

Catherine Boryor

**O impacto da pandemia COVID-19 nos relacionamentos íntimos e satisfação com a vida
em adultos portugueses
Um estudo quantitativo**



**Universidade do Algarve
Faculdade de Ciências Humanas e Sociais
2023**

Catherine Boryor

**O impacto da pandemia COVID-19 nos relacionamentos íntimos e satisfação com a vida
em adultos portugueses
Um estudo quantitativo**

**Mestrado em Psicologia Clínica e da Saúde
Trabalho realizado sob a orientação de:
Prof.^a Doutora Alexandra Gomes**



**Universidade do Algarve
Faculdade de Ciências Humanas e Sociais
2023**

**O impacto da pandemia COVID-19 nos relacionamentos íntimos e satisfação com a vida
em adultos portugueses
Um estudo quantitativo**

Declaração de autoria de trabalho

Declaro ser a autora deste trabalho, que é original e inédito. Autores e trabalhos consultados estão devidamente citados no texto e constam da listagem de referências incluída.

Assinatura

(Catherine Boryor)

Copyright © Catherine Boryor

A Universidade do Algarve reserva para si o direito, em conformidade com o disposto no Código do Direito de Autor e dos Direitos Conexos, de arquivar, reproduzir e publicar a obra, independentemente do meio utilizado, bem como de a divulgar através de repositórios científicos e de admitir a sua cópia e distribuição para fins meramente educacionais ou de investigação e não comerciais, conquanto seja dado o devido crédito ao autor e editor respetivos.

Agradecimentos

À Professora Doutora Alexandra Isabel Cabral da Silva Gomes, por toda a disponibilidade, amabilidade e enorme paciência que me demonstrou ao longo deste ano que trabalhamos juntas. Uma professora com um enorme profissionalismo, sempre pronta a ajudar, tornando simples, o que para mim era complexo. Sem dúvida uma fonte de inspiração.

A todos os participantes pela generosidade de terem compartilhado aspetos da sua vida íntima, comigo. Em especial, um grande obrigada à creche – Planeta da Fantasia em Faro, à Academia dos Marinheiros e à creche: Os Amendoinha – Fundação António Silva Leal, em Albufeira, pela significativa ajuda na divulgação do questionário.

Ao José Eduardo Costa Duarte pela preciosa ajuda ao longo da redação da tese. Foram pequenos grandes detalhes que, sem dúvida, fizeram toda a diferença. Não consigo expressar todo o meu agradecimento por me teres salvo a tese. Foste um verdadeiro salva-vidas. Obrigada!

À Mariana Mergulhão Marques e à Daniela Revez Sabino, por toda a motivação e força que me deram ao longo destes anos. Foram muitas as horas que passamos juntas a trabalhar, muitos telefonemas de “Como é que se faz isto?” e, acima de tudo, muita risada e momentos de cumplicidade que guardo com muito carinho.

Ao meu Artur Francisco Tavares Nunes e à minha Mariana Filipa Henriques da Cruz. É difícil pôr por palavras o que sinto por vocês. Foram sem dúvida as melhores pessoas que podia ter na minha vida. Um obrigada não chega para expressar o eterno agradecimento que sinto pela vossa sincera amizade. São uma fonte de suporte, a minha sanidade mental em todas as vezes que tive/estou à beira de a perder. Neste ano louco, de extremas mudanças para mim, mostraram-me o que é a verdadeira amizade. Permaneceram ao meu lado, mesmo enquanto outros fugiam, dando-me sempre força para enfrentar o mais medonho dos desafios.

Por último, à minha família. Em especial à minha mãe, Eva Sofia Santos Ferreira, por me dar a coragem e liberdade de sonhar e não desistir do que quero. Pelo apoio e amor incondicional - o meu porto seguro -. Por ser um exemplo de resiliência e determinação, enfrentando qualquer obstáculo, sempre com a maior das coragens. Mais do que uma mãe, és uma verdadeira amiga. Obrigada por todo o carinho e colo, em todos os momentos. *Love you, Sofia!*

Resumo

Em dezembro de 2019, é identificado o vírus SARS-CoV-2, cuja doença foi posteriormente denominada COVID-19. Esta doença, com alto nível de transmissibilidade, longo período de incubação, e com pacientes assintomáticos obrigou à implementação de um período de quarentena, que forçou um confinamento social, com forte impacto no dia-a-dia da população. Períodos de confinamento diminuem o bem-estar e, conseqüentemente, a satisfação com a vida, aumentando o aparecimento de psicopatologias. As dinâmicas familiares alteraram inclusive a dinâmica conjugal, o que afeta a satisfação com a vida amorosa e a satisfação sexual. Assim, o presente estudo tem como objetivo avaliar dimensões do bem-estar psicológico, como a satisfação com a vida e os afetos positivos e negativos dos indivíduos durante o primeiro confinamento por COVID-19, bem como a satisfação com a vivência conjugal, nas dimensões afetivo-cognitiva e sexual, na população de adultos portugueses. Participaram 86 pessoas, destacando-se o emparelhamento de 19 casais, dos 18 aos 65 anos. Avaliámos os afetos, a satisfação com a vida, a satisfação com a vida amorosa, satisfação sexual e estratégias de *coping* diádico. Os principais resultados demonstram que durante o período de confinamento os casais, especialmente, os que proveem de agregados familiares maiores, experienciaram mais afetos negativo que, conseqüentemente, se reflete na sua satisfação com a vida. Durante o respetivo período, os afetos negativos, satisfação amorosa e sexual, e as estratégias de *coping* utilizadas pelos elementos do casal estão relacionadas positivamente. Já durante o período referente aos “últimos 15 dias”, esta relação é verificada entre satisfação com a vida amorosa, sexual e as estratégias de *coping* utilizadas, tendo os afetos negativos perdido expressão. Assim, é possível dizer que o confinamento pela pandemia de Covid-19 teve um impacto negativo, tanto na saúde mental dos adultos portugueses, como também, ao nível das suas dinâmicas conjugais.

Palavras-chave: Afetos; Confinamento; COVID-19; Satisfação com a vida; Satisfação com a vida amorosa; Satisfação sexual.

Abstract

In December 2019, SARS-CoV-2, currently known as COVID-19, emerged. This disease has a high level of transmissibility, incubation period, and there are asymptomatic patients, which forced the implementation of a period of quarantine and a lockdown with a strong impact on the daily life of the population. Periods of confinement, decreased well-being and, consequently, satisfaction with life, increasing psychopathology. Family dynamics were changed, including a marital satisfaction and satisfaction with love life and sexual satisfaction. The main objective of the present study is evaluate the dimensions of well-being, such as satisfaction with life and positive and negative affections during the first confinement by COVID-19, as well as the study of dimensions, such as sexual contentment with the affective-marital experience, in the population of Portuguese adults. A total of 86 people participated, 5 of which were 19 couples aged 18-65 years. We evaluate the affection, life satisfaction, love life satisfaction, sexual satisfaction and dyadic coping strategies. The main results showed that during the lockdown, couples, especially those from larger households, experienced more negative affects, which consequently reflected in their satisfaction with life. During the respective period, the negative affects, love life and sexual satisfaction and coping strategies used by the members of the couple are positively related. During the period referring to the “last 15 days”, this relationship is verified between satisfaction with the love life, sexual life and the coping strategies used, having the lost affections expressed. Thus, it is possible to say that the confinement due to the Covid-19 pandemic had a negative impact, both on the mental health of Portuguese adults, as well as on their marital dynamics.

Keywords: Affects; Lockdown; COVID-19; Satisfaction with life; Satisfaction with love life; Sexual satisfaction.

Índice

Introdução	1
Objetivos da Investigação	9
Método	10
Amostra	10
Instrumentos	10
Afetos	10
Satisfação com a vida	11
Satisfação com a vida amorosa	11
Satisfação Sexual.....	11
Coping diádico	11
Procedimento de recolha de dados	12
Procedimento de análise de dados.....	12
Resultados	13
Caracterização da amostra.....	13
Diferença de médias	13
Correlações de Pearson	15
ANOVAS de um fator.....	18
ANOVAS de um fator – <i>Post hoc</i>	20
Regressões lineares	20
Caracterização dos casais	21
Correlações de <i>Pearson</i> para díades.....	22
Discussão dos Resultados	26
Afetos positivos e negativos, satisfação com a vida em geral, amorosa e sexual.....	26
Correlações entre as variáveis, em estudo, nos dois momentos.....	27
Efeito das variáveis sociodemográficas nas medidas em estudo.	29
Correlações entre os elementos da díade.....	30
Limitações	33
Considerações Finais	34
Referências Bibliográficas	36

Índice de Tabelas

Tabela 1. Teste-T para amostras emparelhadas	14
Tabela 2. Correlações de <i>Pearson</i>	16
Tabela 3. Influência das variáveis sociodemográficas nas variáveis afecto-cognitivas, sexuais e <i>coping</i>	19
Tabela 4. Relação entre anos de relação, afetos negativos e satisfação com a vida amorosa..	21
Tabela 5. Relação entre alterações de rendimentos, afetos negativos e satisfação com a vida	21

Índice de Figuras

Figura 1. Correlações de Pearson para díades durante confinamento	22
Figura 2. Correlações de Pearson para díades durante confinamento (cont.).....	23
Figura 3. Correlações de Pearson para díades nos "últimos 15 dias"	24
Figura 4. Correlações de Pearson para díades durante "últimos 15 dias"(cont.)	25

Introdução

Atualmente são conhecidos 7 tipos de coronavírus em humanos com potencial pandémico sendo que destes há três causam síndrome respiratória grave: a SARS – síndrome respiratória aguda grave; SARS-CoV – coronavírus; MERS – síndrome respiratória do Médio Oriente; MERS-CoV – coronavírus e, mais recentemente, SARS-CoV-2 - síndrome respiratória aguda grave 2 (Pennanen-Iire et al., 2021).

No séc. XXI, a primeira situação com potencial pandémico (Zhong et al., 2003) surgiu em Novembro de 2002, quando em Guangdong, uma província da China, cerca de 800 pessoas deram entrada no hospital (WHO, 2003 cit in Peiris et al., 2003) com febre alta e dificuldades respiratórias leves que rapidamente evoluíam para uma pneumonia atípica, transmissível entre humanos (Guangdong Public Health Office, 2003 cit in Zhong et al., 2003). Esta nova condição foi denominada SARS – síndrome respiratória aguda grave (WHO, 2003 cit in Peiris et al., 2003).

As medidas adotadas para travar o aumento de pessoas infetadas passaram pelo encerramento de escolas e pelo dever de quarentena das pessoas que tinham tido contacto com um indivíduo com SARS (Antonio et al., 2003). Apesar dos esforços para conter a propagação desta doença, registaram-se casos em todo o mundo. Assim, em março de 2003 foi emitido um alerta da OMS sobre a severidade e a propagação da doença (Peiris et al., 2004), com o pico dos casos positivos a ser atingido em abril do mesmo ano (Wang, 2004). Em julho de 2003, a SARS já contabilizava 8437 casos e 813 mortes.

Após 10 anos do surto da SARS, em junho de 2012, foi identificado, na Arábia Saudita, o primeiro caso de uma nova doença. Os sintomas relatados depreendiam-se com um historial de 7 dias de febre, tosse com expetoração e falta de ar. Por vezes, acompanhava também um quadro de pneumonia e insuficiência renal aguda (Zaki et al., 2012). Estes sintomas tinham na sua origem um coronavírus altamente letal (Fisman et al., 2014) que a Organização Mundial de Saúde denominou de MERS-CoV - Síndrome respiratória do Médio Oriente (WHO, 2022). A MERS chegou a um total de 27 países (WHO, 2022), e em fevereiro de 2020, o número total de casos confirmados desta doença ascendia aos 2519 e contabilizava 866 mortes (SNS, 2020).

Os primeiros casos do terceiro vírus da lista de potencial pandémico, a SARS-CoV-2, só foi identificado em dezembro de 2019, quando vários centros médicos Chineses reportaram pela primeira vez vários casos de uma pneumonia de origem desconhecida (Zhu et al., 2020). Após a identificação do vírus, a síndrome foi, posteriormente, denominada de COVID-19 (WHO, 2020).

Nos casos mais ligeiros desta doença, os sintomas mais comuns registados são: febre, tosse, mialgia ou fadiga. Já nos casos mais graves, os pacientes desenvolvem síndrome respiratória aguda, necessitando de ventiladores (Huang et al., 2020). Em casos extremos, a COVID-19, pode levar à morte. As formas mais comuns de contágio são através de contacto direto com gotículas ou secreções nasais provenientes de uma ou mais, pessoas infectas e/ou através de objetos e ar contaminados (CDC, 2020; McIntosh, 2020).

Este vírus requer uma especial atenção devido ao seu alto nível de transmissibilidade, ao longo período de incubação e à existência de pacientes assintomáticos (Lotfi et al., 2020), ainda que menos letal que a MERS, por exemplo.

Em março de 2020, poucos meses após a identificação das primeiras infeções, a COVID-19 estava presente em 110 países, sendo o número de casos registados superior a 188,000. Devido ao risco de transmissão à escala global, a COVID-19 foi declarada uma pandemia (WHO, 2020).

Portugal também foi assolado pela pandemia e pelas consequentes medidas de contenção, tendo sido registados até ao dia 6 de janeiro de 2023, um total de 5 557 941 casos e 25 805 óbitos totais (DGS, 2023).

De modo a travar o rápido aumento no número de casos, foram tomadas medidas preventivas (Hellewell et al., 2020). Os casos positivos foram isolados de qualquer contacto social por um período de 14 dias (Cuf, 2020). Para além disto, os governos e a Organização Mundial de Saúde aconselharam o distanciamento social (WHO, 2020) e o cancelamento de eventos desportivos, viagens, atividades de lazer, cerimónias religiosas e festivas (Hussein, 2020). Para além destas medidas, creches, jardins de infância e escolas foram encerradas, o que obrigou a que as crianças permanecessem em casa. As crianças em idade escolar iniciaram um regime de teleescola de modo a continuar o seu percurso escolar.

Foi implementado um período de quarentena para infetados, o que forçou a existência de um confinamento. Consequentemente, estas medidas tiveram impacto ao nível económico, levando a escassez de produtos, perdas de negócios e a desemprego (Haleem et al., 2020).

A nível laboral, foi implementado a obrigatoriedade de regime de teletrabalho, sempre que as funções laborais permitissem, independentemente do vínculo laboral (DL n.14-A/2020).

Este tipo de modalidade de trabalho, também conhecida como *home office*, vem proporcionar a garantia da continuidade da atividade laboral em contextos inesperados (Greenet al., 2017 cit in Pantoja et al. 2021) como é o caso da atual pandemia de Covid-19.

As principais vantagens associadas depreendem-se não só com a garantia da continuidade da atividade laboral e organizacional (Pantoja et al., 2021) como também, a nível

individual garante uma redução de custos e de tempo de deslocamento (Brinzea & Secara, 2017), maior flexibilidade de horário (Tavares, 2017) e aumento de produtividade (Kazekami, 2020). Para além disto, verifica-se uma melhoria na qualidade de vida, nomeadamente, ao nível do bem-estar individual (Irawanto et al., 2021).

Contudo, esta modalidade laboral também apresenta desvantagens, nomeadamente: a existência de sentimentos de solidão, irritabilidade, *stress* e presenteísmo (Mann & Holdsworth, 2003). Para além disto, verifica-se o aumento da sobrecarga de trabalho (Aderaldo et al., 2017) existindo também, uma tendência de dificuldade de gestão de tempo, levando a mais horas de trabalho com repercussões negativas ao nível familiar (Chakrabarti, 2018).

Embora, as medidas tomadas sejam necessárias de forma a controlar a pandemia, o isolamento não é uma conduta natural para os indivíduos, tendo uma forte repercussão, tanto ao nível da saúde mental, como no bem-estar psicológico (Pietrabissa & Simpson, 2020).

Ao nível da saúde mental, as perturbações psicológicas mais registadas foram: a ansiedade, o pânico, o stress pós-traumático, a obsessiva-compulsiva e a depressão. Foram registados ainda sintomas como, insónias e problemas digestivos (Rogers et al., 2020). Apesar de ser uma reação natural a situações adversas e ameaçadoras, a ansiedade, se for severa e prolongada, pode causar sofrimento (Daneshfar et al., 2021).

A pandemia causou, também, uma profunda alteração nos contextos sociais. Um dos construtos de bem-estar psicológico que depende da avaliação de informações do contexto imediato é a satisfação com a vida (Pavot & Diener, 2008).

Satisfação com a vida

Diener define satisfação com a vida como uma apreciação subjetiva de bem-estar psicológico (Daneshfar et al., 2021). Esta apreciação dependente do contexto em que os indivíduos se encontram. Dado que a pandemia motivou profundas alterações contextuais, é esperado que existam alterações na avaliação subjetiva sugerindo alterações na satisfação com a vida, com as respetivas implicações em outras dimensões de bem-estar psicológico.

Pessoas que antes da pandemia, apresentavam uma satisfação com a vida mais elevada, apresentaram-se mais felizes e reportaram menos *stress* (El Keshky et al., 2021). Já indivíduos que apresentam uma baixa satisfação com a vida, aparentaram ter mais probabilidade de disfunção sexual e baixa satisfação conjugal (Daneshfar et al., 2021).

Note-se que este tipo de medidas, tal como já observado em situações similares implicam a necessidade de reorganizar as rotinas diárias (Yektatalab & Ansarfard, 2014 cit in

(Daneshfar et al., 2021) afetando as pessoas, não só individualmente, como em termos familiares e ao nível das relações amorosas.

Por exemplo, nos adolescentes e jovens adultos, a pandemia de COVID-19 e as consequentes medidas de distanciamento social, interromperam aspetos fundamentais em termos de desenvolvimento pessoal. Durante esta fase de vida deve de existir uma independência progressiva (Dahl et al., 2018), assim como, um fortalecimento das relações com os pares (Orben et al., 2020). Estes jovens foram privados desta independência e fortalecimento de relações devido à situação atual. A sua privacidade foi reduzida, em consequência, de uma maior monitorização por parte dos pais. As suas interações com o seu grupo de pares foram restritas – resultando em sentimentos de isolamento - e em menores interações sexuais com parceiros (Lindberg et al., 2020). Para os elementos desta faixa etária, num relacionamento recente, a separação física pode influenciar a qualidade ou estabilidade do relacionamento. A separação pode fazer aumentar o risco de abuso emocional online, porém, diminui a violência sexual, física ou íntima. O mesmo não acontece com casais que coabitam, visto que, o confinamento pode aumentar o risco de violência sexual, física ou íntima (Ragavan et al., 2020).

As pessoas solteiras que viviam sozinhas, demonstraram níveis mais baixos de felicidade, tendo esta tido uma tendência de deteriorar-se ao longo do confinamento, o que pode estar relacionado não só com a perda de emprego, situação comum durante o período pandémico, como também, à impossibilidade de estar com outras pessoas (Hamermesh, 2020).

A pandemia e respetivo processo de confinamento, também acarretaram impacto para os casais. Para casais sexualmente ativos, não coabitantes, o facto de não poderem ter relações íntimas devido ao distanciamento físico ou medo de infeção, poderiam experimentar sentimentos de abandono e solidão. Esta questão agrava-se nos casos dos casais que vivem juntos há pouco tempo, uma vez que, a falta de intimidade pode ter impacto na autoestima e no bem-estar dos casais (Banerjee & Rao, 2021).

Este medo relativo à intimidade pode estar relacionado ao distanciamento emocional do parceiro, aumentando assim, os sentimentos de solidão, podendo potenciar a utilização de estratégias de coping desadaptativas (Bogart et al., 2007 cit in Banerjee & Rao, 2021), diminuindo, também, a satisfação amorosa.

Satisfação com a vida amorosa

Satisfação com a vida amorosa pode ser definida como a avaliação individual e global acerca dos aspetos amorosos (Neto, 2005). Esta avaliação é baseada em aspetos específicos como sexo, intimidade, compromisso e comunicação que contribuem também para a felicidade e qualidade do relacionamento (De Andrade & Garcia, 2009).

A felicidade no relacionamento é avaliada através de dois fatores: primeiro, da comparação estabelecida entre o relacionamento atual e os passados; em segundo, das expectativas acerca do parceiro vs. as suas características reais. Assim, existe uma avaliação contínua acerca da qualidade do relacionamento amoroso (De Andrade & Garcia, 2009), bem como da estabilidade do casal (Neto, 2005).

Existem também outros aspetos que possuem influencia na satisfação do relacionamento como paixão, respeito, valorização do companheiro, atração física, desejo e comportamento sexual (Andrade et al. 2009).

Para além disto, a satisfação com a vida amorosa é um preditor da manutenção da relação, satisfação sexual, saúde e bem-estar psicológico (Londero-Santos et al., 2021), bem como, de qualidade de vida. Indivíduos que fazem um bom balanço das suas vidas amorosas, tendem a vivenciar de uma forma mais positiva, os restantes contextos das suas vidas (Andrade et al., 2009).

Importa lembrar que devido a pandemia de COVID-19 existiu uma alteração de contexto de vida, podendo esta constituir uma ameaça à satisfação das necessidades relacionais, como também, criar novos obstáculos entre os casais (Stanley & Markman, 2020), ou seja, a pandemia pode ter tido um impacto negativo nos casais (Pietromonaco & Overall, 2021) devido aos fatores disruptivos inerentes como por exemplo, alteração das rotinas que requerem novas dinâmicas, incerteza, imprevisibilidade, sensação de falta de controlo e *stress*. Estes fatores podem levar a um aumento do conflito relacional e, conseqüentemente à diminuição do bem-estar relacional, satisfação com a vida amorosa (Stanley & Markman, 2020) e satisfação sexual (Luetke et al., 2020).

Satisfação Sexual

A satisfação sexual é um dos muitos fatores considerados na avaliação da qualidade de vida, porém, devido ao facto de ser vivenciada de forma diferente por cada indivíduo existem dificuldades na sua definição (Catão et al., 2010).

Para Lawrance e Byers (1995) satisfação sexual é definida como “uma resposta afetiva decorrente da avaliação subjetiva das dimensões, positivas e negativas, associadas à relação sexual” (p.268). Esta avaliação é baseada em experiências pessoais, do parceiro sexual e ainda em aspetos da sexualidade relativos à relação (Sánchez-Fuentes et al., 2014).

Uma maior satisfação sexual está associada a níveis mais altos de entusiasmo no relacionamento e de intimidade com o parceiro, assim como, a uma maior satisfação no relacionamento (Feng et al., 2021).

Se para alguns casais, a quarentena configurou-se como um potenciador de problemas, para outros poderá ter fornecido a oportunidade de compartilhar mais tempo com o parceiro, o que pode influenciar, positivamente, a qualidade da vida sexual (Micelli et al., 2020), proporcionando uma redescoberta da intimidade. Ao aumento do tempo passado com o parceiro, também está associado um aumento no número de relações sexuais, durante o período da quarentena. No entanto, apesar do aumento da frequência nas relações sexuais, estas foram descritas como menos satisfatórias (Cito et al., 2021). As causas atribuídas a este efeito depreendem-se com a falta de privacidade, nomeadamente a presença de filhos, sendo que, quando mais crianças no agregado familiar, menos relações sexuais são relatadas, e a diminuição dos estímulos psicológicos (Cito et al., 2021). Para além disto, é ainda possível referir que casais em coabitação e com filhos relatam menos pensamentos sexuais, fantasias e masturbação, bem como, menor compreensão e apoio do parceiro. Isto pode dever-se ao *stress* materno, uma vez que este, desempenha um papel importante na relação sexual de ambos os parceiros (Leavitt et al., 2017). Estas afirmações são suportadas por evidências que comprovam que a presença de filhos tem um efeito negativo no desejo sexual das mulheres, assim como na qualidade do relacionamento (Dewitte & Mayer, 2018).

Contrariamente, casais em coabitação e sem filhos demonstram melhor comunicação e vida sexual mais satisfatória. Isto pode ser explicado por aspetos emocionais da relação, ou seja, quanto melhor o relacionamento, mais provável as relações sexuais que, posteriormente, irão aumentar a satisfação no relacionamento (Dewitte & Mayer, 2018).

Deve ser observado que a dinâmica e configuração de cada casal é única e, em oposição aos dados demonstrados por Cito e colaboradores (2021), Li e colaboradores (2020) encontraram um decréscimo na frequência e no desejo sexual, existindo um deterioração no relacionamento, bem como um aumento dos comportamentos sexuais de risco. Para além disto, os casais relataram um aumento no uso de pornografia e da frequência da masturbação.

A esta deterioração do relacionamento está também associado *stress* sentido pelas díades durante o período de confinamento, que contribui para uma menor satisfação sexual (Randall et al., 2022).

***Coping* Diádico**

O *coping* diádico é caracterizado pelo esforço de um ou ambos os elementos do casal, perante situações *stressoras* de modo a criar/restaurar a homeostase física, psicológica ou social. Desta maneira, permite a compreensão da existência de diversas estratégias para fazer face ao(s) *stressor(es)*. Assim, o *coping* possui dois objetivos: a redução do *stress* de cada elemento do casal e o reforço da qualidade da relação (Bodenmann, 2005 cit in Mussumeci & Ponciano, 2018). Pode também ser classificado como positivo ou negativo.

As estratégias de *coping* diádico positivas são: o *coping* diádico de suporte, *coping* diádico comum, e o *coping* diádico delegado. O primeiro refere-se ao apoio dado por parte de um elemento do casal para com o outro, de forma a ajudar a enfrentar situações causadoras de *stress*. Podem ser de conselhos práticos ou de empatia, por exemplo, ajudando assim, o parceiro/a a reformular a situação. O *coping* diádico comum, ambos os elementos do casal participam, de forma simétrica, em estratégias para reduzir o *stress*, como por exemplo, resolução conjunta de problemas, compromisso mútuo ou partilha de sentimentos. Por fim, o *coping* diádico delegado, um dos elementos do casal pede ao outro que assuma certo tipo de tarefas/responsabilidades de forma a reduzir o *stress* causado pela situação vivenciada (Bodenmann et al., 2011 cit in Mussumeci & Ponciano, 2018).

A utilização de estratégias de *coping diádico* positivas atenua o impacto de agentes *stressores* no casamento, reforça os sentimentos de pertença, confiança e intimidade, bem como reforça a perceção que existe suporte mútuo (Bodenmann, 2005 cit in Mussumeci & Ponciano, 2018). Este tipo de sentimentos é característico de pessoas com maiores níveis de felicidade, saúde, assim como, com maior capacidade de lidar com tensões e menos suscetíveis a problemas psicossomáticos e psicológicos (Rook et al., 2012).

Para além disto, o *coping* diádico positivo está associado não só a um maior bem-estar físico, como também, a uma melhor estabilidade e qualidade conjugal (Dehle et al., 2001). Adicionalmente, também ajuda na resolução de problemas conjugais quotidianos que quando não resolvidos, podem levar a uma diminuição da intimidade do casal, aumentando assim, os sentimentos negativos que conseqüentemente, irá diminuir o bem-estar (Story & Bradbury, 2004).

Já as estratégias de *coping* diádico negativo passam por: *coping* diádico hostil que se caracteriza por depreciação, distanciamento, sarcasmo, desinteresse expresso ou até mesmo minimização, por parte de um dos elementos do casal, da gravidade do *stress* sentido pelo outro elemento; *coping* diádico ambivalente sendo este expresso quando um dos cônjuges apoia o outro mediante contribuição ou sem vontade; *coping* diádico superficial traduz-se num apoio sem sinceridade, isto é, perante uma situação adversa um dos elementos do casal, apoia o outro, porém, sem empatia ou faz perguntas acerca dos sentimentos vivenciados, contudo, não existem interesse pela resposta (Bodenmann & Randall, 2012).

Importa salientar que o tipo de estratégia de *coping* diádico adotada irá depender de um conjunto de fatores, nomeadamente, das características situacionais nas quais ocorre o *stress*, da motivação para apoiar o conjugue e das estratégias de *coping* individuais (Wunderer & Schneewind, 2006).

Este período histórico é diferente de qualquer outro vivido nos últimos 100 anos o que implica um desconhecimento das reações adaptativas dos indivíduos. Porém, na maioria dos casos, fatores como, os altos níveis de ansiedade e ausência de contacto físico social associados às medidas de contenção e ao cariz excepcional da pandemia contribuem para o agravamento do sofrimento psicológico (Proulx et al., 2007) e para o aumento dos conflitos nos relacionamentos (Yang & Ma, 2020), podendo afetar quer a função, como a satisfação sexual (Omar et al., 2021).

Tendo em conta que cada casal possui uma dinâmica relacional diferente e que, até à data do presente estudo, não existe investigação nacional relativa ao impacto da pandemia de COVID-19 na satisfação com a vida e nos relacionamentos íntimos, torna-se crucial entender como é que esta situação excepcional afetou os casais portugueses, quer na sua dinâmica conjugal e sexual, como também, na componente psicológica, uma vez que estão interligados e que foram relatados, a nível global, aumentos significativos de psicopatologias.

Objetivos da Investigação

O presente estudo, de natureza descrito-correlacional e retrospectiva, propõe-se a avaliar a satisfação com a vida e os afetos positivos e negativos dos indivíduos, a satisfação com a vivência em casal, nas dimensões afetivo-cognitiva e sexual e as estratégias de *coping* diádico, na população de adultos portugueses que se encontram numa relação íntima estável, durante o primeiro período de confinamento usando como comparação o período após o confinamento pretende-se estabelecer uma comparação.

Pretendemos ainda, estabelecer qual a correlação entre as variáveis, observadas nos dois momentos.

Procuramos verificar o impacto das variáveis gerais sociodemográficas (número de dependentes, número de elementos no agregado familiar, alterações de rendimentos, alterações profissionais, coabitação, regime de teletrabalho e/ou telescola) nas variáveis sociodemográficas medidas.

Por último, pretende-se observar, entre os casais, a relação observada nas variáveis, respeitando o impacto na díade.

Com estes objetivos esperamos contribuir para o conhecimento do bem-estar subjetivo e de casal dos adultos portugueses, em situações extremas, das quais ainda estamos dependentes, permitindo aumentar o conhecimento disponível para identificação de risco psicológico e futuras questões de investigação em condições similares.

Método

Amostra

A população em estudo foi a portuguesa de maioridade através de uma técnica de amostra não probabilística. Foram contactadas 208 pessoas correspondentes a 104 casais. Destas participaram 86 pessoas, das quais foram emparelhados 19 casais. Foi excluído apenas um participante após a aplicação critérios de exclusão, sendo estes: a idade (menores de 18 anos e com idade superiores a 65 anos), a nacionalidade não portuguesa, relacionamentos poligâmicos e/ou inferiores a 2 anos, com habitações separadas.

A amostra final é constituída por um total de 86 participantes, com idades compreendidas entre os 20 e os 59 anos ($M_{idade}=39.77$; $DP=10.46$). Dos participantes incluídos na amostra 57 pertencem ao sexo feminino ($M_{idade}=38.89$; $DP=10.63$) e 29 são do sexo masculino ($M_{idade}=41.48$; $DP=10.06$). A generalidade da amostra conta maioritariamente com indivíduos heterossexuais (96,5%), com relacionamentos de duração entre os 3 a 48 anos ($M=17.00$; $DP=11.36$).

Instrumentos

Foi questionada a idade dos participantes, género e orientação sexual com o qual se identificam, tipo de relacionamento (solteiros em relação monogâmica, união de facto ou casados), tipo de estrutura familiar (com ou sem filhos, com ou sem dependentes), elementos em teletrabalho ou em telescola, alterações profissionais ou de rendimento, controlo de doenças mentais, infeção previa e/ou atual por COVID-19. Foi ainda questionado aos participantes se perceberam alterações a estas dimensões durante a fase de confinamento.

Afetos

O questionário PANAS - *Positive and Negative Affect Schedule* (Watson et al., 1988) validado para a população portuguesa (Galinha & Pais-Ribeiro, 2005), consiste numa medida de autorrelato que avalia a escala de afetos positivos e de afetos negativos composta por 20 itens: 10 itens relativos aos afetos positivos e 10 itens de afetos negativos. Estes itens são apresentados numa escala de Likert, de 1 a 5, em que 1 corresponde a “Nada ou muito ligeiramente” e 5 “Extremamente”. Este instrumento será passado uma vez, referindo-se a dois períodos distintos, nomeadamente, “durante o último confinamento” e “nas últimas duas semanas”.

Satisfação com a vida

O SWLS - *The Satisfaction With Life Scale* (Diener et al., 1993), medida de autorrelato que tem como intuito avaliar a satisfação com a vida, através de uma escala composta por 5 itens apresentados numa escala de Likert de 1 a 7, em que 1 corresponde a “Discordo Totalmente e 7 corresponde a “Concordo Totalmente”. A medida foi aplicada retrospectivamente ao momento de confinamento e ao momento atual.

Satisfação com a vida amorosa

O questionário SWLLS - *The Satisfaction With Love Life Scale*, validado para a população portuguesa (Neto, 2005) consiste numa medida de autorrelato que pretende avaliar a forma com que o indivíduo vê subjetivamente a sua vida amorosa, medindo assim, a satisfação com a vida amorosa. Esta escala é composta por 5 itens apresentados numa escala de Likert de 1 a 7, em que 1 corresponde a “Discordo Totalmente e 7 corresponde a “Concordo Totalmente”. A medida foi aplicada retrospectivamente, reportando-se ao período de confinamento e ao momento atual.

Satisfação Sexual

O NSSS – *New Sexual Satisfaction Scale* (Štulhofer et al., 2010), validado para a população portuguesa (Pechorro et al., 2014) trata-se de uma medida de autorrelato com o objetivo de avaliar a satisfação sexual. A presente escala é composta por 20 itens: 10 relativos à centração no eu e 10 itens centrados no parceiro e na atividade sexual. Estão dispostos numa escala de Likert de 1 a 5, em que 1 corresponde a “Nada Satisfeito” e 5 “Totalmente Satisfeito”. Esta medida foi aplicada retrospectivamente, reportando-se ao período de confinamento e ao momento atual.

Coping diádico

O DCI - *Dyadic Coping Inventory* (Bodenmann, 2007) validado para a população portuguesa (Vedes et al., 2013) consiste numa medida de autorrelato que pretende avaliar os processos construtivos e destrutivos relativos aos domínios da intimidade e dos conflitos conjugais. Esta escala é composta por 37 itens apresentados numa escala de Likert de 1 a 5, em que 1 corresponde a “Muito raramente” e 5 corresponde a “Com muita frequência”

Procedimento de recolha de dados

Foi requerido o parecer da Comité de Ética da Universidade do Algarve que encontrou no presente estudo, as condições necessárias para evitar possíveis situações que possam responsabilizar a instituição, em termos de falta de cumprimento de requisitos da conformidade de privacidade de dados conforme o RGPD (Regulamento Geral sobre a Proteção de Dados) e LPDP (Lei de Proteção de Dados Pessoais).

Os questionários acima descritos foram aplicados remotamente, de forma a evitar o contacto direto com os respondentes, com recurso a plataformas online. Incluiu um consentimento informado, sendo a participação anónima e voluntária, e sem qualquer tipo de recompensa. Os participantes foram recrutados através de redes de contactos informais de modo a aumentar a diversidade das características sociodemográficas da amostra.

Adicionalmente foi pedido aos participantes para criarem um código composto pelas 3 primeiras letras do primeiro nome do elemento mais velho do casal, seguido das primeiras 3 letras do primeiro nome do elemento mais nome e a data de início de relação. Isto permitiu um posterior emparelhamento das respostas entre os elementos do casal.

O período de recolha iniciou-se no mês de janeiro de 2022, tendo sido concluído no início do mês de junho do mesmo ano.

Procedimento de análise de dados

Dada a conclusão da recolha de dados, estes foram inseridos e analisados recorrendo ao programa de tratamento de dados estatísticos *Statistical Package for the Social Sciences (IBM SPSS Statistics – Versão 28.0)* juntamente com o software *Just Another Statistics Program (JASP – Versão 0.16)*. Recorreu-se também ao programa de construção de modelos para relacionar variáveis (*IBM SPSS AMOS - Versão 28.0*).

Devido à natureza descritivo-correlacional, inicialmente foi realizada uma análise descritiva das variáveis sociodemográficas dos participantes, através de medidas de tendência central e dispersão, de forma a caracterizar as dimensões em estudo.

Será realizada uma análise entre as correlações das medidas. Adicionalmente, para caracterização do fenómeno, as dimensões serão comparadas recorrendo a testes de comparação de médias.

Resultados

Caracterização da amostra

Para efeitos de caracterização da amostra e do seu agregado familiar foi elaborado um conjunto de questões que pretendia aceder à sua composição, ao regime de trabalho vigente e possíveis alterações experimentadas nos rendimentos, durante o confinamento. A descrição é para a amostra final recolhida, sem discriminar os casais.

Podemos observar que a maioria dos participantes (32.6%) pertence a um agregado familiar composto por 3 pessoas. Quanto ao número de filhos, 64 participantes (74.4%) têm filhos, sendo que destes, 51 pessoas (59.3%) identificaram os filhos como ainda estando a seu cargo.

Relativamente ao regime de trabalho durante o período do primeiro confinamento, 34 pessoas (39.5%) relataram estar noutra situação, 25 pessoas (29.1%) em regime laboral presencial exclusivo, 19 pessoas (22.1%) em regime misto (teletrabalho e regime presencial) e 8 pessoas (9.3%) em regime teletrabalho exclusivo. Existindo 51 participantes (59.3%) que relataram terem tido elementos do agregado familiar em teletrabalho ou telescola, durante o período de confinamento.

Para além disto, 61 participantes (70.9%) dizem não ter existido alterações profissionais durante o período de confinamentos. Já ao nível das alterações de rendimento no agregado familiar, 44 participantes (51.2%) reportam alterações.

Por último, 55 participantes (64.0%) relatam a existência da infeção Covid-19 no agregado familiar.

Diferença de médias

As dimensões relativas aos afetos positivos e negativos, à satisfação com a vida, à satisfação com a vida amorosa e à satisfação com a vida sexual foram medidas referindo-se a dois momentos distintos: o primeiro momento, foi medido retrospectivamente correspondente ao confinamento consequente à doença Covid-19 e o segundo momento, referente aos últimos 15 dias. Foram realizados testes-t de Student para amostras emparelhadas de modo a comparar as médias entre momentos (Tabela 1).

Tabela 1.*Teste-T para amostras emparelhadas*

	Confinamento	Últimos 15 dias	t	df	p	d de Cohen
Afetos positivos	12.91	16.53	-7.768	85	< .001	-.838
Afetos negativos	12.38	8.75	8.649	85	< .001	.933
Satisfação vida	23.19	24.96	-3.781	85	< .001	-408
Satisfação vida amorosa	26.81	27.23	-.671	85	.504	-.072
Satisfação sexual	46.79	47.79	-1.380	85	.171	-.149

Foram comparadas, entre momentos, as variáveis afetos positivos, afetos negativos, satisfação com a vida, satisfação com a vida amorosa e satisfação sexual.

Verificou-se um aumento dos afetos positivos, da satisfação com a vida, da satisfação com a vida amorosa e da satisfação com a vida sexual e um decréscimo dos afetos negativos.

Os afetos positivos, no primeiro momento ($M=12.91$; $DP=3.03$) registaram-se menores comparativamente com o segundo momento ($M=16.53$; $DP=3.58$), existindo diferenças estatisticamente significativas [$t_{(85)}=-7.768$, $p<.001$] e uma forte magnitude de efeito ($d=-0.83$).

Os afetos negativos registaram-se maiores do primeiro momento ($M=12.38$; $DP=4.30$) do que no segundo momento ($M=8.75$; $DP=3.98$), existindo diferenças estatisticamente significativas [$t_{(85)}=8.649$, $p<.001$] e uma magnitude de efeito forte ($d=0.93$).

A análise realizada demonstra menores níveis de satisfação com a vida no primeiro momento ($M=23.19$; $DP=6.84$) comparativamente com o segundo momento ($M=24.96$; $DP=6.77$), existindo diferenças estatisticamente significativas [$t_{(85)}=-3.781$, $p<.001$] e uma magnitude de efeito reduzida ($d=-0.40$).

A satisfação com a vida amorosa registou-se menor no primeiro momento ($M=26.81$; $DP=7.62$) comparativamente ao segundo momento ($M=27.23$; $DP=7.43$), não existindo diferenças estatisticamente significativas [$t_{(85)}=-0.671$, $p=.504$]. As variáveis apresentam uma magnitude de efeito reduzida ($d=-0.07$).

A satisfação sexual registou-se menor no primeiro momento ($M=46.79$; $DP=9.09$) comparativamente ao segundo momento ($M=47.79$; $DP=9.46$), não existindo diferenças estatisticamente significativas [$t_{(85)}=-1.380$, $p=.171$]. As variáveis apresentam uma magnitude de efeito reduzida ($d=-0.14$).

Correlações de Pearson

Na tabela seguinte (Tabela 2) estão representados os níveis de correlação entre as variáveis em estudo, analisadas através do teste de correlação de *Pearson*.

As variáveis relativas aos afetos positivos, afetos negativos, satisfação com a vida, satisfação com a vida amorosa e satisfação com a vida sexual foram medidas referindo-se a dois momentos distintos: o primeiro momento, foi medido retrospectivamente correspondente ao confinamento consequente à doença Covid-19 e o segundo momento, referente aos últimos 15 dias. Assim sendo, os resultados referentes ao primeiro momento estão expressos na parte superior da tabela e os do segundo momento estão representados na parte inferior.

Tabela 2.*Correlações de Pearson*

Variável		1.	2.	3.	4.	5.	6.
1.Afetos positivos	<i>r</i>	—	-.073	.136	.282 **	.188	.151
	<i>p</i>	—	.503	.212	.009	.083	.166
2.Afetos negativos	<i>r</i>	-.083	—	-.337 **	-.249 *	-.335 **	-.180
	<i>p</i>	.447	—	.002	.021	.002	.097
3.Satisfação vida	<i>r</i>	.371 ***	-.500 ***	—	.547 ***	.267 *	.304 **
	<i>p</i>	< .001	< .001	—	< .001	.013	.004
4.Satisfação vida amorosa	<i>r</i>	.324 **	-.336 **	.672 ***	—	.591 ***	.459 ***
	<i>p</i>	.002	.002	< .001	—	< .001	< .001
5.Satisfação sexual	<i>r</i>	.368 ***	-.096	.387 ***	.593 ***	—	.403 ***
	<i>p</i>	< .001	.378	< .001	< .001	—	< .001
6. Coping	<i>r</i>	.444 ***	-.188	.401 ***	.622 ***	.687 ***	—
	<i>p</i>	< .001	.083	< .001	< .001	< .001	—

Nota: Coeficientes de correlação *r* de Person. * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

Parte superior: confinamento e parte inferior: últimos 15 dias

Durante o primeiro momento foi possível verificar correlações positivas moderada entre as variáveis satisfação com a vida e satisfação com a vida amorosa ($r=.547, p<.001$), satisfação com a vida e *coping* ($r=0.304, p=.004$), satisfação com a vida amorosa e satisfação sexual ($r=.591, p<.001$), satisfação com a vida amorosa e *coping* ($r=.459, p<.001$) e satisfação com a vida sexual e *coping* ($r=.403, p<.001$).

Para além disto, foram ainda verificadas correlações positivas fracas entre os afetos positivos e satisfação com a vida amorosa ($r=.282, p=.009$) e a satisfação com a vida e satisfação sexual ($r=.267, p=.013$).

Foi possível verificar uma correlação negativa moderada entre as variáveis: afetos negativos e a satisfação com a vida ($r=- 0.337, p= .002$) e afetos negativos e satisfação com a vida sexual ($r=- 0.335, p=.002$). Registou-se uma correlação negativa fraca entre os afetos negativos e satisfação com a vida amorosa ($r=- 0.249, p=.021$).

Já no segundo momento, referente aos últimos 15 dias, foram verificadas correlações positivas fortes entre as seguintes variáveis: satisfação com a vida e satisfação com a vida amorosa ($r=.672, p<.001$), satisfação com a vida amorosa e *coping* ($r=.622, p<.001$), satisfação sexual e *coping* ($r=.687, p<.001$).

Foram ainda encontradas correlações positivas moderadas entre as variáveis: afetos positivos e satisfação com a vida ($r=.371, p<.001$), afetos positivos e satisfação com a vida amorosa ($r=.324, p=.002$), afetos positivos e satisfação sexual ($r=.368, p<.001$), afetos positivos e *coping* ($r=.444, p<.001$), satisfação com a vida e satisfação sexual ($r=.387, p<.001$), satisfação com a vida e *coping* ($r=.401, p<.001$) e satisfação com a vida amorosa e satisfação sexual ($r=.593, p<.001$).

Identificaram-se ainda correlações negativas moderadas entre os afetos negativos e satisfação com a vida ($r=-.500, p<.001$) e afetos negativos e satisfação com a vida amorosa ($r=-.336, p= .002$).

Quando estabelecida uma comparação entre os dois momentos é possível observar uma alteração de correlação entre as variáveis afetos positivos e satisfação com a vida, satisfação sexual e *coping*.

Durante o primeiro momento, os afetos positivos não apresentaram correlações significadas com a satisfação com a vida ($r=.136, p= .212$), a satisfação sexual ($r=.188, p=.083$) e o *coping* ($r=.151, p= .166$). No segundo momento, os afetos positivos apresentam uma correlação positivas moderada com a satisfação com a vida ($r=.371, p<.001$), com a satisfação sexual ($r=.368, p<.001$) e com o *coping* ($r=.444, p<.001$)

ANOVAS de um fator

Foram realizadas ANOVAS de um fator (Tabela 3) de modo a compreender o possível impacto das variáveis sociodemográficas (anos de relação, número de elementos no agregado familiar, número de dependentes a cargo, tipo de regime de trabalho durante o primeiro confinamento, elementos no agregado familiar em teletrabalho e/ou telescola, alterações profissionais e de rendimento e existência de infeções por COVID-19) nas variáveis sociocognitivas, sexuais e de *coping*.

Tabela 3.*Influência das variáveis sociodemográficas nas variáveis afeto-cognitivas, sexuais e coping*

	Anos de relação		Agregado Familiar		Dependentes		Regime trabalho		Teletrabalho/ telescola		Alterações Profissionais		Alterações Rendimento		Infeções COVID-19	
	F	p	F	p	F	p	F	p	F	p	F	p	F	p	F	p
Afetos positivos	.920	.591	4.015	.010	.239	.788	1.004	.395	1.067	.349	2.080	.131	.778	.380	2.439	.093
Afetos negativos	1.797	.029	4.568	.005	3.135	.049	1.227	.305	.148	.862	2.047	.136	7.939	.006	.660	.519
Satisfação vida	1.701	.043	2.155	.100	1.162	.318	.963	.414	2.974	.057	.617	.542	6.367	.014	1.132	.327
Satisfação vida amorosa	1.375	.150	.550	.650	.018	.982	.089	.966	.122	.885	1.086	.342	2.356	.129	1.160	.318
Satisfação sexual	1.456	.112	1.315	.275	.489	.615	.360	.782	.297	.744	2.923	.059	.844	.361	.243	.785
Coping	.849	.684	1.752	.163	8.836	<.001	1.493	.223	.439	.646	.934	.397	.031	.862	1.030	.362

Os resultados obtidos demonstram que o número de elementos do agregado familiar influencia significativamente os afetos positivos [$F_{(3,85)} = 4.015, p = .010$] e os afetos negativos [$F_{(3,85)}=1.701, p = .005$]. Os afetos negativos são também significativamente influenciados quer pelas alterações de rendimento [$F_{(2,85)}=7.939, p=.006$], bem como pelo número de dependentes [$F_{(2,85)}=3.135, p=.049$]. É ainda possível referir que o número de dependentes possui uma influência significativa nas estratégias de *coping* diádico [$F_{(2,85)}=8.836, p<.001$], assim como, as alterações de rendimento na satisfação com a vida [$F_{(2,85)}=6.367, p=.014$].

ANOVAS de um fator – *Post hoc*

Foram realizadas análises *Post hoc*, com recurso ao procedimento de Bonferroni, tendo o objetivo de verificar a existência de diferenças significativas entre os grupos, tendo em conta as variáveis sociodemográficas e afeto-cognitivas, sexuais e *coping*.

Quando analisado as diferenças entre grupos relativas ao número de elementos do agregado familiar, tendo em conta os afetos positivos é possível referir que existem diferenças significativas, entre os agregados com 3 e 4 elementos ($p=.035$), 4 e 5 elementos ($p=.029$). Foram ainda, encontradas diferenças significadas relativas aos afetos negativos quando comparados agregados familiares com 2 e 4 elementos ($p=.004$).

Relativamente aos dependentes a cargo existem diferenças ao nível dos afetos negativos, entre os participantes que não tem filhos e os que tem filhos dependentes ($p=.043$). Estas diferenças podem também ser observadas ao nível das estratégias de *coping* diádico utilizadas entre os indivíduos que não tem filhos e os que tem filhos não dependentes ($p=.002$), bem como, entre os participantes que não têm filhos e os que tem filhos dependentes ($<.001$).

Regressões lineares

De modo a compreender a relação entre as variáveis sociodemográficas e as variáveis afeto-cognitivas, sexuais e *coping* foram realizadas regressões lineares.

Tabela 4.*Relação entre anos de relação, afetos negativos e satisfação com a vida amorosa*

	Afetos negativos				Satisfação com a vida amorosa			
	R ²	F	p	β	R ²	F	p	β
Anos de relação	6.1%	5.442	.022	-.247	7%	6.330	0.14	.265

A regressão linear (Tabela 4.) realizada demonstrou que os anos de relação preveem tanto os afetos negativos [$F_{(1,85)}= 5.442$, $p= 0.22$; $R^2= 6.1$], como também, a satisfação com a vida amorosa [$F_{(1,85)}= 6.330$, $p= 0.14$; $R^2= 7$].

Tabela 5.*Relação entre alterações de rendimentos, afetos negativos e satisfação com a vida*

	Afetos negativos				Satisfação com a vida			
	R ²	Z	p	β	R ²	Z	p	β
Alteração de rendimentos	8.6%	7.939	.006	.294	7%	6.367	0.14	.265

Os resultados obtidos (Tabela 5.) evidenciam que as alterações de rendimentos no agregado familiar preveem os afetos negativos [$F_{(1,85)}= 7.939$, $p= .006$; $R^2= 8.6\%$], bem como, a satisfação com a vida [$F_{(1,85)}= 6.367$, $p= 0.14$; $R^2= 7$].

Caracterização dos casais

Da amostra geral de 86 pessoas foi possível emparelhar 38 participantes em 19 casais. Os elementos dos casais que participaram no presente estudo apresentam idades compreendidas entre os 22 e os 59 anos ($M_{idade}= 40.23$; $DP=11.20$), o número de anos da relação está compreendida entre os 4 e os 36 anos ($M_{idade}= 17.73$; $DP=10.57$).

Relativamente ao número de filhos, 14 casais têm 1 filho (36.84%), sendo que destes 22 identificaram possuir pelo menos 1 filho a cargo (57.89%).

Em termos laborais, 23 pessoas (60.52%) identificaram ter estado em teletrabalho e/ou ter tido os filhos em regime de telescola. Não tendo existido alterações profissionais na maioria dos participantes emparelhados 28 (73.68%), nem alterações de rendimentos (55.26%).

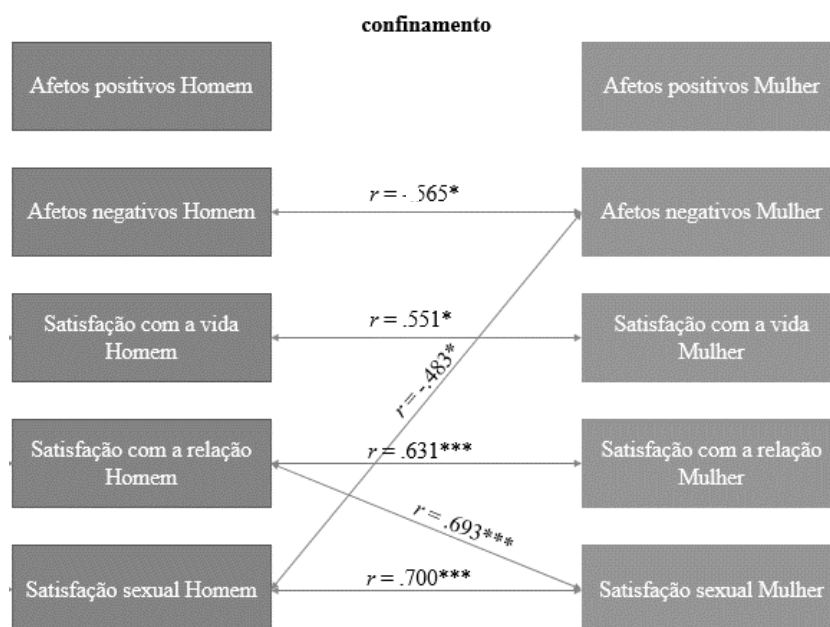
É ainda possível referir que a maioria dos casais, 20 pessoas (52.63%) contaram com infecções por Covid-19, no seu agregado familiar.

Correlações de *Pearson* para díades

Realizaram-se correlações de *Pearson* de forma a compreender o impacto das variáveis afeto-cognitivas, sexuais e *coping*, nos casais.

Figura 1.

Correlações de *Pearson* para díades durante confinamento



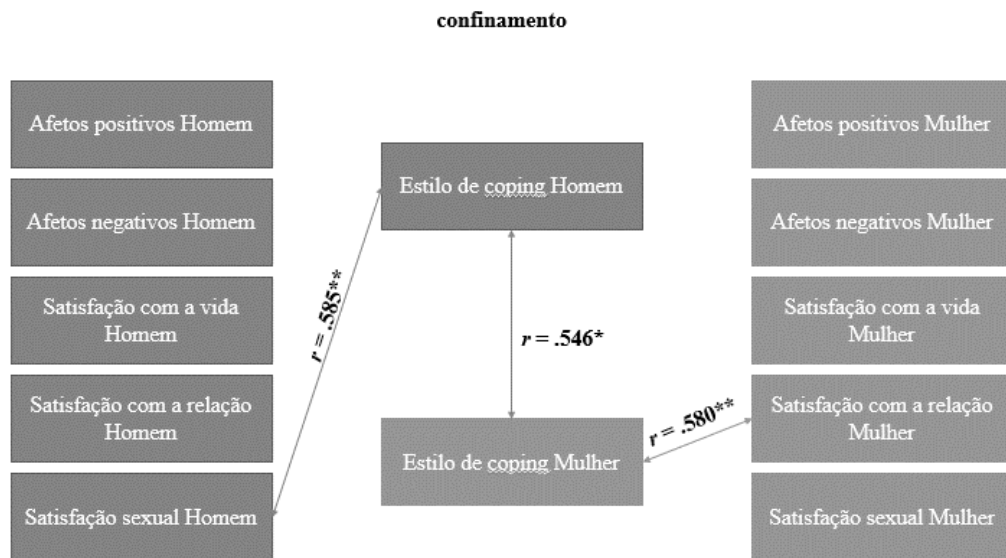
Nota: Coeficientes de correlação *r* de *Person*. * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

É possível referir que durante o período do primeiro confinamento devido à doença COVID-19 foram possíveis verificar, para um nível de significância de 0.5, correlação positiva moderada entre os afetos negativos do casal ($r=.565$) e a satisfação com a vida de ambos os elementos da díade ($r=.551$). Foram também encontradas correlações negativas moderadas entre e satisfação sexual dos homens e os afetos negativos das mulheres ($r=-.483$).

Para além disto, foi ainda possível verificar, para um nível de significância de $<.001$, correlações positivas fortes entre a satisfação com vida amorosa dos homens e a satisfação com a vida amorosa das mulheres ($r=.631$), satisfação com vida amorosa dos homens e a satisfação sexual da mulher ($r=.693$) e satisfação sexual de ambos os elementos ($r=.700$).

Figura 2.

Correlações de Pearson para díades durante confinamento(cont.)



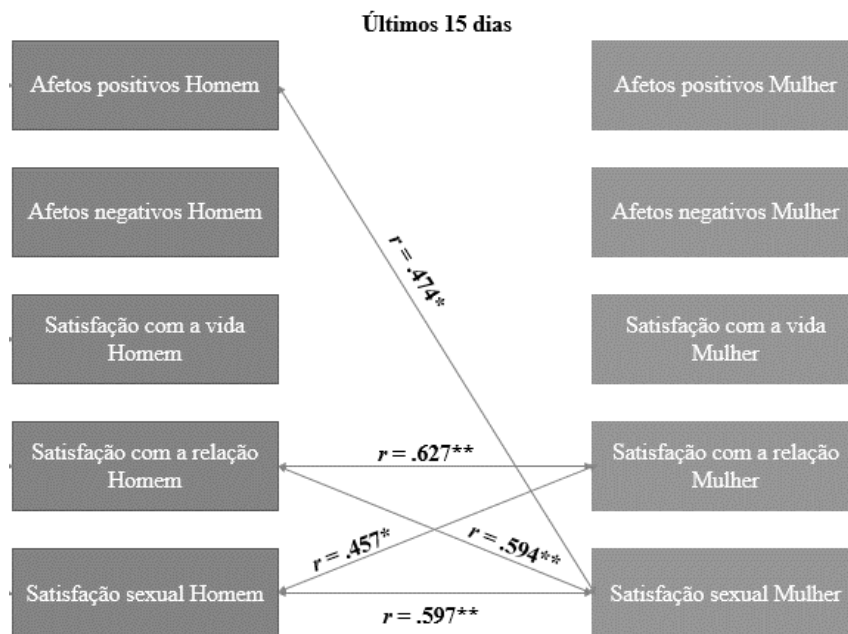
Nota: Coeficientes de correlação r de *Person*. * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

Quando analisadas as estratégias de *coping*, durante o confinamento, entre os sexos é possível referir a existência de uma correlação positiva moderada entre as estratégias de *coping* do casal ($r=.546$), para uma significância de 0.5.

Foram ainda encontradas para uma significância de .01, correlações positivas moderadas entre a satisfação sexual dos homens e as estratégias de *coping* masculinas ($r=.585$) e entre as estratégias de *coping* utilizadas pelas mulheres e a sua satisfação com a vida amorosa feminina ($r=.580$).

Figura 3.

Correlações de Pearson para díades nos "últimos 15 dias"



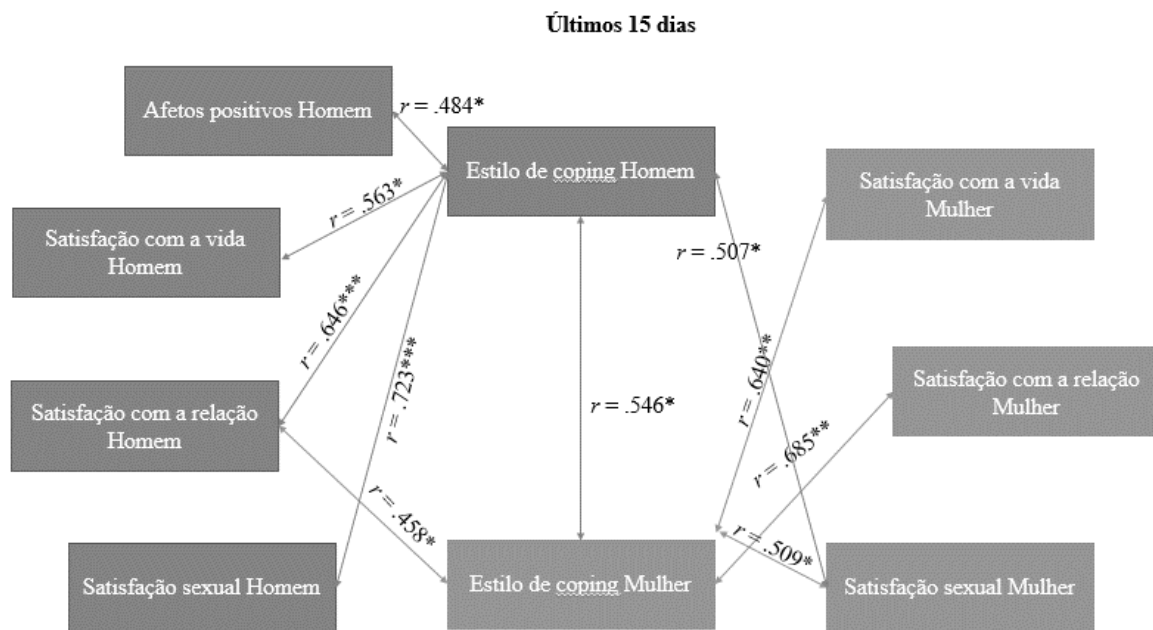
Nota: Coeficientes de correlação r de *Person*. * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

Relativamente aos “últimos 15 dias” é possível referir a existência de correlações positivas moderadas, para um nível de significância de .05, entre os afetos positivos dos homens e satisfação sexual das mulheres ($r=.474$) e da satisfação sexual masculina e satisfação com a vida amorosa feminina ($r=.457$). Ainda de referir que para um nível de significância de .01, foram encontradas correlações entre a satisfação com a vida amorosa do homem e satisfação sexual da mulher ($r=.594$) e entre a satisfação sexual de ambos os sexos ($r=.597$).

Existem ainda uma correlação positiva forte, para um nível de significância de .01, entre a satisfação com a vida amorosa de ambos os sexos ($r=.627$).

Figura 4.

Correlações de Pearson para díades durante "últimos 15 dias"(cont.)



Nota: Coeficientes de correlação r de *Person*. * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

Quando analisadas as estratégias de *coping*, durante os últimos 15 dias é possível observar a existência de correlações positivas moderadas, para um nível de significância de .05, entre os afetos positivos e as estratégias de *coping* masculinas ($r = .484$), satisfação com a vida e as estratégias de *coping* ($r = .563$), satisfação com a vida amorosa masculina e estratégias de *coping* femininas ($r = .458$), estratégias de *coping* entre ambos os sexos ($r = .546$), satisfação sexual das mulheres e estratégias de *coping* masculinas ($r = .507$) e satisfação sexual e *coping* feminino ($r = .509$).

Foram ainda encontradas correlações positivas fortes entre a satisfação com a vida e as estratégias de *coping* femininos ($r = .640$) e satisfação com a vida amorosa e estratégia de *coping* femininas ($r = .685$), para um nível de significância de .05

Já para uma significância $< .001$, foram possíveis observar correlações positivas fortes entre a satisfação com a vida amorosa e estratégias de *coping* masculinas ($r = .646$), satisfação sexual e estratégias de *coping* masculinas ($r = .723$).

Quando realizada uma comparação entre momentos verifica-se que os afetos negativos e a satisfação com a vida masculinas deixam de estar significativamente correlacionados com estas mesmas variáveis femininas, bem como, a satisfação sexual masculina e os afetos negativos femininos.

Para além disto, a correlação entre as variáveis satisfação com a vida amorosa em ambos os sexos, satisfação com a vida amorosa masculina e satisfação com a vida sexual feminina e satisfação com a vida sexual em ambos os sexos, perdem significância, passando de $<.001$ para $.05$.

Contudo, no período referente aos últimos 15 dias surgem correlações que durante o período de confinamento não eram significantes, nomeadamente, entre os afetos positivos masculinos e a satisfação sexual feminina ($r=.474$) e entre a satisfação sexual masculina e a satisfação com a vida amorosa feminina ($r=.457$).

Discussão dos Resultados

O presente estudo tem como objetivo medir e avaliar os níveis de satisfação com a vida e com a vida amorosa, afetos positivos e negativos, bem como a satisfação conjugal, na população de adultos portugueses, durante o período de confinamento de março de 2020, consequente da pandemia de COVID-19. Para além disto, procurou-se estabelecer relação entre as variáveis observadas nos dois momentos, bem como, entre os casais, respeitando o impacto na díade. Por fim, analisou-se o impacto de fatores como a coabitação, teletrabalho e a presença de dependentes/agregado familiar nestes indicadores. Analisam-se abaixo os resultados de acordo com os objetivos da investigação.

Afetos positivos e negativos, satisfação com a vida em geral, amorosa e sexual.

Os resultados obtidos afirmam que no período referido como “nos últimos 15 dias” existiram mais afetos positivos e satisfação com a vida, do que durante o período de confinamento, sendo que durante este, o que mais se registou foram afetos negativos. Assim, é possível dizer que o confinamento afetou negativamente a maneira como as pessoas se sentiram, uma vez que, quando desconfinados os participantes referiram experienciar mais afetos positivos, comparativamente, à fase de confinamento. Sem surpresa, estes dados corroboram os estudos com objetivos semelhantes.

Pietrabissa e Simpson (2020) afirmam que períodos de isolamento ou distanciamento social, tendem a ter um impacto negativo no bem-estar psicológico, potenciando o aparecimento de psicopatologia, o que consequentemente diminui os afetos positivos. Adicionalmente, Ahsan Khodami e colaboradores (2022) afirmam que durante o período de

confinamento foram experienciados níveis de satisfação com a vida mais baixos, assim como, um aumento dos níveis de *stress*.

No entanto, no presente estudo não foram encontradas diferenças significativas entre momentos, relativamente à satisfação com a vida amorosa e sexual. No entanto, apesar dos resultados não se terem demonstrado estatisticamente significativos é possível referir que no período pós-confinamento a satisfação com a vida amorosa e a satisfação sexual demonstraram-se mais elevadas.

Estas diferenças poderão ser explicadas, não só pelo número reduzido da amostra, não sendo os resultados expressivos, mas também, pelo conteúdo em questão, visto que, pode ser considerado evasivo fazendo com que os participantes se sintam desconfortáveis, potencializando assim, respostas entendidas como socialmente aceitável.

Estes resultados contrastam com a literatura, uma vez que, é esperado que o impacto emocional provocado por momentos de crise tenha repercussões negativas na avaliação da relação (Blom et al., 2019) e, conseqüentemente, na satisfação com a vida amorosa, potencializando um afastamento do casal, diminuindo assim, a satisfação sexual (Falconier & Epstein, 2011; Blom et al., 2019).

Correlações entre as variáveis, em estudo, nos dois momentos.

Observou-se que durante o período de confinamento foi registada uma relação positiva moderada da satisfação com a vida com o *coping* diádico e com satisfação com a vida amorosa, isto é, quanto mais os indivíduos estão satisfeitos com a sua vida, mais estratégias de *coping* diádico apresentam, bem como, mais felizes estão na sua vida amorosa. A satisfação com a vida amorosa apresentou ainda uma relação positiva moderada com o *coping* diádico e com a satisfação sexual, o que indica que quanto mais o indivíduo está feliz com a sua vida amorosa mais estratégias de *coping* diádicas positivas utiliza e melhor se sente na sua vida sexual.

Os resultados obtidos estão de acordo com a literatura, uma vez que, a utilização de estratégias de *coping* diádico positivas está associada a uma maior satisfação conjugal, amorosa e sexual (Dehle et al., 2001; Brock & Lawrence, 2008; Pechorro et al., 2014). Assim sendo, casais que experienciam uma boa vida sexual são mais prováveis de permanecer juntos (Klusmann, 2002). Já casais com estratégias de *coping* negativas, possuem maior propensão para interações desadequadas, diminuindo assim, a sua satisfação com a sua vida amorosa e, conseqüentemente, a satisfação sexual, aumentando o risco de divórcio (Donato et al., 2009).

Para além disto, à satisfação sexual também está inerente a expressão de mais afetos positivos (Trudel et al., 2010).

Os afetos compõem o bem estar subjectivo (Diener et al., 1999) sendo este uma dimensão da satisfação com a vida (Cohen, Kassler & Gordon, 1997 cit in Galinha & Pais-Ribeiro, 2005), ou seja, os afetos positivos contribuem para níveis mais elevados de satisfação com a vida e, conseqüentemente, para a satisfação com a vida amorosa, uma vez que, esta é parte integrante da satisfação com a vida e preditor de bem-estar psicológico (Salvatore et al., 2001; Scorsolini-Comin & Santos, 2010; Scorsolini-Comin et al., 2012; Scorsolini-Comin et al., 2016), assim como, a satisfação sexual.

Estas relações acima descritas foram comprovadas no presente estudo, sendo que, a satisfação com a vida amorosa relaciona-se de uma forma fraca e positiva com os afetos positivos, indicando que a satisfação com a vida amorosa leva a um pequeno aumento dos afetos positivos sentidos. É ainda possível referir uma relação positiva fraca entre a satisfação com a vida e a satisfação sexual, ou seja, níveis de satisfação de vida positivos leva a um ligeiro aumento da satisfação sexual.

Quando aos afetos negativos estes relacionam-se de uma forma negativa e moderada com a satisfação com a vida e com a satisfação sexual, isto indica que, quando mais afetos negativos são experienciados, menos satisfeita a pessoa se sente, tanto com a vida como sexualmente. Os afetos negativos relacionam-se ainda de uma forma negativa fraca com a satisfação com a vida amora, ou seja, quantos mais afetos negativos são experienciados menos satisfação com a vida amorosa é sentida.

Os dados encontrados são suportados pela literatura, uma vez que pessoas que experienciam mais afetos negativos apresentam menores níveis de satisfação com a vida (Reppold et al., 2019), satisfação amorosa e sexual (Scorsolini-Comin et al., 2012).

Quando às relações encontradas referente aos “últimos 15 dias”, foram registadas relações positivas fortes do *coping* diádico com a satisfação sexual e com a satisfação com a vida amorosa, o que implica que, as estratégias de *coping* diádico positivo influenciam fortemente, tanto a satisfação sexual sentida, como a satisfação com a vida.

A satisfação com a vida, apresentou ainda uma relação positiva forte com a satisfação com a vida amorosa, ou seja, pessoas que apresentam altas níveis de satisfação com a vida terão uma forte tendência para estarem muito satisfeitas com a sua vida amorosa.

Os afetos positivos apresentaram uma relação positiva moderada com a satisfação com a vida, com a satisfação com a vida amorosa, com as estratégias de *coping* diádico e com a satisfação sexual, assim, quantos mais afetos positivos são experienciadas mais estratégias

positivas de *coping* diádico são adotadas, e mais satisfeitas, as pessoas estarão com a sua vida numa perspetiva geral, amorosa e sexual. A satisfação sexual apresentou ainda, uma relação positiva moderada com a satisfação com a vida amorosa, o que indica quando mais as pessoas estão satisfeitas com a sua vida sexual mais estão satisfação com a sua vida amorosa.

Quando aos afetos negativos, estes relacionam-se de uma forma negativa moderada com a satisfação com a vida e com a satisfação com a vida amorosa, isto é, quando mais afetos negativos são experienciados menos satisfação com a vida e com a vida amorosa é sentida.

É ainda possível referir que a satisfação com a vida, a satisfação com a vida amorosa, a satisfação sexual e as estratégias de *coping* diádico sofreram uma alteração de relação, isto é, durante o período de confinamento apresentaram uma relação positiva moderada e no período relativo aos “últimos 15 dias” possuem uma relação positiva forte. Ora isto sugere que indivíduos estão mais felizes atualmente. Isto vem reiterar o mal-estar sentido durante o período pandémico, comparativamente, aos dias de hoje. Estes dados encontrados no presente estudo estão de acordo com a literatura, na medida em que a satisfação com a vida revelou-se inferior durante o período pandémico (Caffo et al., 2020; von Soest et al., 2020), bem como, a satisfação amorosa e sexual (Micelli et al., 2020; Li et al., 2020; Schiavi et al., 2020; Cito et al., 2021).

Efeito das variáveis sociodemográficas nas medidas em estudo.

Verificou-se que o número de elementos do agregado familiar influencia tanto os afetos positivos, como os negativos. Adicionalmente, à medida que o número de elementos do agregado familiar cresce são reportados menos afetos positivos. Assim, famílias com 2 elementos reportam menos afetos negativos do que famílias com 4 elementos.

Os resultados encontrados estão de acordo com o estudo realizado por Cito e colaboradores (2021), no qual referem que durante o período pandémico, quando mais crianças existem no agregado familiar mais *stress* é sentido pelos casais, não só devido à falta de privacidade e, consequentemente de intimidade, como também à escassez de estímulos cognitivos.

Para além disto, os afetos negativos são ainda influenciados, tanto pelas alterações de rendimento, como pelo número de dependentes, existindo diferenças entre não ter filhos, ter filhos independentes e ter filhos dependentes. Casais que não tem filhos relatam mais afetos positivos, durante o confinamento, do que casais com filhos dependentes. É ainda de referir que casais com filhos dependentes tendem a utilizarem mais estratégias de *coping*, do que casais com filhos independentes e sem filhos.

Tanto o aumento dos afetos negativos à medida que o número de elementos do agregado familiar aumenta, como, a utilização de mais estratégias de *coping* utilizadas pelos casais com filhos a cargo, podem ser explicadas pelo aumento dos níveis de *stress* associados, visto que, durante o período de confinamento existiu não só uma necessidade de reorganizar as rotinas diárias, tanto dos adultos como das crianças, mas também medo inerente à novidade da doença. Assim, quantos mais indivíduos a passarem por estas período, mais *stress* é experienciado no núcleo familiar, devido não só ao contexto vivido, mas também, a perceção individual de cada elemento.

Estes dados são corroborados pela literatura, visto que, altos níveis de *stress* estão associados ao aumento de afetos negativos e consequente redução dos afetos positivos (Reynolds et al., 2020). Para além disto, a mais *stress* está associado à necessidade de utilização de mais estratégias de *coping* diádico. Quando utilizadas estratégias positivas/adaptativas dá-se uma diminuição dos níveis de *stress* (Bodenmann & Shantinath, 2004; Bodenmann et al., 2009; Ein-Dor & Hirschberger, 2012)), bem como, uma maior satisfação conjugal (Bodenmann et al., 2006; Papp & Witt, 2010).

Fator acrescido de *stress* foram as alterações de rendimentos sentidas pelas famílias, com consequente impacto no bem-estar psicológico.

Sabe-se que existe uma relação positiva entre o rendimento obtido e os níveis de bem-estar subjetivo, incluindo, as dimensões da satisfação com a vida e os afetos positivos. Assim, quando mais estáveis e altos são os rendimentos, mais felicidade é sentida (Diener & Oishi, 2000). Para além disto, é ainda possível referir que situações de instabilidade financeira – como foi o caso do período de confinamento- contribuem para o aumento de sofrimento emocional dos casais, propiciando a utilização de estratégias de *coping* negativas. O que consequentemente poderá afetar quer a estabilidade, como a qualidade do relacionamento (Mitchell et al., 2015), bem como a satisfação com a vida.

Correlações entre os elementos da díade.

Tendo como referência o género dos participantes, foram construídas díades e as correlações foram estabelecidas entre homens e mulheres. Durante o período de confinamento verificou-se uma relação forte entre a satisfação com a vida amorosa e sexual nos elementos da díade, e ainda, entre a satisfação sexual da mulher e a satisfação com vida amorosa dos homens, isto indica que, a satisfação amorosa e sexual de um dos elementos influencia fortemente, a do conjugue.

Refere-se ainda a relação positiva moderada entre os afetos negativos de ambos os elementos do casal, quando mais o homem apresenta afetos negativo mais estes são experienciados pela mulher; a satisfação com a vida e as estratégias de *coping* da díade, isto é, quando mais satisfação com a vida existe mais tendência para a utilização de estratégias de *coping* positivas; satisfação sexual e estratégias de *coping* masculinas, indicando que quando mais satisfação sexual é sentida pelo homem, mais tendência para a utilização de estratégias de *coping* positivas; as estratégias de *coping* e satisfação com a vida amorosa feminina, sendo que, a mulher quando mais satisfeita está na sua vida amorosa, mais estratégias de *coping* diádicas positivas utiliza.

Encontrou-se uma relação negativa moderadas entre e satisfação sexual dos homens e os afetos negativos das mulheres, ou seja, quando mais o homem sente satisfação sexual menos sentimentos negativos são experienciados pela mulher.

Durante o período referente aos “últimos 15 dias” verificou-se uma relação positiva forte entre a satisfação com a vida amorosa de ambos os sexos, isto é, quando mais um dos elementos se sente satisfeito na relação, maior tendência para que o outro também se sinta satisfeito.

No sexo feminino as relações positivas fortes registaram-se entre as estratégias de *coping* e a satisfação com a vida em geral e a amorosa, querendo isto dizer que quando mais estratégias de *coping* positivas são utilizadas melhor, as mulheres se sentem com a sua vida em geral e na sua vida amorosa. No sexo masculino, esta relação foi encontrada entre as estratégias de *coping* e a satisfação com a vida amorosa e sexual, ou seja, altos níveis de satisfação amorosa e sexual conduzem à utilização de estratégias de *coping* positivas.

Foram encontradas relações positivas moderadas em ambos os sexos, ao nível da satisfação sexual e das estratégias de *coping* utilizadas, isto quer dizer que quando mais satisfação sexual e estratégias de *coping* diádico positivas são utilizadas por um dos elementos da díade mais tendência existe para que o outro se sinta sexualmente satisfeito e utilize estratégias positivas para lidar com o *stress*.

Relativamente ao sexo masculino, esta relação positiva moderada foi encontrada entre as estratégias de *coping* e a satisfação com a vida e os afetos positivos, ou seja, quando mais, os homens utilizam estratégias de *coping* positivas mais satisfação com a vida e afetos positivos são sentidos. Já no sexo feminino, esta relação é encontrada entre as estratégias para lidar com o *stress* e a satisfação sexual, isto é, quando mais as mulheres utilizam estratégias de *coping* positivas mais satisfação sexual sentem.

Refere-se ainda a relação positiva moderada entre satisfação com a vida amorosa masculina e a satisfação sexual e estratégias de *coping* femininas, ou seja, quanto mais os homens se sentem bem com a sua relação amorosa mais as mulheres, tendem a se sentir satisfeitas sexualmente e a utilizarem estratégias de *coping* positivas; a satisfação sexual feminina e as estratégias de *coping* e afetos positivos masculinos, o que significa que quando mais satisfeita a mulher está com a sua vida sexual, mais afetos e estratégias de *coping* positivas são utilizadas pelos homens; e ainda entre satisfação sexual masculina e satisfação com a vida amorosa feminina, isto é, quanto mais satisfação sexual é sentido pelo homem, mais a mulher se sente satisfeita com o relacionamento.

Os resultados encontrados estão de acordo com Cao e colaboradores (2019), uma vez que estes verificaram associações entre satisfação com a vida amorosa e sexual, porém, no referido estudo, no sexo masculino, a satisfação sexual influenciou de forma consistente, a satisfação com a vida amorosa. Podendo isto ser explicado pelo facto de medirem a qualidade da relação através da qualidade das vivências sexuais. Já no sexo feminino, a satisfação amorosa foi preditor de satisfação sexual, ou seja, a satisfação com a vida amorosa faz com que se sintam mais sexualmente satisfeitas, aumentando os sentimentos positivos acerca de si própria, como pelo parceiro. Quando existe insatisfação com a vida amorosa há tendência para que isto tenha repercussões negativa na satisfação sexual. Isto poderá levar ao aumento de sentimentos de frustração por parte do parceiro e, conseqüentemente, insatisfação sexual do mesmo.

Importa ainda referir que a satisfação com a vida amorosa contribui para utilização de estratégias de *coping* diádicas positivas, importantes quer para a satisfação, como para a qualidade do relacionamento (Wunderer & Schneewind, 2006). As estratégias de *coping* diádico utilizadas por um elemento da díade pode ter efeito sobre as mesmas do outro elemento, assim, existe tendência para o casal adotar estilos de coping semelhantes (Rusu et al., 2020).

Quando realizada uma comparação entre momentos verifica-se que os afetos negativos e a satisfação com a vida masculinas deixam de estar relacionados com estas mesmas variáveis femininas, bem como, a satisfação sexual masculina e os afetos negativos femininos.

Para além disto, nota-se a relação positiva entre a satisfação com a vida amorosa em ambos os sexos, satisfação com a vida amorosa masculina e satisfação com a vida sexual feminina e satisfação com a vida sexual em ambos os sexos, tendo estas perdido expressão entre o confinamento e o momento atual.

No período referente aos “últimos 15 dias” surgem relações que durante o período de confinamento não eram verificadas, nomeadamente, entre os afetos positivos masculinos e a satisfação sexual feminina e entre a satisfação sexual masculina e a satisfação com a vida amorosa feminina.

Estas alterações entre momentos podem dever-se ao facto dos casais, não passarem tanto tempo juntos como quando confinados, mas também, à redução de *stress* sentida, após o período pandémico.

Limitações

Devemos observar que o tamanho reduzido da amostra tanto geral como de casais emparelhados, podem afetar a generalização dos resultados. Contudo, consideramos que a existência de díades é concomitantemente uma mais-valia, uma vez que permitiu a comparação de respostas entre os dois elementos do casal. Ao nível das características da amostra geral, esta conta maioritariamente com participantes do sexo feminino.

Relativamente ao questionário utilizado este configurou-se longo, o que pode levar ao cansaço dos praticantes e, conseqüentemente, à sua desistência. Existe ainda, a possibilidade de o questionário ser considerado evasivo, uma vez que, contém perguntas relativas à vida conjugal e sexual. Isto poderá expressar-se noutra fator de desistência, bem como, levar ao desconforto dos participantes potencializando respostas pouco verdadeiras, de forma a corresponderem ao que entendem socialmente aceitável.

Adicionalmente, o facto de o questionário ter um cariz remoto, impossibilita o controlo da existência de troca de respostas, entre elementos do casal. Outra questão que pode enviesar a veracidades das respostas é este ter sido respondido retrospectivamente. Tendo em conta a distância temporal entre o período do 1º confinamento e a data de preenchimento do questionário podem ter ocorrido mudanças de perspectiva entre o que foi realmente vivenciado e o que o participante recorda, existindo assim, uma possível discrepância de resultados entre o real e a perspectiva da situação.

É ainda de referir que a variável teletrabalho/telescola foi agrupada, o que poderá dificultar a classificação dos participantes. Devemos considerar a hipótese de num agregado familiar poderem ter existido elementos em telescola e outros em regime de trabalho normal e o nosso instrumento não permitiu realizar essa discriminação.

Um aspeto não contemplado no questionário é a existência de psicopatologias. Estas têm tendência a influenciar variáveis como os afetos positivos e negativos, bem como, a satisfação com a vida, o que conseqüentemente, poderão ameaçar a validade interna do estudo.

Considerações Finais

A OMS continua a alertar que a COVID-19 não foi a última pandemia a que estivemos sujeitos e que há potencial para o surgimento de novas doenças pandémicas, com elevada letalidade. Com isto, são esperados possíveis novos períodos de confinamento e isolamento social. Assim, consideramos relevante conhecer o impacto psicológico que estes períodos têm na população, facilitando estratégias de prevenção e intervenção, com base nos fatores de risco.

O presente estudo veio caracterizar os efeitos sentidos durante o período de pandemia por COVID-19 e as repercussões na população portuguesa, nomeadamente, ao nível da vivência conjugal. Pode-se afirmar que os casais foram afetados não só na sua dinâmica diária e familiar, como também, na conjugal.

Assim, é esperado que perante um novo período pandémico, com existência de confinamento, o bem-estar psicológico, mais concretamente, a satisfação com a vida seja afetada negativamente. Espera-se ainda, o aumento dos níveis de *stress*, uma vez que, esta resposta é comum, perante situações desconhecidas. Ora, estes fatores em conjunto, poderão aumentar o surgimento de perturbações psicológicas, bem como, impactar negativamente, aspetos com a satisfação com a vida amorosa e satisfação sexual. Sendo estas, partes essenciais na vida conjugal, espera-se menos satisfação sexual, mais conflitos conjugais e, conseqüentemente, mais afetos negativos, bem como, mais *stress*.

Desta forma, para a prática psicológica, o presente estudo, de modo geral permite compreender não só alguns fatores que podem contribuir para o desenvolvimento e/ou agravamento de psicopatologias, como é o caso do surgimento de novas doenças e conseqüente aumento de *stress*, mas também, trabalhar com o objetivo de prevenir e/ou minimizar o impacto que novas pandemias possam causar.

Mais especificamente, em termos relacionais realça as repercussões de situações de *stress*, como foi o caso do confinamento, na vivência conjugal portuguesa, oferecendo assim, um olhar intimista tanto a psicólogos, como a terapeutas de casais, acerca das alterações das dinâmicas conjugal, podendo trabalhar estratégias de *coping* diádico adaptativas e estratégias de regulação de stress individuais com o objetivo minimizando o impacto negativo sentido em momentos de crise.

Tendo em conta a existência de 2 períodos de confinamento em Portugal, seria enriquecedor compreender e comparar possíveis diferenças entre confinamentos, no que respeita as repercussões sentidas ao nível das dinâmicas familiares e conjugais, como também,

do bem-estar individual. Adicionalmente, seria interessante compreender as estratégias de *coping* diádicas utilizadas em ambos os períodos, de forma perceber se existem mudanças entre momentos e como estas pode refletir-se na dinâmica conjugal.

Referências Bibliográficas

- Aderaldo, I. L., Aderaldo, C. V. L., & Lima, A. C. (2017). Aspectos críticos do teletrabalho em uma companhia multinacional. *Cadernos EBAPE.BR*, 15(spe), 511–533. <https://doi.org/10.1590/1679-395160287>
- Ahsan Khodami, M., Hassan Seif, M., Sadat Koochakzadeh, R., Fathi, R., & Kaur, H. (2022). Perceived stress, emotion regulation and quality of life during the Covid-19 outbreak: A multi-cultural online survey. *Annales Medico-Psychologiques*, 180(6), 514–518. <https://doi.org/10.1016/j.amp.2021.02.005>
- Andrade, A. L., & Garcia, A. (2009). Preditores da satisfação global em relacionamentos românticos. *Psicologia: Teoria e Prática*, 11(3), 143–156.
- Antonio, G. E., Wong, K. T., Hui, D. S. C., Lee, N., Yuen, E. H. Y., Wu, A., Chung, S. S. C., Sung, J. J. Y., & Ahuja, A. T. (2003). A major outbreak of severe acute respiratory syndrome in Hong Kong. *The New England Journal of Medicine*, 181(1), 1986–1994. <https://doi.org/10.2214/ajr.181.1.1810011>
- Banerjee, D., & Rao, T. S. S. (2021). Sexuality , sexual well being , and intimacy during COVID-19 pandemic : An advocacy perspective. *Indian Journal of Psychiatry*, 62(4), 418–426. <https://doi.org/10.4103/psychiatry.IndianJPsychiatry>
- Blom, N., Kraaykamp, G., & Verbakel, E. (2019). Current and Expected Economic Hardship and Satisfaction With Family Life in Europe. *Journal of Family Issues*, 40(1), 3–32. <https://doi.org/10.1177/0192513X18802328>
- Bodenmann, G., Bradbury, T. N., & Pihet, S. (2009). Relative contributions of treatment-related changes in communication skills and dyadic coping skills to the longitudinal course of marriage in the framework of marital distress prevention. *Journal of Divorce and Remarriage*, 50(1), 1–21. <https://doi.org/10.1080/10502550802365391>
- Bodenmann, G., Pihet, S., & Kayser, K. (2006). The relationship between dyadic coping and marital quality: A 2-year longitudinal study. *Journal of Family Psychology*, 20(3), 485–493. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.20.3.485>
- Bodenmann, G., & Randall, A. K. (2012). Common Factors in the Enhancement of Dyadic Coping. *Behavior Therapy*, 43(1), 88–98. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2011.04.003>
- Bodenmann, G., & Shantinath, S. D. (2004). The Couples Coping Enhancement Training (CCET): A new approach to prevention of marital distress based upon stress and coping. *Family Relations*, 53(5), 477–484. <https://doi.org/10.1111/j.0197-6664.2004.00056.x>
- Brinzea, V. M., & Secara, C.G. (2017). The telework, a flexible way to work in a changing

- workplace. *Scientific Bulletin*, 16, 104–112.
- Brock, R., & Lawrence, E. (2008). A Longitudinal Investigation of Stress Spillover in Marriage: Does Spousal Support Adequacy Buffer the Effects? *J Fam Psychol*, 22(1), 11–20.
- Caffo, E., Scandroglio, F., & Asta, L. (2020). Debate: COVID-19 and psychological well-being of children and adolescents in Italy. *Child and Adolescent Mental Health*, 25(3), 167–168. <https://doi.org/10.1111/camh.12405>
- Cao, H., Zhou, N., Fine, M. A., Li, X., & Fang, X. (2019). Sexual Satisfaction and Marital Satisfaction During the Early Years of Chinese Marriage: A Three-Wave, Cross-Lagged, Actor–Partner Interdependence Model. *Journal of Sex Research*, 56(3), 391–407. <https://doi.org/10.1080/00224499.2018.1463503>
- Catão, E., Rodrigues Jr., O., Viviani, D., Finotelli Jr., I., & Silva, F. (2010). Escala de satisfação sexual para mulheres: tradução, adaptação em estudo preliminar com amostra clínica. *Bol. Psicol*, 60(133), 181–190.
- CDC. (2021). Centers for Disease Control and Prevention. Retirado de https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/how-covid-spreads.html?CDC_AA_refVal=https%3A%2F%2Fwww.cdc.gov%2Fcoronavirus%2F2019-ncov%2Fprepare%2Ftransmission.html
- Chakrabarti, S. (2018). Does telecommuting promote sustainable travel and physical activity? *Journal of Transport and Health*, 9(March), 19–33. <https://doi.org/10.1016/j.jth.2018.03.008>
- Cito, G., Micelli, E., Cocci, A., Polloni, G., Russo, G. I., Coccia, M. E., Simoncini, T., Carini, M., Minervini, A., & Natali, A. (2021). The Impact of the COVID-19 Quarantine on Sexual Life in Italy. *Urology*, 147, 37–42. <https://doi.org/10.1016/j.urology.2020.06.101>
- Cuf. (2020). A quarentena e o isolamento são ambas medidas de afastamento social para impedir a transmissão da COVID-19, mas aplicadas em situações diferentes.
- Dahl, R. E., Allen, N. B., Wilbrecht, L., & Suleiman, A. B. (2018). Importance of investing in adolescence from a developmental science perspective. *Nature*, 554(7693), 441–450. <https://doi.org/10.1038/nature25770>
- Daneshfar, Z., Sadatmahalleh, S. J., Youseflu, S., & Khomami, M. B. (2021). Influential factors on quality of life in married Iranian women during the COVID - 19 pandemic in 2020 : a path analysis. *BMC Women's Health*, 1–8. <https://doi.org/10.1186/s12905-020-01114-2>
- Decreto-Lei n.º 14-A/2020 de 18 de março. Diário da República n.º 55/2020 – I Série.

- Presidência da República. <https://data.dre.pt/eli/decpresrep/14-A/2020/03/18/p/dre>
- De Andrade, A. L., & Garcia, A. (2009). Atitudes e Crenças sobre o Amor: Versão Brasileira da Escala de Estilos de Amor. *Interpersona: An International Journal on Personal Relationships*, 3(1), 89–102. <https://doi.org/10.5964/ijpr.v3i1.34>
- Dehle, C., Larsen, D., & Landers, J. E. (2001). Social support in marriage. *American Journal of Family Therapy*, 29(4), 307–324. <https://doi.org/10.1080/01926180126500>
- Dewitte, M., & Mayer, A. (2018). Exploring the Link Between Daily Relationship Quality, Sexual Desire, and Sexual Activity in Couples. *Archives of Sexual Behavior*, 47(6), 1675–1686. <https://doi.org/10.1007/s10508-018-1175-x>
- DGS. (2021). Ponto de situação atual em portugal. Retirado de <https://covid19.min-saude.pt/ponto-de-situacao-atual-em-portugal/>. Acedido em 06/02/2022.
- Diener, E., & Oishi, S. (2000). Culture and subjective well being, 189-191. London, England: A brandford book. Retirado de https://books.google.pt/books?hl=pt-PT&lr=&id=1A2siA19hKYC&oi=fnd&pg=PA185&dq=diener+e+oishi+s+2000&ots=2qpV2f8jv&sig=2DNrOAmG3t0laB2UuO8hg97R8w&redir_esc=y#v=onepage&q=diener%20e%20oishi%20s%202000&f=false. Acedido em 10/10/2022
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1993). Review of the satisfaction with life scale. *Psychological Assessment*, 8(45), 1–2. <https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901>
- 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>
- Donato, S., Iafate, R., Barni, D., Bertoni, A., Bodenmann, G., & Gagliardi, S. (2009). Measuring dyadic coping: the factorial structure of Bodenmann's dyadic coping questionnaire in an Italian sample. *Journal of Family Psychology*, 16(1), 25–47.
- Ein-Dor, T., & Hirschberger, G. (2012). Sexual healing: Daily diary evidence that sex relieves stress for men and women in satisfying relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 29(1), 126–139. <https://doi.org/10.1177/0265407511431185>
- El Keshky, M. E. S., Alsabban, A. M., & Basyouni, S. S. (2021). The psychological and social impacts on personal stress for residents quarantined for COVID-19 in Saudi Arabia. *Archives of Psychiatric Nursing*, 35(3), 311–316. <https://doi.org/10.1016/j.apnu.2020.09.008>
- Falconier, M. K., & Epstein, N. B. (2011). Couples Experiencing Financial Strain: What We Know and What We Can Do. *Family Relations*, 60(3), 303–317.

<https://doi.org/10.1111/j.1741-3729.2011.00650.x>

- Feng, Y., Fan, Y., Su, Z., Li, B., Li, B., & Liu, N. (2021). Correlation of Sexual Behavior Change, Family Function, and Male-Female Intimacy Among Adults Aged 18-44 Years During COVID-19 Epidemic. *Sexual Medicine*, 9(1), 100-301. <https://doi.org/10.1016/j.esxm.2020.100301>
- Fisman, D., Rivers, C., Lofgren, E., & Majumder, M. S. (2014). Estimation of MERS-Coronavirus Reproductive Number and Case Fatality Rate for the Spring 2014 Saudi Arabia Outbreak: Insights from Publicly Available Data. In *PLoS Currents*. <https://doi.org/10.1371/currents.outbreaks.98d2f8f3382d84f390736cd5f5fe133c>
- Galinha, I. C., & Pais-Ribeiro, J. L. (2005). Contribuição para o estudo da versão portuguesa da Positive and Negative Affect Schedule (PANAS): II-Estudo psicométrico [Contribution to the study of the Portuguese version of the Positive and Negative Affect Schedule (PANAS): II-Psychometric study]. *Análise Psicológica*, 23(2), 219–227.
- Haleem, A., Javaid, M., & Vaisha, R. (2020). Effects of Covid-19 pandemic in daily life. *Current Medicine Research and Practice*, 10(January), 78–79.
- Hamermesh, D. S. (2020). Life satisfaction, loneliness and togetherness, with an application to Covid-19 lock-downs. *Review of Economics of the Household*, 18(4), 983–1000. <https://doi.org/10.1007/s11150-020-09495-x>
- Hellewell, J., Abbott, S., Gimma, A., Bosse, N. I., Jarvis, C. I., Russell, T. W., Munday, J. D., Kucharski, A. J., Edmunds, W. J., Sun, F., Flasche, S., Quilty, B. J., Davies, N., Liu, Y., Clifford, S., Klepac, P., Jit, M., Diamond, C., Gibbs, H., Eggo, R. M. (2020). Feasibility of controlling COVID-19 outbreaks by isolation of cases and contacts. *The Lancet Global Health*, 8(4), 488-496. [https://doi.org/10.1016/S2214-109X\(20\)30074-7](https://doi.org/10.1016/S2214-109X(20)30074-7)
- Huang, C., Wang, Y., Li, X., Ren, L., Zhao, J., Hu, Y., Zhang, L., Fan, G., Xu, J., Gu, X., Cheng, Z., Yu, T., Xia, J., Wei, Y., Wu, W., Xie, X., Yin, W., Li, H., Liu, M., Cao, B. (2020). Clinical features of patients infected with 2019 novel coronavirus in Wuhan, China. *The Lancet*, 395(10223), 497–506. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30183-5](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30183-5)
- Hussein, J. (2020). COVID-19: What implications for sexual and reproductive health and rights globally? *Sexual and Reproductive Health Matters*, 28(1). <https://doi.org/10.1080/26410397.2020.1746065>
- Irawanto, D. W., Novianti, K. R., & Roz, K. (2021). Work from home: Measuring satisfaction between work–life balance and work stress during the covid-19 pandemic in indonesia. *Economies*, 9(3), 1-13. <https://doi.org/10.3390/economies9030096>

- Kazekami, S. (2020). Mechanisms to improve labor productivity by performing telework. *Telecommunications Policy*, 44(2), 101-868. <https://doi.org/10.1016/j.telpol.2019.101868>
- Klusmann, D. (2002). Sexual motivation and the duration of partnership. *Archives of Sexual Behavior*, 31(3), 275–287. <https://doi.org/10.1023/A:1015205020769>
- Lawrance, K. A., & Byers, E. S. (1995). Sexual satisfaction in long-term heterosexual relationships: The interpersonal exchange model of sexual satisfaction. *Personal Relationships*, 2(4), 267–285. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.1995.tb00092.x>
- Leavitt, C. E., McDaniel, B. T., Maas, M. K., & Feinberg, M. E. (2017). Parenting Stress and Sexual Satisfaction Among First-Time Parents: A Dyadic Approach. *Sex Roles*, 76(5–6), 346–355. <https://doi.org/10.1007/s11199-016-0623-0>
- Li, W., Li, G., Xin, C., Wang, Y., & Yang, S. (2020). Challenges in the Practice of Sexual Medicine in the Time of COVID-19 in China. *The Journal of Sexual Medicine*, 17(January), 1225–1228.
- Lindberg, L. D., Bell, D. L., & Kantor, L. M. (2020). The Sexual and Reproductive Health of Adolescents and Young Adults During the COVID -19 Pandemic . *Perspectives on Sexual and Reproductive Health*, 52(2), 75–79. <https://doi.org/10.1363/psrh.12151>
- Londero-Santos, A., Natividade, J. C., & Féres-Carneiro, T. (2021). Uma Medida de Satisfação com o Relacionamento Amoroso. *Revista Avaliação Psicológica*, 20(1), 11–22. <https://doi.org/10.15689/ap.2021.2001.18901.02>
- Lotfi, M., Hamblin, M. R., & Rezaei, N. (2020). COVID-19: Transmission, prevention, and potential therapeutic opportunities. *Clinica Chimica Acta*, 508, 254–266. <https://doi.org/10.1016/j.cca.2020.05.044>
- Luetke, M., Hensel, D., Herbenick, D., & Rosenberg, M. (2020). Romantic Relationship Conflict Due to the COVID-19 Pandemic and Changes in Intimate and Sexual Behaviors in a Nationally Representative Sample of American Adults. *Journal of Sex and Marital Therapy*, 46(8), 747–762. <https://doi.org/10.1080/0092623X.2020.1810185>
- Mann, S., & Holdsworth, L. (2003). The psychological impact of teleworking: Stress, emotions and health. *New Technology, Work and Employment*, 18(3), 196–211. <https://doi.org/10.1111/1468-005X.00121>
- McIntosh, K. (2020). Coronavirus disease 2019 COVID-19. *Wolters Kluwer*, 1–27.
- Micelli, E., Cito, G., Cocci, A., Polloni, G., Ivan, G., Minervini, A., Carini, M., Natali, A., Elisabetta, M., Micelli, E., Cito, G., Cocci, A., Polloni, G., Ivan, G., Minervini, A., Carini, M., Natali, A., Elisabetta, M., & Desire, C. (2020). Desire for parenthood at the

- time of COVID-19 pandemic: an insight into the Italian situation. *Journal of Psychosomatic Obstetrics & Gynecology*, 41(3), 183–190. <https://doi.org/10.1080/0167482X.2020.1759545>
- Mitchell, A. M., Owen, J., Adelson, J. L., France, T., Inch, L. J., Bergen, C., & Lindel, A. (2015). The influence of dyadic coping in relationship education for low- income racial and ethnic minority couples. *Journal of Family Therapy*, 37(4), 492–508. <https://doi.org/10.1111/1467-6427.12057>
- Mussumeci, A., & Ponciano, L.T. (2018). Coping e Coping diádico: uma análise qualitativa das estratégias de Coping de casais. *Psic. Clin*, 30(1), 165–190. <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/pc/v30n1/10.pdf>
- Neto, F. (2005). The Satisfaction With Love Life Scale. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 38(1), 2–13. <https://doi.org/10.1080/07481756.2005.11909765>
- Omar, S. S., Dawood, W., Eid, N., Eldeeb, D., & Munir, A. (2021). Psychological and Sexual Health During the COVID-19 Pandemic in Egypt : Are Women Suffering More ? *Sexual Medicine*, 9(1), 100-295. <https://doi.org/10.1016/j.esxm.2020.100295>
- Orben, A., Tomova, L., & Blakemore, S. J. (2020). The effects of social deprivation on adolescent development and mental health. *The Lancet Child and Adolescent Health*, 4(8), 634–640. [https://doi.org/10.1016/S2352-4642\(20\)30186-3](https://doi.org/10.1016/S2352-4642(20)30186-3)
- Pantoja, M. J., Andrade, L. L. S., & Oliveira, M. A. M. (2021). Qualidade de vida no teletrabalho compulsório no contexto da COVID-19: Percepções entre os gêneros em qualidade de vida no teletrabalho compulsório no contexto da COVID-19. *Revista Da UI_IPSantarém*, 4(8), 80–94.
- Papp, L. M., & Witt, N. L. (2010). Coping : Implications for Relationship Functioning. *Journal of Family Psychology*, 24(5), 551–559. <https://doi.org/10.1037/a0020836>
- Pavot, W., & Diener, E. (2008). The Satisfaction With Life Scale and the emerging construct of life satisfaction. *Journal of Positive Psychology*, 3(2), 137–152. <https://doi.org/10.1080/17439760701756946>
- Pechorro, P. S., Almeida, A. I., Figueiredo, C. S., Pascoal, P. M., Vieira, R. X., & Jesus, S. N. (2014). Validação portuguesa da Nova Escala de Satisfação Sexual. *Revista Internacional de Andrologia*, 13(2), 47–53. <https://doi.org/10.1016/j.androl.2014.10.003>
- Peiris, J. S. M., Guan, Y., & Yuen, K. Y. (2004). Severe acute respiratory syndrome. *Nature Medicine*, 10(12S), 88–97. <https://doi.org/10.1038/nm1143>

- Peiris, J. S. M., Lai, S. T., Poon, L. L. M., Guan, Y., Yam, L. Y. C., Lim, W., Nicholls, J., Yee, W. K. S., Yan, W. W., Cheung, M. T., Cheng, V. C. C., Chan, K. H., Tsang, D. N. C., Yung, R. W. H., Ng, T. K., & Yuen, K. Y. (2003). Coronavirus as a possible cause of severe acute respiratory syndrome. *Lancet*, *361*(9366), 1319–1325. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(03\)13077-2](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(03)13077-2)
- Pennanen-Iire, C., Prereira-Lourenço, M., Padoa, A., Ribeirinho, A., Samico, A., Gressler, M., Jatoi, N. A., Mehrad, M., & Girard, A. (2021). Sexual Health Implications of COVID-19 Pandemic. *Sexual Medicine Reviews*, *9*(1), 3–14. <https://doi.org/10.1016/j.sxmr.2020.10.004>
- Pietrabissa, G., & Simpson, S. G. (2020). Psychological Consequences of Social Isolation During COVID-19 Outbreak. *Frontiers in Psychology*, *11*. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.02201>
- Pietromonaco, P. R., & Overall, N. C. (2021). Applying relationship science to evaluate how the COVID-19 pandemic may impact couples' relationships. *American Psychologist*, *76*(3), 438–450. <https://doi.org/10.1037/amp0000714>
- Proulx, C. M., Helms, H. M., & Buehler, C. (2007). Marital quality and personal well-being: A meta-analysis. *Journal of Marriage and Family*, *69*(3), 576–593. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2007.00393.x>
- Ragavan, M. I., Culyba, A. J., Shaw, D., & Miller, E. (2020). Social Support, Exposure to Parental Intimate Partner Violence, and Relationship Abuse Among Marginalized Youth. *Journal of Adolescent Health*, *67*(1), 127–130. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2020.01.020>
- Randall, A. K., Leon, G., Basili, E., Martos, T., Boiger, M., Baldi, M., Hocker, L., Kline, K., Masturzi, A., Aryeetey, R., Bar-Kalifa, E., Boon, S. D., Botella, L., Burke, T., Carnelley, K. B., Carr, A., Dash, A., Fitriana, M., Gaines, S. O., Chiarolanza, C. (2022). Coping with global uncertainty: Perceptions of COVID-19 psychological distress, relationship quality, and dyadic coping for romantic partners across 27 countries. *Journal of Social and Personal Relationships*, *39*(1), 3–33. <https://doi.org/10.1177/02654075211034236>
- Reppold, C., Kaiser, V., Zanon, C., Hutz, C., Casanova, J. R., & Almeida, L. S. (2019). Escala de Satisfação com a Vida: Evidências de validade e precisão junto de universitários portugueses. *Revista de Estudios e Investigación En Psicología y Educación*, *6*(1), 15–23. <https://doi.org/10.17979/reipe.2019.6.1.4617>
- Reynolds, L., Rogers, O., Benford, A., Ingwaldson, A., Vu, B., Holstege, T., & Alvarado, K. (2020). Virtual Nature as an Intervention for Reducing Stress and Improving Mood in

- People with Substance Use Disorder. *Journal of Addiction*, 2020, 1–7. <https://doi.org/10.1155/2020/1892390>
- Rogers, J. P., Chesney, E., Oliver, D., Pollak, T. A., McGuire, P., Fusar-Poli, P., Zandi, M. S., Lewis, G., & David, A. S. (2020). Psychiatric and neuropsychiatric presentations associated with severe coronavirus infections: a systematic review and meta-analysis with comparison to the COVID-19 pandemic. *The Lancet Psychiatry*, 7(7), 611–627. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(20\)30203-0](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30203-0)
- Rook, K. S., Luong, G., Sorkin, D. H., Newsom, J. T., & Krause, N. (2012). Ambivalent versus problematic social ties: implications for psychological health, functional health and interpersonal coping. *Psychol Aging*, 27(4), 1–16. <https://doi.org/10.1037/a0029246>.
- Rusu, P. P., Nussbeck, F. W., Leuchtmann, L., & Bodenmann, G. (2020). Stress, dyadic coping, and relationship satisfaction: A longitudinal study disentangling timely stable from yearly fluctuations. *Plos One*, 15(4), 1–23. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0231133>
- Salvatore, N., Teresa, M., & Sastre, M. (2001). Appraisal of life: “area” versus “dimension” conceptualizations. *Springer*, 53(3), 229–255.
- Sánchez-Fuentes, M. del M., Santos-Iglesias, P., & Sierra, J. C. (2014). A systematic review of sexual satisfaction. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 14(1), 67–75. [https://doi.org/10.1016/S1697-2600\(14\)70038-9](https://doi.org/10.1016/S1697-2600(14)70038-9)
- Schiavi, M. C., Spina, V., & Zullo, M. A. (2020). Love in the Time of COVID-19: Sexual Function and Quality of Life Analysis During the Social Distancing Measures in a Group of Italian Reproductive-Age Women. *The Journal of Sexual Medicine*, 17(July), 1407–1413.
- Scorsolini-Comin, F., dos Santos, M. A., & de Souza, R. M. (2012). Expressão do afeto e bem-estar subjetivo em pessoas casadas. *Estudos de Psicologia*, 17(2), 321–328. <https://doi.org/10.1590/S1413-294X2012000200017>
- Scorsolini-Comin, F., Fontaine, A. M. G. V., Barroso, S. M., & dos Santos, M. A. (2016). Fatores associados ao Bem-Estar Subjetivo em pessoas casadas e solteiras. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 33(2), 313–324. <https://doi.org/10.1590/1982-02752016000200013>
- Scorsolini-Comin, F., & Santos, M. A. dos. (2010). Satisfação com a vida e satisfação diádica: correlações entre construtos de bem-estar. *Psico-USF*, 15(2), 249–256. <https://doi.org/10.1590/s1413-82712010000200012>

- SNS. (2020). Sistema nacional de saúde MERS - CoV. Retirado de <http://www.hemovigilancia.net/index.php/alertas/99-alertas/161-mers-cov-atualizado-em-11-09-2017> Acedido em 10/01/2022
- Stanley, S. M., & Markman, H. J. (2020). Helping Couples in the Shadow of COVID-19. *Family Process, 59*(3), 937–955. <https://doi.org/10.1111/famp.12575>
- Story, L. B., & Bradbury, T. N. (2004). Understanding marriage and stress: Essential questions and challenges. *Clinical Psychology Review, 23*(8), 1139–1162. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2003.10.002>
- Štulhofer, A., Buško, V., & Brouillard, P. (2010). Development and bicultural validation of the new sexual satisfaction scale. *Journal of Sex Research, 47*(4), 257–268. <https://doi.org/10.1080/00224490903100561>
- Tavares, A. I. (2017). Telework and health effects review. *International Journal of Healthcare, 3*(2), 2377-7338. <https://doi.org/10.5430/ijh.v3n2p30>
- Trudel, G., Turgeon, L., & Piché, L. (2010). Marital and sexual aspects of old age. *Sexual and Relationship Therapy, 25*(3), 316–341. <https://doi.org/10.1080/14681991003750467>
- Vedes, A., Nussbeck, F. W., Bodenmann, G., Lind, W., & Ferreira, A. (2013). Psychometric properties and validity of the Dyadic Coping Inventory in Portuguese. *Swiss Journal of Psychology, 72*(3), 149–157. <https://doi.org/10.1024/1421-0185/a000108>
- von Soest, T. V., Bakken, A., Pedersen, W., & Sletten, M. A. (2020). Life satisfaction among adolescents before and during the COVID-19 pandemic. *Tidsskrift for Den Norske Laegeforening, 140*(10).
- Wang, R. (2004). China's Response to SARS. *The Ethics of Public Health, 77*, 149-153.
- Watson, D., Clark, L. A., & Tellegan, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affects: the panas scales. *Public Health Research Methods, 54*(6), 379–409. <https://doi.org/10.4135/9781483398839.n13>
- WHO. (2020). World health organization. WHO Director-General's opening remarks at the media briefing on COVID-19 - 11 March 2020. Retirado de <https://www.who.int/director-general/speeches/detail/who-director-general-s-opening-remarks-at-the-media-briefing-on-covid-19---11-march-2020>
- WHO. (2022). World health organization. Middle East respiratory syndrome coronavirus (MERS-CoV). Retirado de https://www.who.int/health-topics/middle-east-respiratory-syndrome-coronavirus-mers#tab=tab_1
- Wunderer, E., & Schneewind, K. (2006). The relationship between marital, dyadic coping and marital satisfaction. *European Journal of Social Psychology Eur., 38*, 462–476.

<https://doi.org/10.1002/ejsp>

- Yang, H., & Ma, J. (2020). How an Epidemic Outbreak Impacts Happiness: Factors that Worsen (vs. Protect) Emotional Well-being during the Coronavirus Pandemic. *Psychiatry Research*, 289, 1-5. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113045>
- Zaki, A. M., van Boheemen, S., Bestebroer, T. M., Osterhaus, A. D. M. E., & Fouchier, R. A. M. (2012). Isolation of a Novel Coronavirus from a Man with Pneumonia in Saudi Arabia. *New England Journal of Medicine*, 367(19), 1814–1820. <https://doi.org/10.1056/nejmoa1211721>
- Zhong, N. S., Zheng, B. J., Li, Y.M., Poon, L. L. M., Xie, Z. H., Chan, K. H., Li, P. H., Tan, S.Y., Chang, Q., Xie, J. P., Liu, X. Q., Xu, J., Li, D. X., Yuen, K.Y., & Peiris, Y. G. (2003). Epidemiology and cause of severe acute respiratory syndrome (SARS) in Guangdong, People's Republic of China, in February, 2003. *The Lancet*, 362(9393), 1353–1358. [10.1016/S0140-6736\(03\)14630-2](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(03)14630-2)
- Zhu, N., Zhang, D., Wang, W., Li, X., Yang, B., Song, J., Zhao, X., Huang, B., Shi, W., Lu, R., Niu, P., Zhan, F., Ma, X., Wang, D., Xu, W., Wu, G., Gao, G. F., & Tan, W. (2020). A Novel Coronavirus from Patients with Pneumonia in China, 2019. *New England Journal of Medicine*, 382(8), 727–733. <https://doi.org/10.1056/nejmoa2001017>

