tabela 4.

Tabela 4

Motivos atribuídos à discriminação percebida

	n	% (*N* = 1003)	% (*n* = 615)
Nível econômico	229	22.8	37.2
Nacionalidade	209	20.8	34.0
Etnia ou raça	191	19.0	31.1
Nível educacional	188	18.7	30.6
Idade	170	16.9	27.6
Gênero	152	15.2	24.7
Religião	126	12.6	20.5
Orientação sexual	124	12.4	20.2
Aparência	100	10.0	16.3
Peso	96	9.6	15.6
Expressão de gênero	61	6.1	9.9
Condição de saúde mental	53	5.3	8.6
Outro	40	4.0	6.5
Altura	39	3.9	6.3
Deficiência/condição física	35	3.5	5.7

Nota. A coluna % (*N* = 1003) apresenta as percentagens relativas à amostra analítica principal. A coluna % (*n* = 615) apresenta as percentagens calculadas apenas entre participantes que indicaram pelo menos um motivo de discriminação. Como era possível mencionar mais de um motivo, as categorias não são mutuamente exclusivas e as percentagens podem totalizar mais de 100%.

H2 - Gênero, sofrimento psicológico e significado das experiências discriminatórias

A segunda hipótese previa maior sofrimento psicológico entre mulheres do que homens. Consistentemente com esta expectativa, as mulheres apresentaram maior sofrimento psicológico, $t(1000) = -5.35$, $p < .001$, $d = 0.34$. No modelo hierárquico, a inclusão do gênero no segundo bloco acrescentou 2.7% de variância explicada, $\Delta R^2 = .027$, $\Delta F(1, 972) = 29.62$, $p < .001$, $f^2 = 0.03$. Esta associação permaneceu significativa após a introdução da

discriminação percebida no modelo final, β = .199, $p < .001$ (Tabela 2). Estes resultados foram, portanto, consistentes com H2.

Conforme definido previamente, as diferenças de gênero na discriminação percebida global e na satisfação com a vida foram examinadas de forma exploratória. Os homens reportaram maior discriminação percebida do que as mulheres, teste de Welch, $t(952.01) = 3.12$, $p = .002$, $d = 0.20$. Em contraste, não foram observadas diferenças significativas na satisfação com a vida, $t(1000) = 1.41$, $p = .160$.

A análise dos motivos atribuídos permitiu complementar estes resultados. A menção do gênero como motivo de discriminação associou-se significativamente ao gênero dos/as participantes, $\chi^2(1, N = 1002) = 13.14$, $p < .001$, *V de Cramer* = .115, sendo mais frequente entre mulheres (19.1%) do que entre homens (10.9%). O mesmo padrão foi observado considerando apenas participantes que mencionaram pelo menos um motivo, $\chi^2(1, N = 614) = 12.71$, $p < .001$, $V = .144$, com percentagens de 30.7% entre mulheres e 18.2% entre homens. Assim, embora os homens tenham apresentado maior frequência global de discriminação percebida, as mulheres atribuíram mais frequentemente ao gênero as experiências discriminatórias reportadas.

H3 - Nível de vida percebido e indicadores de bem-estar

A terceira hipótese previa que níveis de vida percebidos menos favoráveis estariam associados a maior sofrimento psicológico e menor satisfação com a vida. Nas comparações entre grupos, o sofrimento psicológico apresentou um gradiente significativo, baixo > médio > elevado, $F(2, 994) = 42.03$, $p < .001$, $\eta^2 = .078$. A satisfação com a vida apresentou o padrão inverso, elevado > médio > baixo, $F(2, 994) = 146.65$, $p < .001$, $\eta^2 = .228$.

Essas diferenças mantiveram-se nos modelos multivariados. No modelo final de sofrimento psicológico, comparativamente ao grupo de nível de vida elevado, tanto o nível baixo, β = .274, $p < .001$, quanto o nível médio, β = .101, $p = .001$, permaneceram associados a maior sofrimento psicológico (Tabela 2).

No modelo da satisfação com a vida, a inclusão do nível de vida percebido no segundo bloco produziu um aumento de 21.5% na variância explicada, $\Delta R^2 = .215$, $\Delta F(2, 972) = 136.15$, $p < .001$, $f^2 = 0.28$. Comparativamente aos/às participantes com nível de vida elevado, aqueles/as com nível baixo, β = -.501, $p < .001$ e médio, β = -.277, $p < .001$ apresentaram menor satisfação com a vida no modelo final. A associação inicialmente observada entre ensino secundário e satisfação com a vida deixou de ser significativa após a inclusão do nível de vida percebido. Em conjunto, estes resultados foram consistentes com H3.

Complementarmente, examinou-se a relação entre nível de vida percebido e discriminação percebida global. Participantes com nível de vida baixo apresentaram maior discriminação percebida do que aqueles/as dos níveis médios e elevados, $F(2, 994) = 3.86$, $p = .021$, $\eta^2 = .008$.

Também se observou associação entre nível de vida percebido e menção ao nível econômico como motivo de discriminação, $\chi^2(2, N = 997) = 20.51$, $p < .001$, $V = .143$. Este motivo foi mencionado por 33.5% dos/as participantes com nível de vida baixo, 24.4% daqueles/as com nível médio e 16.8% daqueles/as com nível elevado. Nas comparações par a par com correção de Bonferroni ($\alpha = .017$), observaram-se diferenças significativas entre os níveis baixo e elevado, $\chi^2(1, N = 592) = 20.23$, $p < .001$, $V = .185$ e entre médio e elevado, $\chi^2(1, N = 821) = 7.28$, $p = .007$, $V = .094$, mas não entre baixo e médio. Entre os/as participantes que indicaram pelo menos um motivo, observou-se o mesmo padrão geral de associação entre nível de vida percebido e atribuição ao nível econômico (ver Anexo B).

As comparações bivariadas relativas aos dois eixos sociodemográficos centrais do estudo são sintetizadas na Tabela 5.

Tabela 5

Síntese das comparações das variáveis principais segundo gênero e nível de vida percebido

Variável	Discriminação percebida	Sofrimento psicológico	Satisfação com a vida
Gênero	Homens > mulheres	Mulheres > homens	n.s.
Nível de vida	Baixo > médio/elevado	Baixo > médio > elevado	Elevado > médio > baixo

Nota. O símbolo > indica diferenças significativas entre grupos; n.s. = diferença não estatisticamente significativa. Foram utilizados testes *t,* com correção de Welch quando aplicável, e ANOVA, conforme o número de grupos e a adequação aos pressupostos. Nas variáveis com três grupos, são apresentados apenas os contrastes *post hoc* estatisticamente significativos. Os resultados completos encontram-se no Anexo A.

Análises sociodemográficas exploratórias

As restantes características sociodemográficas foram examinadas de forma exploratória, conforme previsto no plano de análise. Participantes LGB+ apresentaram maior discriminação percebida do que participantes heterossexuais, $U = 22400.00$, $Z = -2.00$, $p = .046$, $r = .06$, sem diferenças significativas nos dois indicadores psicológicos. A nacionalidade não distinguiu os grupos em nenhuma das variáveis principais.

A discriminação percebida apresentou um gradiente etário, sendo mais elevada entre participantes de 18-34 anos, seguida pelo grupo de 35-54 anos e pelo grupo com 55 anos ou

mais, teste de Welch, $F(2, 535.51) = 26.82$, $p < .001$, $\eta^2 = .053$. Os/as participantes mais jovens apresentaram também maior sofrimento do que aqueles/as com 55 anos ou mais, teste de Welch, $F(2, 584.64) = 3.21$, $p = .041$, $\eta^2 = .007$, enquanto não foram encontradas diferenças etárias na satisfação com a vida.

Por fim, o nível de instrução distinguiu apenas a satisfação com a vida, sendo mais elevada entre participantes com ensino superior do que entre aqueles/as com ensino básico ou secundário, $F(2, 1000) = 6.07$, $p = .002$, $\eta^2 = .012$. Os resultados completos destas comparações encontram-se no Anexo A.

Discussão

O presente estudo procurou compreender de que forma a discriminação percebida se articula com o sofrimento psicológico e a satisfação com a vida entre pessoas adultas residentes em Portugal, considerando simultaneamente a relevância de diferentes posições e condições sociais, com particular atenção ao gênero e ao nível de vida percebido. A discriminação foi abordada como experiência subjetiva global de tratamento injusto e rejeição pessoal, distinguindo-se a frequência dessas experiências dos motivos posteriormente atribuídos pelos/as participantes.

Em termos gerais, os resultados ofereceram suporte parcial à primeira hipótese e foram consistentes com as expectativas formuladas para gênero e nível de vida percebido. A discriminação percebida apresentou uma relação particularmente consistente com o sofrimento psicológico, enquanto a sua associação com a satisfação com a vida foi muito mais reduzida e deixou de ser significativa após a consideração das características sociodemográficas. As mulheres apresentaram maior sofrimento psicológico, conforme previsto, ao passo que o nível de vida percebido se relacionou com ambos os indicadores psicológicos, assumindo particular relevância para a satisfação com a vida. Os motivos atribuídos acrescentaram uma dimensão complementar, mostrando que frequência global de discriminação, posição social significados atribuídos às experiências constituem dimensões relacionadas, mas não equivalentes.

H1 - Discriminação percebida e indicadores de bem-estar

A associação entre discriminação percebida e sofrimento psicológico constituiu um dos resultados mais consistentes do estudo. Após a consideração das características sociodemográficas, a discriminação percebida acrescentou 10.3% de variância explicada ao

modelo, e manteve-se positivamente associada ao sofrimento psicológico. Este resultado converge com a literatura que conceptualiza a discriminação como uma fonte de estresse psicossocial associada a pior saúde mental e ajustamento psicológico (Pascoe & Smart Richman, 2009; Schmitt et al., 2014; Williams et al., 2019).

Experiências cotidianas de tratamento injusto podem assumir formas repetidas e ambíguas, exigindo interpretação e regulação emocional continuadas. A sua associação com estados de tensão, tristeza ou mal-estar é, nesse sentido, plausível. Contudo, o desenho transversal não permite estabelecer a direção temporal desta relação: estados de maior sofrimento psicológico podem também influenciar a atenção e a interpretação das interações sociais, ou ambas as experiências podem responder parcialmente a condições não consideradas. Assim, os resultados não demonstram que a discriminação percebida produza diretamente sofrimento psicológico, mas mostram que a frequência com que experiências de tratamento injusto e rejeição pessoal são reconhecidas acrescenta informação relevante à compreensão do mal-estar para além das características sociodemográficas analisadas.

A teoria do reconhecimento oferece uma leitura complementar deste resultado. Experiências de desrespeito podem adquirir importância não apenas pelos seus possíveis efeitos materiais, mas também pelo que comunicam acerca do valor, legitimidade e pertença social da pessoa (Honneth, 1996). O estudo não avaliou diretamente processos de reconhecimento, pelo que este enquadramento não pode ser apresentado como mecanismo explicativo. Ainda assim, os resultados são compatíveis com a ideia de que experiências recorrentes de desvalorização social podem adquirir expressão psicológica, em consonância com evidências recentes obtidas em Portugal (Coimbra & Gato, 2026; Vázquez et al., 2025).

A relação com a satisfação com a vida apresentou um padrão diferente. Embora maior discriminação percebida se tenha associado bivariadamente a menor satisfação com a vida, esta relação foi muito mais fraca do que a observada com o sofrimento psicológico, e deixou de ser significativa no modelo multivariado. Esta componente da H1 não recebeu, portanto, suporte após a consideração das restantes variáveis.

Esta diferença entre desfechos é teoricamente relevante. O sofrimento psicológico remete para estados emocionais mais próximos da experiência cotidiana de tensão e mal-estar, enquanto a satisfação com a vida corresponde a uma avaliação cognitiva mais ampla da própria existência. Experiências recorrentes de tratamento injusto e rejeição pessoal podem, assim, apresentar maior proximidade com estados emocionais negativos sem se refletirem com a mesma intensidade numa avaliação global da vida. Tal padrão é consistente com evidência meta-analítica de associações mais fortes da discriminação percebida com

indicadores negativos de ajustamento do que com indicadores positivos de bem-estar (Schmitt et al., 2014), reforçando a pertinência de tratar sofrimento psicológico e satisfação com a vida como dimensões relacionadas, mas não intercambiáveis.

H2 - Gênero, sofrimento psicológico e significado das experiências discriminatórias

Os resultados relativos ao gênero foram consistentes com a segunda hipótese. As mulheres reportaram maior sofrimento psicológico do que os homens, e a inclusão do gênero acrescentou 2.7% de variância explicada ao respectivo modelo. Esta associação permaneceu após a introdução da discriminação percebida, sugerindo que a diferença entre homens e mulheres no sofrimento psicológico não se reduz à frequência global de tratamento injusto e rejeição pessoal reportada.

O resultado é compatível com literatura que identifica diferenças de gênero em determinados indicadores de mal-estar, sem que estas se reproduzam em avaliações mais globais e positivas, como a satisfação com a vida (Hackett et al., 2019; Pinho & Varsori, 2026). A ausência de diferenças significativas entre homens e mulheres na satisfação com a vida observada no presente estudo é consistente com esta possibilidade. A interpretação deve, contudo, evitar explicações essencialistas: embora o gênero se articule com expectativas, papéis e relações de estatuto socialmente organizadas (Amâncio, 1993; Ridgeway, 2011), os mecanismos capazes de produzir as diferenças observadas não foram diretamente avaliados.

Um resultado exploratório aparentemente contraintuitivo foi a maior discriminação percebida global entre homens. A diferença, contudo, apresentou pequena magnitude, e a escala utilizada avalia a frequência de experiências gerais de tratamento injusto ou rejeição pessoal, não a sua natureza, gravidade, contexto ou significado social. Pontuações superiores não permitem, portanto, concluir que os homens tenham experienciado maior discriminação baseada no gênero.

A análise dos motivos torna essa distinção particularmente clara. Apesar de reportarem menor discriminação global, as mulheres mencionaram o gênero como motivo das experiências discriminatórias mais frequentemente do que os homens. Gênero enquanto característica do/a participante e gênero enquanto motivo atribuído à discriminação fornecem, portanto, informações distintas. A coexistência de maior discriminação global entre homens e maior sofrimento entre mulheres não constitui uma contradição: nem a frequência global informa diretamente o significado ou as consequências das experiências, nem o sofrimento psicológico decorre exclusivamente da quantidade de discriminação relatada.

H3 - Nível de vida percebido e indicadores de bem-estar

A terceira hipótese recebeu igualmente suporte. Níveis de vida percebidos menos favoráveis associaram-se tanto a maior sofrimento psicológico quanto a menor satisfação com a vida. No sofrimento psicológico observou-se um gradiente entre os três grupos, e os níveis baixo e médio permaneceram associados a maior sofrimento no modelo multivariado. Contudo, a relação mais expressiva ocorreu na satisfação com a vida: a introdução do nível de vida percebido acrescentou 21.5% de variância explicada ao modelo.

Este padrão é consistente com a literatura que relaciona condições materiais e avaliações subjetivas da posição socioeconômica ao bem-estar (Soukiazis & Ramos, 2016; Tan et al., 2020). Ao mesmo tempo, a diferença de magnitude entre os dois indicadores psicológicos reforça novamente a necessidade de distingui-los. O nível de vida percebido relacionou-se com o mal-estar emocional, mas mostrou particular proximidade com a avaliação global que os indivíduos fazem da própria vida.

A interpretação deve considerar a natureza específica da variável. Os/as participantes avaliaram o próprio nível de vida tendo como referência a maioria da população portuguesa. A medida não constitui um indicador direto de rendimento ou recursos materiais, nem uma medida formal de estatuto socioeconômico subjetivo, mas incorpora uma avaliação comparativa da posição percebida. O fato de também o grupo de nível médio apresentar menor satisfação com a vida do que o grupo de nível elevado sugere que o padrão não se reduz à oposição entre privação e ausência de privação, sendo compatível com uma relação graduada entre posição percebida e avaliação da vida.

A relação com a discriminação acrescenta uma dimensão complementar. Participantes com nível de vida baixo reportaram maior discriminação percebida global, embora a diferença tenha apresentado reduzida magnitude; e participantes com níveis menos favoráveis mencionaram mais frequentemente razões econômicas para explicar as experiências discriminatórias. Esta convergência sugere uma possível articulação entre condições materiais percebidas e experiências de tratamento social, sem permitir estabelecer o mecanismo subjacente (Vázquez et al., 2025; Williams et al., 2019).

Deve-se ainda considerar que nível de vida percebido e satisfação com a vida são avaliações subjetivas. Condições objetivas não medidas, como rendimento, estabilidade laboral ou segurança habitacional, podem contribuir para ambas, assim como avaliações mais negativas da própria vida podem relacionar-se com avaliações menos favoráveis de outros domínios. Do mesmo modo, o fato de a discriminação percebida deixar de apresentar

associação independente com a satisfação com a vida após a consideração do nível de vida não constitui evidência de mediação. Indica apenas que, nesta amostra, a avaliação global da vida esteve mais estreitamente relacionada com a posição comparativa percebida das próprias condições de vida do que com a frequência geral de experiências discriminatórias.

Análises sociodemográficas exploratórias

As restantes características sociodemográficas distinguiram os grupos apenas em alguns indicadores: orientação sexual e idade relacionaram-se com a discriminação percebida, idade também com o sofrimento psicológico e o nível de instrução com a satisfação com a vida, enquanto a nacionalidade não apresentou diferenças significativas nas variáveis principais. Estes resultados devem ser interpretados sobretudo como exploratórios, uma vez que não foram acompanhados de hipóteses direcionais específicas nem de um enquadramento teórico desenvolvido para cada comparação.

Além disso, alguns efeitos foram muito pequenos. Mais do que estabelecer perfis definitivos de vulnerabilidade, estas análises sugerem heterogeneidade nas relações entre características sociais, discriminação percebida e experiência psicológica, cuja compreensão exige amostras mais adequadas à análise da diversidade interna e das articulações interseccionais entre diferentes posições sociais.

Contributos e implicações

Um dos principais contributos reside na análise conjunta de diferentes dimensões da experiência social e psicológica sem as tratar como equivalentes. A discriminação percebida mostrou maior proximidade com o sofrimento psicológico, enquanto o nível de vida percebido assumiu particular relevância para a satisfação com a vida. Estes padrões reforçam a utilidade de evitar uma concepção indiferenciada do bem-estar e de considerar que diferentes dimensões psicológicas podem responder de forma distinta às condições sociais.

A distinção entre a frequência global da discriminação percebida e motivos atribuídos revelou-se igualmente útil. A medida global permite captar experiências de tratamento injusto e rejeição pessoal sem definir previamente a sua origem, enquanto os motivos acrescentam informação acerca dos significados mobilizados pelos/as participantes para interpretá-las. Esta separação foi especialmente útil na leitura dos resultados relativos ao gênero e ao nível de vida percebido, evitando equiparar automaticamente pertença a determinada categoria social, maior frequência de discriminação reportada e mecanismo discriminatório específico.

Por fim, considerar experiências de tratamento injusto e rejeição pessoal, condições de vida percebidas e posições sociais pode contribuir para leituras menos individualizantes e potencialmente menos estigmatizantes do sofrimento psicológico. Isto não implica atribuir à intervenção psicológica a resolução de desigualdades sociais, mas reconhecer que o mal-estar pode estar relacionado com experiências e condições que ultrapassam características intrapsíquicas. A investigação e a intervenção beneficiam, assim, de uma compreensão do indivíduo situada nas relações e condições sociais em que a experiência psicológica se desenvolve.

Limitações e direções futuras

A principal limitação decorre do desenho transversal, que impede estabelecer temporalidade ou causalidade. Não é possível determinar se a discriminação percebida antecede o sofrimento psicológico, se estados de mal-estar influenciam a percepção e interpretação das interações ou se ambas as variáveis respondem a condições comuns. Pelo mesmo motivo, alterações nos coeficientes após a introdução de novas variáveis não devem ser interpretadas como evidência de mediação. Estudos longitudinais poderão esclarecer melhor a sequência temporal e os mecanismos subjacentes.

A natureza global de algumas medidas estabelece também limites à interpretação. A escala de discriminação permite estimar a frequência percebida de tratamento injusto e rejeição pessoal, mas não distingue detalhadamente a gravidade, duração ou contexto das experiências. Do mesmo modo, o nível de vida percebido constitui uma avaliação comparativa relevante, mas não substitui indicadores objetivos mais abrangentes da posição socioeconômica. A utilização exclusiva de autorrelatos pode ainda favorecer variância partilhada entre avaliações, particularmente na relação entre nível de vida percebido e satisfação com a vida. Estudos futuros poderão combinar medidas subjetivas e objetivas e contextuais.

A reduzida dimensão de alguns subgrupos, particularmente participantes LGB+, não portugueses/as e categorias de identidade de gênero pouco representadas, limitou análises mais diferenciadas, nomeadamente de interseccionalidade. A agregação de determinadas características sociodemográficas em categorias mais amplas pode igualmente ocultar heterogeneidade interna relevante. Acresce que as diversas comparações sociodemográficas exploratórias aumentam a possibilidade de resultados estatisticamente significativos ocasionais, pelo que estes achados devem ser interpretados sobretudo como geradores de hipóteses.

Estudos futuros poderão aprofundar os processos que articulam discriminação percebida e sofrimento psicológico, incluindo reconhecimento, pertença, apoio social e regulação emocional. A combinação de métodos quantitativos e qualitativos poderá contribuir para compreender não apenas as frequências das experiências discriminatórias, mas também os contextos em que ocorrem, os significados que lhes são atribuídos e os processos através dos quais adquirem relevância psicológica.

Conclusão

Os resultados mostram que discriminação percebida, gênero e nível de vida se articulam de formas distintas com a experiência psicológica. A discriminação percebida apresentou uma associação particularmente consistente com o sofrimento psicológico, o nível de vida percebido relacionou-se com ambos os indicadores e assumiu especial relevância para a satisfação com a vida, e o gênero distinguiu os grupos no sofrimento psicológico e na atribuição de significado às experiências discriminatórias.

Em conjunto, os resultados desaconselham explicações únicas: frequência de discriminação, condições de vida percebidas, posições sociais e significados atribuídos às experiências fornecem informações relacionadas, mas não equivalentes, assim como sofrimento psicológico e satisfação com a vida não respondem de forma idêntica às condições analisadas. No contexto português, o estudo reforça a importância de compreender a experiência psicológica na articulação entre experiência subjetiva, relações sociais e condições de vida.

Referências

Amâncio, L. (1993). Género: Representações e identidades. *Sociologia, Problemas e Práticas*, 14, 127–140. http://hdl.handle.net/10071/909

Coimbra, S., & Gato, J. (2026). *Relatório de resultados sobre "Discriminação e bem-estar psicológico" (dados de 2022-2025)*. Centro de Psicologia da Universidade do Porto.

Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, *49*(1), 71–75. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13

Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, *125*(2), 276–302. https://doi.org/10.1037/0033-2909.125.2.276

Freitas, D. F., Coimbra, S., Marturano, E. M., & Fontaine, A. M. (2015). Adaptação da Escala de Discriminação Quotidiana para Jovens Portugueses. *Psicologia: Reflexão e Crítica, 28*(4), 708–717. https://doi.org/10.1590/1678-7153.201528408

Hackett, R. A., Steptoe, A., & Jackson, S. E. (2019). Sex discrimination and mental health in women: A prospective analysis. *Health Psychology*, *38*(11), 1014–1024. https://doi.org/10.1037/hea0000796

Honneth, A. (1996). *The struggle for recognition: The moral grammar of social conflicts* (J. Anderson, Trans.). MIT Press.

Major, B., Gramzow, R. H., McCoy, S. K., Levin, S., Schmader, T., & Sidanius, J. (2002). Perceiving personal discrimination: The role of group status and legitimizing ideology. *Journal of Personality and Social Psychology, 82(3), 269-282.* https://doi.org/10.1037/0022-3514.82.3.269

Maeso, S. R. (2019). O Estado de negação e o presente-futuro do antirracismo: Discursos oficiais sobre racismo, 'multirracialidade' e pobreza em Portugal (1985-2016). *Revista Direito e Práxis*, *10*(3), 2033–2067. https://doi.org/10.1590/2179-8966/2019/43883

Neto, F. (1999). Satisfação com a vida e características da personalidade. *Psychologica, 22,* 55-70.

Pais-Ribeiro, J. L. (2001). Mental health inventory: um estudo de adaptação à população portuguesa. *Psicologia, Saúde & Doenças*, *2*(1), 77–99. https://repositorio-aberto.up.pt/handle/10216/6705

Pascoe, E. A., & Smart Richman, L. (2009). Perceived discrimination and health: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, *135*(4), 531–554. https://doi.org/10.1037/a0016059

Pinho, M., & Varsori, E. (2026). Gendered patterns in anxiety and subjective well-being. *Sexuality & Culture*. https://doi.org/10.1007/s12119-026-10535-4

Ridgeway, C. L. (2011). *Framed by gender: How gender inequality persists in the modern world*. Oxford University Press. https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780199755776.001.0001

Schmitt, M. T., Branscombe, N. R., Postmes, T., & Garcia, A. (2014). The consequences of perceived discrimination for psychological well-being: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, *140*(4), 921–948. https://doi.org/10.1037/a0035754

Soukiazis, E., & Ramos, S. (2016). The structure of subjective well-being and its determinants: A micro-data study for Portugal. *Social Indicators Research*, *126*(3), 1375–1399. https://doi.org/10.1007/s11205-015-0938-1

Tan, J. J. X., Kraus, M. W., Carpenter, N. C., & Adler, N. E. (2020). The association between objective and subjective socioeconomic status and subjective well-being: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, *146*(11), 970–1020. https://doi.org/10.1037/bul0000258

Vázquez, I., Gato, J., & Coimbra, S. (2025). Discrimination in Portugal: Prevalence and mental health adjustment profiles. *Psychology of Violence*, *15*(3), 295–304. https://doi.org/10.1037/vio0000588

Ware, J. E., Snow, K. K., Kosinski, M., & Gandek, B. (1993). *SF-36 Health Survey: Manual and interpretation guide.* The Health Institute, New England Medical Center.

Williams, D. R., Lawrence, J. A., Davis, B. A., & Vu, C. (2019). Understanding how discrimination can affect health. *Health Services Research*, *54*(S2), 1374–1388. https://doi.org/10.1111/1475-6773.13222

Williams, D. R., & Mohammed, S. A. (2009). Discrimination and racial disparities in health: Evidence and needed research. *Journal of Behavioral Medicine*, *32*(1), 20–47. https://doi.org/10.1007/s10865-008-9185-0

Williams, D. R., Yu, Y., Jackson, J. S., & Anderson, N. B. (1997). Racial differences in physical and mental health: Socio-economic status, stress and discrimination. *Journal of Health Psychology, 2*(3), 335-351. https://doi.org/10.1177/135910539700200305

Anexo A

Estatísticas descritivas e comparações sociodemográficas das variáveis principais

Tabela A1

Estatísticas descritivas dos índices principais

Variável	*M*	*DP*	mín.	máx.	assimetria	curtose
Discriminação percebida	1.069	1.018	0.00	5.00	1.131	.755
Sofrimento psicológico	2.540	0.881	1.00	5.00	0.382	-.349
Satisfação com a vida	3.059	0.926	1.00	5.00	-0.239	-.443

Nota. N = 1003. M = média; DP = desvio-padrão; mín. = mínimo; máx. = máximo.

Tabela A2

Comparação por gênero

Descritivas

	Gênero	*N*	*M*	*DP*
Discriminação percebida	Masculino	485	1.17	1.09
	Feminino	517	0.97	0.93
	Total	1002	1.07	1.02
Sofrimento psicológico	Masculino	485	2.39	0.84
	Feminino	517	2.68	0.89
	Total	1002	2.54	0.88
Satisfação com a vida	Masculino	485	3.10	0.90
	Feminino	517	3.02	0.95
	Total	1002	3.06	0.93

Inferenciais

	Teste	Estatística	*p*	Efeito	Resultado
Discriminação percebida	*t* de Welch	$t(952.01) = 3.12$	.002	$d = .20$	Homens > mulheres
Sofrimento psicológico	*t*	$t(1000) = -5.35$	< .001	$d = .34$	Mulheres > homens
Satisfação com a vida	*t*	$t(1000) = 1.41$	.160	$d = .09$	n.s.

Nota. d = d de Cohen; n.s. = diferença não estatisticamente significativa. O símbolo > indica que o grupo apresentou média significativamente superior.

Tabela A3

Comparação por nível de vida percebido

Descritivas

	Nível de vida percebido	*N*	*M*	*DP*
Discriminação percebida	Baixo	176	1.27	1.02
	Médio	405	1.03	0.96
	Elevado	416	1.03	1.07
	Total	997	1.07	1.02
Sofrimento psicológico	Baixo	176	3.04	0.94
	Médio	405	2.52	0.84
	Elevado	416	2.35	0.81
	Total	997	2.54	0.88
Satisfação com a vida	Baixo	176	2.25	0.84
	Médio	405	2.97	0.79
	Elevado	416	3.49	0.83
	Total	997	3.06	0.93

Inferenciais

	Teste	Estatística	*p*	Efeito	Resultado
Discriminação percebida	ANOVA	F(2, 994) = 3.86	.021	$\eta^2 = .008$	baixo > médio; baixo > elevado.
Sofrimento psicológico	ANOVA	F(2, 994) = 42.03	< .001	$\eta^2 = .078$	baixo > médio > elevado
Satisfação com a vida	ANOVA	F(2, 994) = 146.65	< .001	$\eta^2 = .228$	elevado > médio > baixo

Nota. η² = eta quadrado. As comparações *post hoc* foram realizadas pelo teste LSD. O símbolo > indica diferenças estatisticamente significativas entre os grupos.

Tabela A4

Comparação por orientação sexual

Descritivas

	Orientação sexual	*N*	*M*	*DP*
Discriminação percebida	Heterossexual	932	1.05	1.00
	LGB+	57	1.37	1.17
	Total	989	1.07	1.02
Sofrimento psicológico	Heterossexual	932	2.53	0.88
	LGB+	57	2.75	0.90
	Total	989	2.54	0.88
Satisfação com a vida	Heterossexual	932	3.06	0.91
	LGB+	57	3.01	1.01
	Total	989	3.06	0.92

Inferenciais

	Teste	Estatística	*p*	Efeito	Resultado
Discriminação percebida	Mann-Whitney	$U = 22400.00$, $Z = -2.00$	.046	$r = .06$	LGB+ > heterossexuais
Sofrimento psicológico	*t*	$t(987) = -1.85$	.065	$d = .25$	n.s.
Satisfação com a vida	*t*	$t(987) = 0.43$	.667	$d = .06$	n.s.

Nota. *r* = tamanho do efeito associado ao teste de Mann-Whitney; *d* = *d* de Cohen; n.s. = diferença não estatisticamente significativa. Os tamanhos de efeito são apresentados em métricas distintas e não devem ser comparados diretamente.

Tabela A5

Comparação por nacionalidade

Descritivas

	Nacionalidade	*N*	*M*	*DP*
Discriminação percebida	Português/a	967	1.06	1.01
	Não português/a	34	1.45	1.29
	Total	1001	1.07	1.02
Sofrimento psicológico	Português/a	967	2.54	0.88
	Não português/a	34	2.56	0.86
	Total	1001	2.54	0.88
Satisfação com a vida	Português/a	967	3.06	0.92
	Não português/a	34	3.16	1.01
	Total	1001	3.06	0.93

Inferenciais

	Teste	Estatística	*p*	Efeito	Resultado
Discriminação percebida	Mann-Whitney	$U = 13838.500$, $Z = -1.58$	.115	$r = .05$	n.s.
Sofrimento psicológico	*t*	$t(999) = -0.15$	.878	$d = .03$	n.s.
Satisfação com a vida	*t*	$t(999) = -0.68$	.499	$d = .12$	n.s.

Nota. r = tamanho do efeito associado ao teste de Mann-Whitney; $d = d$ de Cohen; n.s. = diferença não estatisticamente significativa. Os tamanhos de efeito são apresentados em métricas distintas e não devem ser comparados diretamente.

Tabela A6

Comparação por classe etária

Descritivas

	Classe etária	*N*	*M*	*DP*
Discriminação percebida	18 - 34	233	1.42	1.15
	35 - 54	345	1.12	1.05
	55+	425	0.83	0.84
	Total	1003	1.07	1.02
Sofrimento psicológico	18 - 34	233	2.66	0.89
	35 - 54	345	2.53	0.81
	55+	425	2.48	0.93
	Total	1003	2.54	0.88
Satisfação com a vida	18 - 34	233	3.11	0.92
	35 - 54	345	3.10	0.89
	55+	425	3.00	0.96
	Total	1003	3.06	0.93

Inferenciais

	Teste	Estatística	*p*	Efeito	Resultado
Discriminação percebida	Welch	F(2, 535.511) = 26.82	< .001	η^2 = .053	18-34 > 35-54 > 55+
Sofrimento psicológico	Welch	F(2, 584.641) = 3.21	.041	η^2 = .007	18-34 > 55+
Satisfação com a vida	Welch	F(2, 587.32) = 1.61	.200	η^2 = .003	n.s.

Nota. η^2 = eta quadrado. n.s. = diferença não estatisticamente significativa. Foram utilizados testes robustos de Welch e comparações *post hoc* de Games-Howell. O símbolo > indica diferenças estatisticamente significativas entre os grupos.

Tabela A7

Comparação por nível de instrução

Descritivas

	Nível de instrução	*N*	*M*	*DP*
Discriminação percebida	Básico	72	0.95	1.01
	Secundário	430	1.12	1.06
	Superior	501	1.05	0.98
	Total	1003	1.07	1.02
Sofrimento psicológico	Básico	72	2.58	0.88
	Secundário	430	2.53	0.91
	Superior	501	2.54	0.86
	Total	1003	2.54	0.88
Satisfação com a vida	Básico	72	2.93	1.08
	Secundário	430	2.96	0.91
	Superior	501	3.16	0.91
	Total	1003	3.06	0.93

Inferenciais

	Teste	Estatística	*p*	Efeito	Resultado
Discriminação percebida	ANOVA	$F(2, 1000) = 1.12$	.326	$\eta^2 = .002$	n.s.
Sofrimento psicológico	ANOVA	$F(2, 1000) = 0.13$	.881	$\eta^2 < .001$	n.s.
Satisfação com a vida	ANOVA	$F(2, 1000) = 6.07$	.002	$\eta^2 = .012$	superior > básico; superior > secundário

Nota. η^2 = eta quadrado. n.s. = diferença não estatisticamente significativa. As comparações *post hoc* foram realizadas pelo teste LSD. O símbolo > indica diferenças estatisticamente significativas entre os grupos.

Anexo B

Frequências e associações dos motivos atribuídos à discriminação

Tabela B1

Número de motivos mencionados

Motivos	*f*	%
0	388	38.7
1	201	20.0
2	143	14.3
3	87	8.7
4	68	6.8
5 ou mais	116	11.5
1 ou mais	615	61.3
Total	1003	100

Nota. f = frequência. A categoria "1 ou mais" corresponde ao total de participantes que indicaram pelo menos um motivo, e constitui uma agregação das categorias 1, 2, 3, 4 e 5 ou mais; não representa uma categoria adicional mutuamente exclusiva.

Tabela B2

Associações entre gênero e motivos atribuídos

Motivo	Homens %	Mulheres %	$\chi^2(1)$	*p*	*V*
Gênero	18.2	30.7	12.71	< .001	.14
Etnia/raça	35.4	27.2	4.75	.029	.09
Religião	23.7	17.6	3.45	.063	.08
Orientação sexual	22.7	17.6	2.42	.120	.06
Peso	13.7	17.3	1.50	.221	.05
Aparência	15.8	16.7	.09	.760	.01

Nota. A análise foi restrita aos/às participantes que indicaram pelo menos um motivo de discriminação e apresentavam informação válida sobre gênero (N = 614). As percentagens foram calculadas dentro de cada grupo de gênero. Como era possível indicar mais de um motivo, as categorias não são mutuamente exclusivas. V = V de Cramer.

Tabela B3

Associações entre nível de vida percebido e motivos atribuídos

N = 613	Baixo %	Médio %	Elevado %	$\chi^2(2)$	*p*	*V*
Nível econômico	48.4	39.8	28.9	14.30	< .001	.15
Nacionalidade	29.5	32.5	37.6	2.74	.254	.07
Etnia/raça	27.9	34.1	29.3	2.02	.365	.06
Nível educacional	27.9	33.3	28.9	1.62	.444	.05
Idade	24.6	28.5	28.5	0.75	.687	.04

Nota. A análise foi restrita aos/às participantes que indicaram pelo menos um motivo de discriminação e apresentavam informação válida sobre nível de vida percebido (N = 613). As percentagens foram calculadas dentro de cada grupo de nível de vida percebido. Como era possível indicar mais de um motivo, as categorias não são mutuamente exclusivas. V = V de Cramer.

Tabela B4

Comparações par-a-par da menção ao nível econômico segundo nível de vida

Comparação	$\chi^2(1)$	*n*	*p*	*V*
Baixo × médio	2.48	371	.115	.082
Baixo × elevado	13.39	364	< .001	.192
Médio × elevado	6.38	491	.012	.114

Nota. As comparações foram realizadas entre participantes que indicaram pelo menos um motivo de discriminação e apresentavam informação válida sobre nível de vida percebido (N = 613). Foi aplicada correção de Bonferroni para três comparações, estabelecendo-se α = .017. V = V de Cramer.

Anexo C

Modelos completos de regressão

Tabela C1

Regressão linear hierárquica para sofrimento psicológico

Ajustamento dos modelos

	Modelo 1	**Modelo 2**	**Modelo 3**
R	.306	.347	.472
R^2	.093	.120	.223
R^2 ajustado	.086	.112	.215
EP da estimativa	.844	.832	.782
ΔR^2	.093	.027	.103
F	12.53	14.76	27.86
ΔF	–	29.62	128.42
p ΔF	–	< .001	< .001
gl	(8, 973)	(9, 972)	(10, 971)
f^2 do incremento	–	0.03	0.13

Coeficientes dos três modelos

	B	*EP*	β	*t*	*p*
Modelo 1					
Intercepto	2.35	.06	–	38.26	< .001
Orientação sexual	0.13	.12	.03	1.08	.282
Nacionalidade	0.11	.15	.02	0.77	.442
18-34 anos	0.15	.07	.07	2.05	.041
55 anos ou mais	-0.09	.06	-.05	-1.44	.151
Ensino básico	-0.01	.11	-.00	-0.08	.935
Ensino secundário	-0.07	.06	-.04	-1.20	.229
Nível de vida baixo	0.74	.08	.32	9.48	< .001
Nível de vida médio	0.19	.06	.11	3.20	.001
Modelo 2					
Intercepto	2.20	.07	–	32.80	< .001
Orientação sexual	0.10	.12	.03	0.84	.399
Nacionalidade	0.04	.15	.01	0.30	.763
18-34 anos	0.17	.07	.08	2.35	.019

	B	*EP*	β	*t*	*p*
55 anos ou mais	-0.10	.06	-.05	-1.54	.124
Ensino básico	0.03	.11	-.01	0.24	.809
Ensino secundário	-0.05	.06	-.03	-0.86	.390
Nível de vida baixo	0.72	.08	.31	9.41	< .001
Nível de vida médio	0.19	.06	.11	3.21	.001
Gênero	0.29	.05	.17	5.44	< .001
Modelo 3					
Intercepto	1.88	.07	–	27.24	< .001
Orientação sexual	0.03	.11	.01	0.24	.813
Nacionalidade	-0.10	.14	-.02	-0.69	.491
18-34 anos	0.09	.07	.04	1.31	.192
55 anos ou mais	0.00	.06	.00	0.01	.996
Ensino básico	0.03	.10	.01	0.25	.805
Ensino secundário	-0.09	.05	-.05	-1.62	.106
Nível de vida baixo	0.63	.07	.27	8.70	< .001

	B	*EP*	β	*t*	*p*
Nível de vida médio	0.18	.06	.10	3.26	.001
Gênero	0.35	.05	.20	6.93	< .001
Discriminação percebida	0.29	.03	.34	11.33	< .001

Nota. N = 982. R^2 = coeficiente de determinação; ΔR^2 = variação na proporção de variância explicada; ΔF = teste da variação entre modelos; $p\ \Delta F$ = significância do teste da variação entre modelos; f^2 = tamanho do efeito do incremento; B = coeficiente não padronizado; EP = erro-padrão; β = coeficiente padronizado. Categorias de referência: homens, heterossexuais, portugueses/as, entre 35 e 54 anos, com ensino superior e nível de vida percebido elevado. No Modelo 1, foram introduzidas orientação sexual, nacionalidade, classe etária, nível de instrução e nível de vida percebido; no Modelo 2 foi acrescentado o gênero; no Modelo 3 foi acrescentada a discriminação percebida.

Tabela C2

Regressão linear hierárquica para satisfação com a vida

Ajustamento dos modelos

	Modelo 1	**Modelo 2**	**Modelo 3**
R	.130	.482	.484
R^2	.017	.232	.234
R^2 ajustado	.010	.225	.226
EP da estimativa	.917	.811	.811
ΔR^2	.017	.215	.002
F	2.40	32.64	29.64
ΔF	–	136.15	2.24
$p\ \Delta F$	–	< .001	.135

gl	(7, 974)	(9, 972)	(10, 971)
f^2 do incremento	–	0.28	0.003

Coeficientes dos três modelos

	B	*EP*	β	*t*	*p*
Modelo 1					
Intercepto	3.241	.07	–	49.23	< .001
Gênero	-0.102	.06	-.06	-1.73	.084
Orientação sexual	-0.06	.13	-.02	-0.48	.633
Nacionalidade	0.10	.16	.02	0.63	.528
18-34 anos	-0.01	.08	-.01	-0.13	.896
55 anos ou mais	-0.07	.07	-.04	-1.08	.280
Ensino básico	-0.23	.12	-.06	-1.86	.063
Ensino secundário	-0.19	.06	-.10	-3.05	.002
Modelo 2					
Intercepto	3.59	.07	–	54.90	< .001

	B	*EP*	β	*t*	*p*
Gênero	-0.07	.05	-.04	-1.37	.172
Orientação sexual	-0.03	.11	-.01	-0.24	.814
Nacionalidade	-0.06	.14	-.01	-0.44	.662
18-34 anos	-0.07	.07	-.03	-0.95	.344
55 anos ou mais	-0.04	.06	-.02	-0.72	.475
Ensino básico	-0.07	.11	-.02	-0.61	.543
Ensino secundário	-0.05	.06	-.03	-0.97	.333
Nível de vida baixo	-1.22	.08	-.51	-16.26	< .001
Nível de vida médio	-0.52	.06	-.28	-9.01	< .001
Modelo 3					
Intercepto	3.63	.07	–	50.78	< .001
Gênero	-0.08	.05	-.04	-1.52	.130
Orientação sexual	-0.02	.11	-.00	-0.15	.882
Nacionalidade	-0.04	.14	-.01	-0.30	.763
18-34 anos	-0.06	.07	-.03	-0.79	.432

	B	*EP*	β	*t*	*p*
55 anos ou mais	-0.06	.06	-.03	-0,92	.356
Ensino básico	-0.07	.11	-.02	-0,61	.544
Ensino secundário	-0.05	.06	-.03	-0.87	.383
Nível de vida baixo	-1.21	.08	-.50	-16.07	< .001
Nível de vida médio	-0.52	.06	-.28	-8.93	< .001
Discriminação percebida	-0.04	.03	-.04	-1.50	.135

Nota. N = 982. R^2 = coeficiente de determinação; ΔR^2 = variação na proporção de variância explicada; ΔF = teste da variação entre modelos; $p\ \Delta F$ = significância do teste da variação entre modelos; f^2 = tamanho do efeito do incremento; B = coeficiente não padronizado; EP = erro-padrão; β = coeficiente padronizado. Categorias de referência: homens, heterossexuais, portugueses/as, entre 35 e 54 anos, com ensino superior e nível de vida percebido elevado. No Modelo 1, foram introduzidos gênero, orientação sexual, nacionalidade, classe etária e nível de instrução; no Modelo 2 foi acrescentado o nível de vida percebido; no Modelo 3 foi acrescentada a discriminação percebida.