



COVID-19 e Relações Familiares e Amorosas:

Perceção de stresse, qualidade relacional,  
funcionamento familiar e comportamentos de  
infidelidade *online*

Filipa Gouveia

Orientador de Dissertação/ Professor de Seminário de Dissertação:

Maria Gouveia Pereira

Coorientador Externo de Dissertação:

Alda Portugal

Dissertação submetida como requisito parcial para a obtenção do grau de MESTRE  
em Psicologia Clínica

2021

Dissertação de Mestrado realizada sob a orientação de Maria Gouveia-Pereira, e coorientação de Alda Portugal, apresentada no ISPA – Instituto Universitário de Psicologia Aplicada, para obtenção de grau de Mestre na especialidade de Psicologia

## Agradecimentos

“Se vi mais longe, foi por estar aos ombros de gigantes.”

Isaac Newton

.... À professora Maria, por todo o apoio e confiança no meu trabalho. Pelas horas, dias, meses que me fizeram chegar até aqui. Pelos ensinamentos que levo para a vida. Por ser sempre uma inspiração, enquanto profissional e enquanto pessoa.

.... À professora Alda, pela ajuda, disponibilidade e carinho incondicional. Por todas as aprendizagens durante estes 5 anos, e pela presença constante durante todo este percurso. Por ter sido incansável, não só neste último ano, mas sempre.

... Aos meus pais, por serem sempre a minha maior inspiração, a minha maior força. Por todo o esforço e confiança, que me impulsionou a ir mais longe. Por todo o orgulho, que me garantiu que estava no caminho certo.

.... A toda a minha família, que mesmo longe, fazia-se estar tão perto.

.... À Isabel, parceira desta aventura. Pelas horas de café, pelas conversas, por toda a ajuda (em tudo). Por ser a minha confidente, aturar os meus dramas, estar sempre presente. Não poderia pedir melhor pessoa para percorrer este caminho comigo.

.... À Trina, amiga de toda a vida, pelo apoio e orgulho incondicional. Pela presença constante. Por senti-la tão perto, mesmo estando longe. Por ser sempre aquele abraço casa.

... Às colegas do ISPA por me acolherem tão bem. Fizeram com que me sentisse em casa.

... A todos os meus amigos, que tornaram este caminho mais leve e divertido. Por todas as tardes de risada, mensagens nas horas certas e apoio incondicional.

.... Às minhas duas estrelinhas, que assistiram ao início desta caminhada. Sei que não estaria onde estou sem elas, e sem o mimo e aconchego incondicional que sempre demonstraram. Sei que brilharão com outra força ao ver-me realizar mais este objetivo.

Um obrigado nunca será suficiente.

## Resumo

O mundo enfrenta, atualmente, uma crise pandémica sem precedentes originada pelo vírus SARS-CoV-2, responsável pela doença COVID-19. Em Portugal, até à data já se viveram várias vagas da pandemia COVID-19, caracterizadas por picos de infeções e mortes, assim como várias medidas que tiveram um impacto na forma como as pessoas se sentem e se relacionam. A presente investigação teve como principal objetivo compreender o impacto do stresse percebido durante a pandemia COVID-19 no funcionamento familiar, na qualidade relacional percebida e na satisfação sexual. Para além disso, pretendeu-se compreender se existiram comportamentos de infidelidade *online* durante a COVID-19 e que variáveis relacionais, daquelas em estudo, são preditoras destes comportamentos. A amostra foi constituída por 234 participantes, com idades compreendidas entre os 18 e os 61 anos. Os resultados do estudo indicam níveis moderados de stresse, sendo que estes estiveram significativamente relacionados com os comportamentos de infidelidade *online*. Um total de 9.4% da amostra incorreu em comportamentos de infidelidade *online* durante o período de pandemia, e 12.6% destes comportamentos foram preditos pelas variáveis em estudo. Concluiu-se que, embora sejam vários os fatores preditores da infidelidade, o stresse é um fator de risco para estes comportamentos, em parte pelo impacto que exerce na qualidade percebida da relação. O stresse relaciona-se, ainda, com as dimensões disfuncionais do funcionamento familiar. Numa fase de pandemia, como a atual, é essencial trabalhar aspetos da relação, amorosa e familiar, afetados pelos níveis de stresse sentidos, que podem culminar em comportamentos de infidelidade *online* e disfuncionamento familiar.

Palavras-chave: COVID-19; qualidade relacional; funcionamento familiar; satisfação sexual; infidelidade *online*

## **Abstract**

The world is currently facing an unprecedented pandemic crisis caused by the SARS-CoV-2 virus, responsible for the disease COVID-19. In Portugal, to date there have been several waves of the COVID-19 pandemic, characterized by peaks of infections and deaths, as well as several measures that had an impact on the way people feel and relate. The main objective of the present investigation was to understand the impact of perceived stress during the COVID-19 pandemic on family functioning, perceived relational quality and sexual satisfaction. Furthermore, it was intended to understand if there were online infidelity behaviors during COVID-19 and which relational variables, from those under study, are predictors of these behaviors. The sample consisted of 234 participants, aged between 18 and 61 years. The study results indicate moderate levels of stress, which were significantly related to online infidelity behaviors. A total of 9.4% of the sample engaged in online infidelity behaviors during the pandemic period, and 12.6% of these behaviors were predicted by the variables under study. It was concluded that, although there are several predictors of infidelity, stress is a risk factor for these behaviors, in part because of the impact it exerts on the perceived quality of the relationship. Stress is also related to dysfunctional dimensions of family functioning. In a pandemic phase, such as the current one, it is essential to work on aspects of the relationship, love and family, affected by the levels of stress felt, which can culminate in online infidelity behaviors and family dysfunction.

**Keywords:** COVID-19; relational quality; family functioning; sexual satisfaction; infidelity online

# Índice

<b>1. Introdução .....</b>	<b>1</b>
<b>2. Enquadramento Teórico e Conceptual.....</b>	<b>2</b>
2.1. Pandemia Covid-19 .....	2
2.2. Stresse em Tempos de Pandemia COVID-19.....	3
2.3. Famílias e Casais Durante a Pandemia COVID-19 .....	7
2.3.1. <i>Funcionamento Familiar em Tempos de Pandemia</i> .....	7
2.3.2. <i>Modelo Circumplexo dos Sistemas Conjugal e Familiar</i> .....	10
2.5. Relações Amorosas Durante a Pandemia COVID-19 .....	14
2.5.1 <i>Pandemia COVID-19 e Comportamentos de Infidelidade</i> .....	17
2.6. O Presente Estudo .....	23
<b>3. Métodos .....</b>	<b>24</b>
3.1. Participantes .....	25
3.2. Instrumentos .....	27
3.3. Procedimentos .....	33
3.4. Análise Estatística .....	34
<b>4. Resultados .....</b>	<b>34</b>
<b>6. Limitações .....</b>	<b>48</b>
<b>7. Conclusões .....</b>	<b>50</b>
<b>8. Referências Bibliográficas .....</b>	<b>52</b>

## 1. Introdução

O mundo atravessa, atualmente, uma crise sem precedentes, resultante de um novo vírus, o SARS-CoV-2, responsável pela doença COVID-19 (Zhou et al., 2020). Desde o seu aparecimento, os vários países têm adotado várias medidas, com o intuito de evitar a propagação do vírus e proteger a saúde das pessoas. Portugal não é exceção, sendo que desde o primeiro caso de COVID-19 confirmado no país, surgiram várias restrições relacionadas com o fecho de escolas, empresas e vários estabelecimentos, assim como normas de distanciamento físico e confinamento (Passos et al., 2020). Estas medidas acabam por ter um impacto nas rotinas e vivências diárias, assim como na forma como as pessoas se sentem (Paulino et al., 2020). De facto, os níveis de stresse aumentaram durante a pandemia (Yildirim & Solmaz, 2020; Taylor et al., 2020; Liu et al., 2020), e esse mesmo stresse tem o potencial de afetar a forma como as pessoas se relacionaram, com parceiros e familiares, durante a crise (Fraenkel & Cho, 2020).

Posto isto, é essencial compreender os níveis de stresse atuais, que poderão ter resultado da crise pandémica decorrente (Arslan et al., 2020; Liu et al., 2020). É inevitável que os indivíduos, face às alterações resultantes do COVID-19, assistam a uma disrupção em várias áreas das suas vidas, e que lidem de forma diferente com essas realidades, acedendo aos recursos que têm disponíveis (Luetke et al., 2020). O crescente número de infeções, a imprevisibilidade e medo do vírus, as restrições em vigor, assim como todas as consequências que daí advém, são fatores que se relacionam com estados de maior stresse (Pfefferbaum & North, 2020).

Desta forma, o presente estudo tem como objetivo compreender a relação entre o stresse gerado na 3ª vaga da pandemia, o funcionamento familiar e o funcionamento conjugal (qualidade da relação, satisfação conjugal e infidelidade).

## **2. Enquadramento Teórico e Conceptual**

### **2.1. Pandemia Covid-19**

Em dezembro de 2019 foi detetado, em Whuan na China, um vírus de causa desconhecida denominado síndrome respiratória aguda grave coronavírus 2- SARS-CoV-2. A Organização Mundial de Saúde (OMS), reconheceu a doença causada pelo SARS-CoV-2 como Coronavírus 19 (COVID-19) (Zhou et al., 2020). Esta síndrome respiratória, altamente contagiosa, é caracterizada por sintomas de febre, tosse, mialgia, fadiga, dor de cabeça, diarreia, perda de olfato e paladar, entre outros sintomas (Arslan et al., 2020). A doença pode progredir na severidade e resultar em pneumonia, falhas respiratórias e morte (Mendes-Santos et al., 2020; Marques da Costa & Marques da Costa, 2020). Depois de um escalar rápido, a 30 de janeiro de 2020, a OMS declarou o novo coronavírus (COVID-19) enquanto uma emergência de saúde pública a uma escala global (Zhou et al., 2020).

Em Portugal, o 1º caso de COVID-19 foi detetado a 2 de março de 2020, sendo que 14 dias depois ocorreu a primeira morte (Passos et al., 2020). A 18 de março de 2020 foi declarado o estado de emergência, que suspendeu alguns direitos e liberdades civis, e implementou várias medidas de saúde com vista a prevenir e a controlar a infeção. Essas medidas incluíram o confinamento em casa, o estabelecimento de cercas sanitárias, o fecho de estabelecimentos comerciais e educacionais, assim como de serviços públicos não essenciais (Decreto n.º 2-A/2020). Este primeiro estado de emergência durou até 2 de maio, data a partir da qual se deu início a um processo de desconfinamento gradual, mas sempre com cuidados especiais de uso de máscara, desinfetante, assim como distanciamento físico (Passos et al., 2020). O conceito de distanciamento físico é definido pelos centros de prevenção e controlo de doenças enquanto uma prática em que os sujeitos mantêm uma distância de pelo menos dois

metros uns dos outros, de modo a conter a propagação do vírus (Behar-Zusman et al., 2020). Até à data, existiram no país, doze estados de emergência, dois confinamentos e três vagas da pandemia. A primeira remonta a março de 2020, a segunda a outubro do mesmo ano, e a terceira a janeiro de 2021 até fevereiro do mesmo ano. A terceira vaga foi uma das mais críticas, registando-se picos que ultrapassaram os 300 mortos por dia, e os 50000 casos confirmados (DGS, 2021).

As medidas restritivas que foram sendo implementadas em função da mitigação da doença, provocaram, inevitavelmente, e num curto espaço de tempo, várias alterações no funcionamento normativo da vida das pessoas a diversos níveis (Paulino et al., 2020). Paralelamente, assistiu-se ao escalar da prevalência da infeção, aumento de casos e de mortos causados pela mesma, assim como a várias consequências que surgiram das novas medidas tomadas, tais como disrupção económica, perda de emprego, dificuldades financeiras e isolamento social (Arslan et al., 2020). Num estudo levado a cabo pelo Instituto de Ciências Sociais (ICS) entre 25 e 29 de março, que tinha o intuito de compreender o impacto da COVID-19 nas diversas esferas da vida dos portugueses, destacaram-se as preocupações relativas à saúde (medo de infeção e infeção dos entes queridos), as preocupações económicas (perda de emprego e sobrevivência das empresas), as preocupações com a educação (escola dos filhos e acesso a ensino superior), e ainda preocupações relacionadas com a saúde mental, os efeitos do confinamento social e a dificuldade em lidar com a incerteza (Magalhães et al., 2020).

## **2.2. Stresse em Tempos de Pandemia COVID-19**

A potencial disrupção económica, os medos relacionados com o vírus, a adaptação para teletrabalho e telescola, o isolamento social, e a incerteza em relação ao futuro, fizeram com que emergissem novas preocupações, para além daquelas

associadas diretamente ao perigo do vírus, nomeadamente preocupações relativas à saúde mental (Salari et al., 2020; Szkody et al., 2020). Inerente à pandemia, existiu uma tendência para experienciar medo de ficar infetado, que parece ter resultado em sintomas de ansiedade, stresse e depressão (e.g., Rehman et al., 2020; Yildirim & Solmaz, 2020; Taylor et al., 2020; Liu et al., 2020; Arslan et al., 2020; Havnen et al., 2020; Passos et al., 2020; Mendes-Santos et al., 2020; Paulino et al., 2021). Numa investigação levada a cabo por Paulino et al. (2020), 49.2% dos participantes acusaram um impacto psicológico moderado a severo, relativo à COVID-19 (Paulino et al., 2020). Segundo Passos et al. (2020), existiu um aumento da perturbação mental em Portugal, comparando com a fase pré COVID-19, sendo que esta prevalência foi superior em indivíduos mais isolados socialmente. O isolamento social aumentou a probabilidade de doença mental, sendo que em Portugal assistiu-se a um aumento de sintomas de humor deprimido, irritabilidade, ansiedade e stresse, associados, a longo prazo, a comportamentos de abuso de substâncias e violência familiar (Passos et al., 2020).

À semelhança de pandemias anteriores, tais como a epidemia SARS e o vírus Influenza A, a COVID-19 causou stresse significativo nos indivíduos (Arslan et al., 2020; Barzilay et al., 2020; Liu et al., 2020;). O stresse pode ser definido como um estado interno, que causa uma sensação de tensão física e emocional, e surge enquanto reação emocional e biofísica a uma situação ou estímulo que ameaça a homeostase do indivíduo (Miller & McCool, 2003; Rehman et al., 2020). Este aumento do stresse surge em resposta aos fatores de imprevisibilidade e incontrolabilidade do vírus (Behar-Zusman et al, 2020), tais como os prognósticos incertos, a escassez de recursos de testagem e combate ao vírus, as medidas restritivas das liberdades pessoais, assim como as potenciais perdas financeiras (Pfefferbaum & North, 2020).

Um dos paradigmas mais utilizados e reconhecidos, tanto na teoria como na investigação, para explicar o conceito de stress é a Abordagem Transacional do Stress e *Coping* (ATSC) proposta e desenvolvida por Lazarus e Folkman (1984). Esta teoria enfatiza o papel da cognição nas avaliações e respostas a determinadas situações. Segundo a mesma, o stress diz respeito aos esforços cognitivos e comportamentais, em constante alteração, para gerir exigências externas e/ou internas específicas, percebidas como excedendo os recursos pessoais (Lazarus & Folkman, 1984). Ou seja, o stress resulta de uma transação entre o indivíduo e o ambiente, em que o estímulo é avaliado pelo sujeito como sobrecarregando os seus recursos para lidar com o mesmo, ameaçando assim o seu bem-estar (Miller & McCool, 2003). Desta forma, as avaliações pessoais feitas à situação, assim como a crença da posse de recursos disponíveis para a enfrentar, determinam se a mesma é percebida enquanto stressante, assim como a intensidade do stress experienciado (Bodenmann et al., 2016; Havnen et al., 2020). Neste modelo teórico, postula-se que os sujeitos abordam determinadas situações através de um processo que envolve dois estágios. No primeiro, é feita uma avaliação relativamente ao grau de ameaça que o evento representa para o bem-estar do indivíduo, que estará dependente dos estímulos, assim como dos antecedentes e características psicológicas da pessoa (Laubmeier et al., 2004). O segundo estágio está relacionado com os recursos mobilizados para lidar com a situação, ou seja, as estratégias de *coping* (conjunto de esforços cognitivos e comportamentais para lidar com exigências, internas ou externas, que surgem em situações de stress, e são avaliadas como sobrecarregando os recursos individuais) (Lazarus & Folkman, 1984).

Face à COVID-19, e de acordo com o modelo de Lazarus e Folkman (1984), as pessoas perceberam e avaliaram a situação de formas diferentes, conferindo-lhe uma maior ou menor gravidade, levando à adoção de respostas de *coping* diferenciadas

(Arslan et al., 2020). Numa primeira abordagem, as respostas de *coping* poderão ser focadas no problema, ou seja, naquilo que deverá ser feito para alterar e lidar com a COVID-19. Numa fase seguinte, as estratégias serão mais focadas em emoção, ou seja, na forma como lidar com sentimentos e emoções que surgem face à COVID-19 (Jean-Baptiste et al., 2020). Face às características específicas da COVID-19 (ameaça imediata, falta de respostas sobre o fim, falta de respostas sobre o vírus), existe uma motivação para suprimir emoções, como forma de autorregulação emocional (*coping* focado na emoção) (Mohiyeddini et al., 2014; Trougakos & Chawla, 2020).

Os níveis de stresse sentidos durante a COVID-19 foram influenciados por várias variáveis, que incluíram características sociodemográficas e características da personalidade (Shevlin et al., 2020). Indivíduos mais jovens, principalmente aqueles com idades compreendidas entre os 18 e os 35 anos, percecionaram níveis mais elevados de stresse, muito associados à incerteza em relação ao futuro e alteração de rotinas diárias (Shevlin et al., 2020; Silva Moreira et al., 2021; Huang & Zhao, 2021). No entanto, o stresse associado diretamente ao medo de infeção foi superior nas faixas etárias mais avançadas (idosos) (Shevlin et al., 2020). A presença de filhos, um salário baixo ou a perda do mesmo, e condições de saúde pré-existentes foram também variáveis associadas a níveis superiores de stresse (Shevlin et al., 2020; Silva Moreira et al., 2020). O género provou ser também um fator importante, sendo que ser do género masculino é um fator protetor da sintomatologia mental associada à COVID-19 (Silva Moreira et al., 2020). Relativamente às características da personalidade, altos níveis de neuroticismo, assim como de extroversão estiveram associados a níveis de stresse mais elevados durante a pandemia, assim como a um aumento destes níveis relativamente à fase pré-pandemia (Liu et al., 2021). Para além disso, os níveis de stresse foram diferentes durante as várias fases da pandemia. Numa tentativa de compreender o

impacto psicológico da COVID-19, em diferentes fases da pandemia, Mata et al. (2020) levou a cabo um estudo longitudinal, concluindo que os sintomas de depressão, ansiedade e stresse foram superiores em fases iniciais, logo após o primeiro confinamento (março de 2020), quando comparados com fases posteriores. Estes resultados sugerem uma possível habituação à situação, resultado da exposição prolongada ao fator de stresse, que se reflete numa resposta atenuada ao mesmo (Tavares et al., 2000; Mata et al., 2020).

## **2.3. Famílias e Casais Durante a Pandemia COVID-19**

### ***2.3.1. Funcionamento Familiar em Tempos de Pandemia***

O stresse, para além de fator de risco individual, é-o também a um nível relacional, estando presente socialmente, e exercendo um impacto na forma como as pessoas se relacionam (Randall & Bodenmann, 2017). Tendo isto em vista, a visão de Lazarus e Folkman é expandida por Bodenmann (2005), que propõe o Modelo Sistémico Transaccional (MST). Tendo em consideração a interdependência entre as experiências dos membros de uma relação, postula-se que o stresse de um dos membros afeta inevitavelmente os outros, sendo que todos sofrem e são afetados pelo fator de stresse, e têm a necessidade de partilhar recursos para lidar com o mesmo (Bodenmann et al., 2016). Assim, a COVID-19 não atuou apenas enquanto uma ameaça individual, mas constituiu um desafio para casais e famílias, que se viram forçadas a lidar com sentimentos de depressão e ansiedade, e ainda com um aumento do conflito relacional (Fraenkel & Cho, 2020).

As relações familiares acompanham o sujeito durante todo o seu desenvolvimento e são essenciais no seu processo de socialização (Fernandes et al., 2020). A família é descrita por Minuchin (1974) como uma unidade social, que enfrenta

uma série de tarefas de desenvolvimento, e cuja estrutura corresponde a um conjunto não visível de regras, papéis e exigências funcionais que organizam a forma como os membros interagem (Carr, 2012). Este sistema deve responder a um conjunto de mudanças internas e externas, e deve ser capaz de transformar-se de tal modo que permita encarar novas circunstâncias sem perder a continuidade que proporciona um marco de referências aos seus membros (Minuchin, 1974). A família é influenciada por diversas variáveis, tanto extrafamiliares como intrafamiliares, e exerce uma influência não só na saúde de cada membro, mas também na forma como cada membro se vê a si mesmo e avalia o mundo que o rodeia (Gouveia-Pereira et al., 2020).

Não exclusivamente, mas principalmente nestes tempos de crise pandémica, a família ocupa um papel essencial, na medida em que possibilita ao sujeito ter um maior suporte e apoio psicológico face ao aumento do stress. Tendo em conta uma compreensão sistémica, em que a doença e os desafios individuais afetam toda a unidade familiar, e o funcionamento da unidade familiar, por sua vez, influencia a saúde e o bem-estar individual, é expectável que a COVID-19 tenha provocado várias alterações nas dinâmicas familiares, afetando os vários subsistemas da família, mas também que o funcionamento familiar tenha tido influência na forma como as pessoas lidaram com o stress resultante da COVID-19 (Fernandes et al., 2020)

As restrições governamentais e o isolamento social resultantes da pandemia, forçaram as famílias a permanecer largos períodos de tempo em confinamento, no mesmo espaço (Fernandes et al., 2020). As crianças passaram a ter aulas em casa, devido ao encerramento das escolas, o que exigiu aos pais que assumissem um papel mais presente e responsável relativo à supervisão da educação dos filhos (Behar-Zusman et al., 2020). Para além disso, muitos adultos passaram também a trabalhar virtualmente a partir de casa, outros entraram em *lay off*, com todas as tensões financeiras que isso

acarreta, e ainda outros, continuaram a ir presencialmente aos trabalhos, mas sempre com a preocupação acrescida da possibilidade de contrair o vírus e contaminar os familiares (Behar-Zusman et al., 2020). Esta realidade resultou num aumento do contacto, muitas vezes intenso, prolongado e exaustivo, entre os membros da família. Se por um lado, esta situação pode ter contribuído para reforçar os laços e vínculos familiares, por outro, pode ter trazido à tona várias diferenças e disparidades entre membros da família (Fernandes et al., 2020). Por exemplo, o estudo de Fraenkel e Cho (2020) permitiu concluir que a existência de filhos, principalmente em idades inferiores a 18 anos, esteve associada a maiores níveis de stresse durante o período de pandemia (Fraenkel & Cho, 2020). De igual modo, comprovou-se que adultos sem filhos mantiveram relações conjugais mais harmoniosas durante os períodos de quarentena (Günter-Bel et al., 2020).

A obrigatoriedade de confinamento poderá ter contribuído para um aumento de dinâmicas conflituosas no agregado familiar (Frankel & Cho, 2020), associando-se a resultados negativos, que incluem stresse, problemas comportamentais, sintomatologia física, desenvolvimento emocional pobre, abuso de substâncias, perturbações de ansiedade, obesidade, perturbação de stresse pós-traumático e depressão (Behar-Zusman et al., 2020). A ocorrência de conflitos familiares num período de tamanha incerteza e de stresse acrescido, pode contribuir para escalas conflituosas que culminem em violência doméstica (Fraenkel & Cho, 2020). Para além destas alterações na dinâmica familiar, o facto de as pessoas estarem impedidas de sair de casa, de viajar, de procurar outras redes de suporte para além da família (tal como amigos, família alargada), constituíram um fator de risco para o desequilíbrio da homeostase familiar. Estas mudanças afetam o sistema e o modo de funcionar das famílias, acabando por ter um impacto nas relações conjugais, parentais e filiais. Há que ter em conta que as

famílias estão a ser reguladas e organizadas em função de limitações externas muito fortes, existindo um risco destas alterações resultantes da pandemia se manterem a médio e longo prazo, visto que afetam as estruturas base do sistema (Fernandes et al., 2020).

O funcionamento familiar, determinante para a preservação da saúde física e mental individual, pode, então, ter sofrido um grande impacto resultante da crise pandémica (Behar-Zusman et al., 2020). O funcionamento familiar diz respeito à capacidade das famílias para enfrentar crises não normativas (e.g., surgimento de uma doença) e crises normativas (e.g., nascimento de um filho) do ciclo de vida (Fernandes et al., 2020). Um funcionamento familiar equilibrado permite a construção de vínculos afetivos positivos, a troca de experiências cognitivas e emocionais, bem como a transmissão de valores sociais, morais e éticos (Gouveia-Pereira et al., 2020). O conceito de funcionamento familiar tem vindo a ser definido de diferentes formas e com diferentes dimensões, sendo que existe um consenso relativo à importância da coesão e da flexibilidade familiar na compreensão dos sistemas conjugal e familiar (Olson, 2011).

Num estudo que pretendia compreender os efeitos da COVID-19 nas perceções de funcionamento familiar, Fernandes et al. (2020) conclui que aproximadamente 19% dos participantes percecionaram o seu funcionamento familiar como sendo disfuncional (níveis moderados a severos de disfunção), durante esta fase (Fernandes et al., 2020).

### ***2.3.2. Modelo Circumplexo dos Sistemas Conjugal e Familiar***

O Modelo Circumplexo dos Sistemas Conjugal e Familiar, desenvolvido por Olson, Sprenkle e Russel (1979) é considerado uns dos modelos sistémicos mais importantes e utilizados para concetualizar o funcionamento familiar. Este modelo sugere que as famílias e os casais se organizam num contínuo de coesão e adaptabilidade

(Gomes et al., 2019). A coesão familiar corresponde à ligação emocional que os membros da família estabelecem entre si (Olson, 2000). Esta dimensão reflete o equilíbrio relativo à ligação e separação emocional estabelecida entre cada um dos membros da família (Gomes et al., 2019). A flexibilidade, por sua vez, diz respeito à qualidade e expressão de liderança na família, organização, funções e regras relacionais (Olson, 2000), estando associada à capacidade de reorganização do sistema, e de respostas face ao stress (Gouveia-Pereira et al., 2020).

Desde o ano em que o modelo foi introduzido, este foi sofrendo várias revisões que culminaram numa última versão em 2011, versão essa da qual deriva a *Family Adaptability and Cohesion Evaluation Scale IV* (FACES IV), instrumento que avalia o funcionamento familiar (Gomes et al., 2019). A hipótese central do modelo circumplexo é a hipótese curvilínea, segundo a qual níveis equilibrados de coesão (sistemas separados e conectados) e flexibilidade (sistemas estruturados e flexíveis) estão relacionados a um funcionamento familiar saudável e funcional (Olson, 2011; Gomes et al., 2019). Níveis equilibrados de coesão permitem aos indivíduos uma simultânea ligação e independência face à família. De igual forma, uma flexibilidade moderada, permite um equilíbrio entre a estabilidade e a mudança (Gouveia-Pereira et al., 2020). Por outro lado, relacionamentos familiares desequilibrados, caracterizados por níveis de coesão e flexibilidade extremamente baixos ou extremamente elevados relacionam-se com funcionamento familiar problemático e disfuncional. Níveis de coesão extremamente baixos, característicos de famílias desligadas, estão associados a baixo compromisso e vínculos deficitários. Já níveis de coesão extremamente elevados, relacionados com famílias emaranhadas, remetem para uma excessiva identificação com o sistema familiar, e conseqüentemente dificuldades de individuação. Relativamente à flexibilidade, níveis extremamente elevados (famílias caóticas), relacionam-se com

papeis pouco definidos e claros. Enquanto, níveis extremamente baixos de flexibilidade (famílias rígidas), associam-se a uma rigidez de papeis, um grande controlo, pouco espaço para alterar e negociar regras familiares (Gouveia-Pereira et al., 2020).

A comunicação e satisfação familiar, não estão graficamente incluídas no Modelo Circumplexo, juntamente com a coesão e adaptabilidade, dado que funcionam enquanto dimensões facilitadoras, ou seja, ajustam e adequam o movimento das outras duas dimensões (flexibilidade e coesão) (Olson, 2000). A comunicação familiar diz respeito à comunicação utilizada pelos membros dos sistemas familiares (Olson, 2011), sendo que uma comunicação positiva se relaciona com a capacidade de escuta ativa, de discurso, autorrevelações, clarificação, avaliação contínua do funcionamento do sistema, e respeito (Olson, 2000). Níveis elevados de comunicação familiar, assim como a satisfação familiar, estão frequentemente associados a sistemas familiares equilibrados (Olson, 2011).

Uma crise pandémica como o COVID-19 tem o potencial de afetar as três dimensões centrais do Modelo Circumplexo- a coesão, a flexibilidade e a comunicação. Num estudo levado a cabo por Hervalejo et al. (2020) concluiu-se que a dimensão mais afetada foi a comunicação, sendo que durante o período de confinamento as famílias relatam falhas na escuta ativa, um desrespeito entre membros e uma comunicação algo fria, relacionada com uma falta de suporte emocional (Hervalejo et al., 2020).

Para além desta influência do stresse nas várias dimensões descritas pelo Modelo Circumplexo, o tipo de funcionamento familiar (coesão, separado, flexível, rígido) exerce influência nas respostas face ao stresse (Behar-Zusman et al., 2020). O tipo de família interage, assim, com os recursos internos e externos da mesma, e com a abordagem feita à situação, para definir a forma como o sistema se adapta à mudança resultante de eventos de stresse e transições desenvolvimentais (Behar-Zusman et al., 2020). A

resposta da família ao stress pode ser concetualizada em duas fases. A primeira é a fase da disrupção, ou seja, é respeitante ao instalar da crise e ao impacto da mesma no sistema familiar. As famílias podem ser mais ou menos vulneráveis a estas crises, sofrer mais ou menos disrupção no seu funcionamento, mais ou menos conflitos interpessoais, maiores ou menores dificuldades em atuar de acordo com os seus papeis no sistema, e maiores ou menores níveis de tensão familiar (Lavee & Olson, 1991). A segunda fase é relativa à adaptação à situação de stress, ou seja, à capacidade de recuperar face às disrupções ocorridas, sendo que, as famílias com diferentes tipos de sistema e funcionamento, face aos mesmos eventos e situações de stress, apresentam diferentes níveis de disrupção e adaptação (Lavee & Olson, 1991).

É expectável que durante o COVID-19, o nível de coesão e adaptabilidade familiares tenham sido determinantes para a forma como as famílias lidaram com a crise pandémica. Um olhar perante crises passadas (recessões económicas e desastres naturais) é útil na medida em que, estas partilham alguns dos elementos disruptivos que surgiram da pandemia COVID-19, tais como desemprego, dificuldades económicas e financeiras, stress e instabilidade. Estes fatores desafiam o funcionamento normativo das famílias e têm o potencial de aumentar o conflito familiar. Quando examinado o funcionamento familiar durante estas crises, verificou-se que sujeitos que sofreram maiores impactos das mesmas, reportam maior conflito familiar e conjugal. Para além disso, a estabilidade e a coesão familiar parecem ter promovido a resiliência, e funcionado enquanto apaziguadores do conflito, estando associados a menores níveis de stress face a situações de crise (Behar-Zusman et al.,2020).

Posto isto, famílias com uma maior coesão, apresentam recursos familiares e de *coping* mais fortes e eficazes que famílias menos coesas, sendo expectável que famílias mais coesas sejam menos vulneráveis ao stress e mais adaptativas face ao mesmo

(Olson, 1986). Deste modo, e perante a situação pandémica, a coesão pode ter sido protetora da disrupção familiar e ter promovido uma melhor adaptação às alterações ocorridas (Behar-Zusman et al., 2020). Relativamente à flexibilidade, face a situações de stresse, famílias que apresentem uma maior estrutura podem ficar mais protegidas, visto que é expectável que a estruturação familiar, assim como papéis e regras bem definidos, tenham um papel protetor do bem-estar psicológico dos membros do sistema face a eventos de stresse (Lavee & Olson, 1991). No entanto a flexibilidade pode ser mais propícia à recuperação face à disrupção (Hensen & Johnson, 1979). Perante o COVID-19, a flexibilidade pode ter beneficiado as famílias, permitindo uma melhor adaptação à situação, ou por outro lado, uma estrutura mais sólida pode ter permitido uma maior organização face às disrupções causadas pela pandemia (Behar-Zusman et al., 2020).

## **2.5. Relações Amorosas Durante a Pandemia COVID-19**

O casal é o núcleo do sistema familiar, sendo o funcionamento da família indissociável do funcionamento do casal (Kerig, 1995). O vínculo romântico é, de facto, um dos fatores associados ao funcionamento familiar (coesão e adaptabilidade) (Mikulincer & Florian, 1999), sendo que, a satisfação com a relação permite desenvolver e filtrar recursos emocionais para as interações familiares, e para o desenvolvimento de um ambiente familiar saudável, assim como um bom funcionamento familiar, permite a mobilização de outros recursos para a relação do casal (Lindahl & Malik, 2011; Pedro et al., 2015).

Nas relações românticas, o stresse atua como uma reação com efeitos sistémicos, ou seja, como um construto diádico, que afeta ambos os membros de uma díade interdependente (Falkonier et al., 2015; Randall & Bodenmann, 2017). Dentro do casal, o stresse está associado a um mal-estar subjetivo na relação, funcionamento relacional

pobre, e risco acrescido de dissolução da relação (Bodenmann, 1997). O stresse diádico pode, então, ser definido enquanto qualquer forma de stresse que afete o casal enquanto unidade (Bodenmann, 1997). Tendo em conta que a relação romântica forte e saudável é suportada pela garantia de respostas a várias necessidades, relativas à segurança, física e emocional, compromisso e de comunidade, as características da pandemia podem ter constituído uma ameaça à satisfação de tais necessidades essenciais, e ter colocado novas dificuldades à relação (Stanley & Markman, 2020).

O aumento do stresse durante a pandemia COVID-19, poderá, então, ter afetado negativamente o funcionamento das relações românticas (Pietromonaco & Overall, 2020). Inerentemente à pandemia, surgiram vários fatores de stresse externos à relação, na sua maioria disruptivos para o funcionamento habitual dos casais (Luetke et al., 2020). Esta disrupção das rotinas diárias, juntamente com a introdução de novas dinâmicas durante a pandemia, dominadas pela incerteza, imprevisibilidade e falta de controlo, podem ter contribuído para o aumento do conflito relacional e diminuição do bem-estar na relação (Stanley & Markman, 2020). Deste modo, o stresse derivado da crise originada pela pandemia, pode ter tido um impacto negativo e considerável na qualidade relacional e satisfação sexual dos casais (Luetke et al., 2020).

A qualidade relacional diz respeito à avaliação subjetiva acerca do relacionamento, que implica um foco consciente nos aspetos positivos e negativos da relação, assim como nos padrões de interação e, ainda, uma possível comparação com outros casais e com padrões prévios (representações internas) do que é considerado um relacionamento de qualidade (Farooqi, 2014). A qualidade relacional é determinada por múltiplos fatores, que incluem a comunicação, os estilos de amor, a capacidade de resolução de problemas, o tempo de relação, a satisfação sexual, os padrões de interação, a inteligência emocional, entre outros. Estas variáveis, estão associadas aos vários

contextos dos indivíduos, nomeadamente, o contexto pessoal (aspetos demográficos), psicológico (motivações, crenças, atribuições, e características da personalidade), interpessoal (similaridade entre parceiros, confiança no outro e comunicação) e cultural (satisfação com o suporte social) (Kurdek,1989).

Embora os preditores da qualidade relacional sejam muito complexos, sabe-se que o stresse é um dos fatores associados ao decréscimo da qualidade, tanto relacional como sexual (Morokqff & Gilliland, 1993; Bodenmann et al.,2007; Randall & Bodenmann, 2017). Desta forma, é expectável que o stresse experienciado pelas díades durante o COVID-19, tenha tido um impacto na avaliação subjetiva feita à relação, ou seja, que a pandemia tenha contribuído para menores níveis de qualidade relacional percebida (Gordon & Mitchell, 2020). Com o intuito de perceber esta relação, Williamson (2020) concluiu que a perceção de qualidade da relação não se alterou, ou seja, não existiu um desgaste significativo na mesma. O autor justifica estes resultados, através da maior compreensão e menor culpabilização do parceiro durante o período de pandemia. (Williamson, 2020). No entanto, num estudo levado a cabo por Balzarini et al. (2020), concluiu-se uma relação entre os fatores de stresse relativos á COVID-19 e a qualidade relacional percebida, sendo que maiores níveis de stresse estiveram associados a uma menor satisfação com a relação, mais conflito e menor qualidade relacional percebida (Balzarini et al., 2020).

Além do impacto na perceção sobre qualidade relacional, e intrinsecamente associado a isso, estudos indicam que, na presença de um evento stressor, a satisfação sexual é também afetada (Morokqff & Gilliland, 1993; Bodenmann et al., 2007). A satisfação sexual pode ser definida como “uma resposta afetiva decorrente da avaliação subjetiva das dimensões, positivas e negativas, associadas à relação sexual” (Lawrence & Byers, 1995). Estas avaliações são afetadas por experiências pessoais, experiências

do parceiro sexual ou ainda aspetos da sexualidade relativos à relação (Sánchez-Fuentes et al., 2014). Enquanto, um bom funcionamento sexual provou constituir um dos preditores da satisfação sexual, o stresse é um dos fatores que poderá ameaçar este bom funcionamento, estando associado a disfunções sexuais, menor prazer sexual e, conseqüentemente, menor satisfação sexual (Velten & Margraf, 2017). Esta relação entre stresse e satisfação sexual funciona de forma bidirecional, sendo que a satisfação sexual é essencial para o bem-estar e saúde emocional dos indivíduos, estando relacionada com um alívio do stresse em situações de maior ansiedade e conflito (Luetke et al., 2020). Deste modo, é possível que durante a crise pandémica, em que os níveis de stresse individuais e relacionais se encontraram inevitavelmente aumentados (Balzarini et al., 2020; Williamson, 2020; Liu et al., 2020; Yildirim & Solmaz, 2020), existam dificuldades na sexualidade dos casais. Num estudo levado a cabo por Luetke et al., (2020), concluiu-se que o aumento do stresse durante a pandemia, assim como o tempo excessivo que os casais passam em conjunto, e o escalar do conflito que daí pode surgir, são fatores que se relacionam com uma menor frequência dos comportamentos íntimos e sexuais (Luetke et al., 2020).

De um modo geral, o stresse, isolamento social, tempo passado em conjunto, dificuldades económicas, e conflito e violência, que podem ter surgido ou sido agravados pela pandemia, colocaram os casais num risco acrescido de avaliar as duas relações de forma negativa (Gordon & Mitchell, 2020; Stanley & Markemann, 2020).

### ***2.5.1 Pandemia COVID-19 e Comportamentos de Infidelidade***

Embora sejam vários os fatores que poderão explicar os comportamentos de infidelidade, a insatisfação relacional e sexual constitui-se enquanto um forte preditor, sendo que indivíduos não satisfeitos com as suas relações estão mais predispostos a procurar alternativas à relação primária (Barta & Kiene, 2005). Desta forma, e

atendendo aos níveis de stresse tanto individuais como diádicos que colocam em causa a avaliação e satisfação dentro da relação, a pandemia pode ter colocado os casais num risco acrescido de experienciar infidelidade (Gordon & Mitchell, 2020).

A infidelidade é considerada uma das experiências mais complexas pelas quais um casal pode passar, sendo apontada como uma das principais razões para o divórcio, assim como para a procura de terapia de casal. (Schade & Sandberg, 2012). O conceito é definido na literatura como um ato emocional ou/e sexual que ocorre fora da relação primária (isto é, uma relação extradiádica), e que constitui uma quebra na confiança associada à expectativa de exclusividade e dos limites acordados na relação (Gordon & Mitchel, 2020). A infidelidade pode expressar-se através de diferentes comportamentos/ações (e.g., estabelecimento de relações sexuais, estabelecimento de vínculos emocionais, sem envolvimento sexual), mas a sua definição depende, sobretudo, das características individuais, do casal e da cultura. (Schade & Sandberg, 2012). Na literatura, o conceito tende a ser dividido em categorias, nomeadamente infidelidade sexual, infidelidade emocional, infidelidade sexual e emocional combinadas e infidelidade virtual (Blow & Hartnett, 2005). A infidelidade sexual relaciona-se com comportamentos que envolvem contacto corporal/físico, enquanto a infidelidade emocional é referente aos laços afetivos que são estabelecidos (Silva et al., 2017). Em muitas ocasiões, a infidelidade, sexual e emocional, ocorrem em simultâneo (Blow & Harnett, 2005), e por esse motivo surge a terceira categoria. A infidelidade virtual foi concetualizada mais recentemente, estando relacionada com conversas sexuais *online* e/ou partilha de informação emocional *online* com alguém para além do parceiro primário. Estas relações estabelecidas virtualmente têm vindo a ser descritas pelos usuários como íntimas, reais e tão impactantes como as relações cara a cara (Martins et al., 2016). A era digital oferece um leque de possibilidades de encontros

elícitos, que acabam por complexificar ainda mais o conceito de infidelidade, assim como dos comportamentos que o conceito abrange (Perel, 2019).

As causas e motivações na base dos comportamentos de infidelidade podem ser de ordem: (a) sexual, e incluir motivos de prazer sexual, novidade e curiosidade; (b) emocional, ou seja, o desejo por companheirismo e amor; (c) situacional, que envolvem as oportunidades de incorrer em comportamentos de infidelidade; e (d) individual, isto é, relacionada com as características individuais de cada um (Barta & Kiene, 2005). Na base dos comportamentos de infidelidade podem estar, ainda, valores e atitudes sexuais permissivas (Martins et al., 2016), uma orientação sócio-sexual restrita, valores menos convencionais, ou ideologias políticas e religiosas mais liberais (Treas & Giesen, 2016). O tipo de vinculação (Fathi et al., 2011; McDaniel et al., 2017), assim como as experiências prévias de infidelidade (Adamopoulou, 2013) relacionam-se também com a probabilidade de infidelidade. Existem, ainda, variáveis relativas à relação, tais como altos níveis de conflito diádico, sentimentos e atos de possessividade, incompatibilidade sexual, abuso de substâncias, assim como níveis de compromisso e investimento (Treas & Giesen, 2016; Martins et al., 2016). Embora todas estas motivações possam ter estado presentes durante a pandemia, é expectável um efeito predominante das variáveis ligadas à relação. Ou seja, o aumento do stress, assim como a perceção de qualidade relacional baixa durante a COVID-19, podem ter contribuído para um risco acrescido de incorrer em comportamentos de infidelidade (Gordon & Michell, 2020; Stanley & Markman, 2020).

Dentro das variáveis individuais, destacam-se duas: o género e a idade (Fincham & May, 2017). O género é uma das variáveis mais estudadas no âmbito dos comportamentos de infidelidade, no entanto, a relação entre género e a infidelidade depende de outras variáveis, tais como a idade, tipo de relação e tipo de infidelidade

(Martins et al., 2015). Na realidade, existe na literatura uma divergência de conclusões relativas a este assunto (McAlister et al., 2005), em grande parte porque “no que diz respeito ao sexo, as pessoas mentem, principalmente se se tratar de sexo que não deveriam estar a ter” (Perel, 2019). Alguns autores (e.g., Allan, 2014; Boekhout et al., 2003; Buunk & Dijkstra, 2014) postulam que o género masculino tende a manifestar mais comportamentos de infidelidade, atitudes mais permissivas em relação à traição e um maior desejo de se envolver em comportamentos extra diádicos. Os homens são ainda apontados como tendo maior probabilidade de se envolver em relações românticas através da internet e em comportamentos sexuais *online*. No entanto, alguns estudos (e.g., McAlister et al., 2005; Martins et al., 2015), sugerem que as diferenças entre género feminino e masculino se têm vindo a esbater, principalmente em casais mais novos. Segundo Wiederman (1997), desde os anos 40, não se observam diferenças significativas entre género feminino e masculino em relação aos rácios de infidelidade (Wiederman, 1997). Algumas diferenças que ainda podem existir são respeitantes a um maior contacto físico e experiências físicas mais intensas por parte dos homens, quando comparados com as mulheres (Martins et al., 2015). Já as mulheres tendem a apaixonar-se mais facilmente e a desenvolver maior conexão emocional na relação extra diádica (Martins et al., 2015). Relativamente à idade, num estudo levado a cabo por Zhang (2010) não se verificou uma associação significativa entre idade e infidelidade, no entanto, homens com mais de 40 anos mostraram ser menos suscetíveis a comportamentos de infidelidade quando comparados com homens com idades inferiores a 30 anos (Zhang, 2010). Noutro estudo, verificou-se que mulheres entre os 40 e os 45 anos e homens entre os 55 e os 65 anos, apresentam maior probabilidade de já ter tido sexo fora da relação primária em algum ponto da sua vida (Blow & Hartnett, 2005). Em

jovens universitárias parece existir uma prevalência superior destes comportamentos no género feminino, principalmente na forma de envolvimento romântico (Perel, 2019).

Relativamente às variáveis associadas à relação, há que sublinhar o tempo e estatuto da relação, assim como a existência de filhos, frutos da relação primária (Fincham & May, 2017). No que concerne ao tempo da relação, alguns autores suportam uma associação entre relações mais longas e comportamentos de infidelidade, em parte porque existe uma acomodação, assim como uma diminuição dos benefícios da relação (McAlister et al., 2005). Desta forma, postula-se que, tanto em homens como em mulheres, a probabilidade de infidelidade é superior quanto maior for o tempo de relação (Forste & Tanfer, 1996; Hansen, 1987). No entanto, é expectável que ao longo do tempo, exista um reforço do compromisso e intimidade, que pode estar associado à diminuição dos comportamentos de infidelidade (McAlister et al., 2005; McAnulty & Brineman, 2007; Mattingly et al., 2011). Neste sentido, outros autores verificaram que as taxas de envolvimento extra diádico tendem a ser mais elevadas em indivíduos que namoram ou que se encontram em situação de união de facto, quando comparados com indivíduos casados (Blow & Hartnett, 2005). Esta realidade é explicada pelos baixos níveis de compromisso que uma relação de namoro implica, quando comparada com o casamento (Wierderman, 1997; Wierderman & Hurd, 1999; Shawn et al., 2013). Relativamente aos filhos, estes podem estar relacionados com um maior sentimento de investimento e compromisso com a relação, sendo que em casais com filhos a probabilidade de infidelidade pode ficar diminuída (Adamopoulou, 2013). No entanto, a presença de filhos pode também associar-se a uma menor qualidade relacional e satisfação sexual percebidas, assim como níveis mais elevados de stresse, mais exigência e responsabilidades, que podem estar na base de comportamentos extra diádicos (Blow & Hartnett, 2005). O compromisso (McAnulty & Brineman, 2007; Mattingly et al., 2011;

Rodrigues, 2016), assim como o *coping* diádico (Donato et al., 2021), podem constituir-se enquanto fatores protetores dos comportamentos de infidelidade.

Embora o risco de infidelidade possa ser acrescido em tempos da pandemia, os métodos de contacto com uma terceira pessoa fora da relação podem ser diferentes devido às recomendações de distanciamento social, que diminuíram inevitavelmente as oportunidades de contato físico (Gordon & Mitchell, 2020). Este aspeto poderá justificar o aumento do uso de aplicações virtuais para contactar pessoas fora da relação primária durante a pandemia (Gordon & Mitchell, 2020). A utilização destas aplicações e sites não é exclusiva da pandemia, no entanto, os constrangimentos impostos acabam por a torná-las mais atrativas, oferecendo a possibilidade de contornar as restrições em vigor (Gordon & Mitchell, 2020). Assim, para além dos motivos normativos que impelem as pessoas a incorrer em comportamentos de infidelidade *online*, tais como a garantia de anonimato, a facilidade de acesso e escape à realidade (Aviram & Amichai-Hamburger, 2005), a COVID-19 surge como mais um incentivo a esta alternativa (Gordon & Mitchell, 2020). Por sua vez, o uso de aplicações virtuais e de redes sociais, tem vindo a estar relacionado com menores níveis de satisfação relacional, assim como maiores níveis de conflito e, conseqüentemente, maior risco de infidelidade (McDaniel et al., 2017). Esta relação é bidirecional, sendo que menores níveis de satisfação com a relação predizem uma maior utilização do mundo virtual enquanto refúgio dos problemas relacionais (Young et al., 2000; Valenzuela et al., 2014).

O stresse vivido durante a COVID-19 terá um potencial impacto na forma como as pessoas se sentem nas suas relações românticas e familiares, assim como na forma como se comportam face às alterações resultantes da pandemia (Williamson, 2020; Gordon & Mitchell, 2020). Desta forma, e dada a relação entre stresse, qualidade relacional, satisfação sexual, funcionamento familiar, e possibilidade de

comportamentos de infidelidade, a pandemia pode ter tido um impacto em todas estas variáveis (Gordon & Mitchell, 2020; Williamson, 2020; Luetke et al., 2020; Behar-Zusman et al., 2020).

## **2.6. O Presente Estudo**

### ***Objetivos***

O presente estudo tem como principal objetivo analisar a relação entre o stresse, o funcionamento familiar, a qualidade relacional, a satisfação sexual e a infidelidade praticada *online* durante a pandemia COVID-19.

Especificamente, pretende-se:

1. Analisar a relação entre o stresse experienciado durante a 3ª vaga da pandemia com a perceção de funcionamento familiar durante o último ano;
2. Analisar a relação entre o stresse experienciado durante a 3ª vaga da pandemia e a perceção de qualidade relacional e de satisfação sexual durante a 3ª vaga da pandemia;
3. Identificar as variáveis predictoras da infidelidade *online*.

### ***Hipóteses***

Tendo em conta a revisão da literatura acima descrita e os objetivos definidos, foram formuladas as seguintes hipóteses de investigação:

**H1:** A primeira hipótese postula uma relação negativa entre funcionamento familiar e stresse, ou seja, espera-se que famílias com níveis equilibrados de coesão e flexibilidade, assim como níveis positivos de comunicação familiar, apresentem menores níveis de stresse percebidos.

**H2:** A segunda hipótese postula uma relação positiva entre as dimensões equilibradas do funcionamento familiar e a satisfação sexual, assim como entre as dimensões equilibradas do funcionamento familiar e a qualidade relacional percebida. Espera-se, ainda, que tanto a satisfação sexual como a qualidade relacional percebida se relacionem de forma negativa com as dimensões desequilibradas do funcionamento familiar.

**H3:** A terceira hipótese desta investigação pressupõe a existência de uma relação negativa entre stresse e satisfação sexual, assim como entre stress e qualidade relacional, ou seja, que níveis mais elevados de stresse percebido se correlacionem com níveis inferiores de satisfação sexual e qualidade relacional percebidas.

**H4:** A quarta hipótese admite uma relação positiva entre o stresse e a infidelidade, assim como uma relação negativa entre a qualidade relacional e satisfação sexual e a infidelidade. Ou seja, que maiores níveis de stresse, assim como menores níveis de qualidade relacional e satisfação sexual, se relacionem com comportamentos de infidelidade.

**H5:** A quinta hipótese postula que um maior tempo de relação, a existência de filhos e uma vivência conjunta (coabitação) se correlacionem negativamente com os comportamentos de infidelidade *online*.

**H6:** Na sexta e última hipótese, espera-se que a satisfação com a relação (qualidade relacional e satisfação sexual), o stress, o funcionamento familiar, a existência de filhos, o tempo de relação e a coabitação sejam fatores preditivos dos comportamentos de infidelidade

### **3. Métodos**

O presente estudo é um estudo quantitativo, transversal, correlacional (Campbell & Stanley, 2015).

### 3.1. Participantes

A amostra é composta por 234 participantes, dos quais 79.5% ( $n= 186$ ) se identifica com o género feminino e 19.7% ( $n= 46$ ) com o género masculino, com idades compreendidas entre os 18 e os 61 anos ( $M= 30.14$ ;  $DP=10.85$ ). Os participantes encontram-se em relações com a duração entre 1 e 40 anos ( $M = 94.14$  meses;  $DP=103.06$  meses), sendo que na maior parte dos casos os participantes estão numa relação de namoro sem coabitação: 52.6% ( $n= 123$ ). A grande maioria da amostra, 72.2% ( $n= 169$ ), não tem filhos. Relativamente à situação profissional, 40.6% ( $n= 95$ ) dos participantes são estudantes, 51.7% ( $n= 121$ ) encontram-se empregados, 6% ( $n=14$ ) estão no desemprego, e 1.3% ( $n=3$ ) em *lay-off* (i.e., redução temporária dos períodos normais de trabalho ou suspensão dos contratos de trabalho efetuada por iniciativa das empresas, durante um determinado tempo, devido a: (1) motivos de mercado; (2) motivos estruturais ou tecnológicos; (3) catástrofes ou outras ocorrências que tenham afetado gravemente a atividade normal da empresa). A amostra distribui-se por profissões relacionadas com a saúde: 20.1% ( $n=47$ ), com o comércio: 7.7% ( $n=18$ ), com a educação: 5.6% ( $n=13$ ) e com a justiça: 0.9% ( $n=2$ ). No que diz respeito às pessoas empregadas atualmente, 35% ( $n= 82$ ) encontra-se totalmente em teletrabalho, 22.2% ( $n=52$ ) parcialmente em teletrabalho e 37.2% ( $n= 87$ ) presencialmente. A grande maioria dos participantes não se encontra atualmente em confinamento: 50.9% ( $n= 119$ ). Apenas 9.4 % ( $n= 22$ ) da amostra relatou ter tido comportamentos de infidelidade desde o início da pandemia. No entanto, 25% ( $n=59$ ) dos participantes admitem apenas não ter tido estes comportamentos por falta de oportunidade. Relativamente aos níveis de stresse, e dado que o instrumento que avalia esta variável é o único deste estudo que

apresenta pontos de corte para diferenciar os diferentes níveis de stresse, verificou-se que 41.6% dos participantes apresentaram níveis normais, 5.6% níveis ligeiros, 15% níveis moderados, 19.3% níveis severos e 18.3% níveis extremamente severos.

**Tabela 1.**

*Caracterização Sociodemográfica da Amostra*

<b>Variável</b>	<b>Frequência</b>
<b>Identidade de Gênero</b>	
Feminino	186 (79.5%)
Masculino	46 (19.7%)
<b>Idade</b>	$M = 30.14$ $DP = 10.85$
<b>Idade (Grupos)</b>	
<b>18-30</b>	145 (62%)
<b>31-40</b>	42 (17.9%)
<b>41-50</b>	29 (12.4%)
<b>41-61</b>	16 (6.8%)
<b>Profissão</b>	
Estudante	99 (42.3%)
P. Saúde	47(20.1%)
P. Educação	13 (5.6%)
P. Comércio	18 (7.7%)
P. Justiça	2 (0.9%)
Outro	54 (23.1%)
<b>Situação Profissional</b>	
Empregado	121 (51.7%)
Desempregado	14 (6%)
Estudante	95 (40.6%)
<i>Lay-Off</i>	3 (1.3%)
<b>Modalidade de trabalho</b>	

Total Teletrabalho	82 (35%)
Parcial Teletrabalho	52 (22.2%)
Presencial	87 (37.2%)
<b>Situação de Relação</b>	
Namoro s/ coabitação	123 (52.6%)
União de facto	59 (25.2%)
Casamento	51 (21.8%)
<b>Tempo de relação</b>	
(meses)	$M = 94.14$ $DP = 103.06$
<b>Filhos</b>	
Sim	63 (26.9%)
Não	169 (72.2%)
<b>Confinamento</b>	
Sim, por imposição	34 (14.5%)
Sim, por opção	78 (33.3%)
Não	119 (50.9%)

### 3.2. Instrumentos

#### *Questionário Sociodemográfico*

Foi desenvolvido um questionário sociodemográfico para o efeito específico deste estudo. O mesmo é constituído por questões relativas à idade, identidade de género, profissão, situação profissional (empregado, desempregado, estudante, reformado), modalidade profissional atual (presencial, parcialmente teletrabalho, totalmente teletrabalho), tempo de duração da relação amorosa atual, estatuto da relação amorosa atual (namoro sem coabitação, união de facto, casamento), a existência de filhos, assim como as suas idades, e ainda a situação de confinamento (não

confinamento, confinamento por opção, confinamento por imposição das autoridades de saúde).

*Escala de Depressão, Ansiedade e Stresse (DASS-21); versão original de Lovibond & Lovibond, 1995; versão portuguesa de Apóstolo, Tanner & Arfken, 2012*

A DASS-21 foi desenvolvido por Lovibond & Lovibond (1995), partindo do modelo tripartido de depressão e ansiedade de Clark e Watson. O instrumento permite, através de três escalas, avaliar a depressão, o stresse e ansiedade, e tem a vantagem de ser curto e de fácil aplicação, tanto em população clínica como não clínica (Apóstolo et al., 2007). O instrumento é composto por 21 itens distribuídos por cada uma das dimensões (7 itens por dimensão) aos quais o sujeito deve responder pensando no quanto cada item se aplicou a si durante a última semana. De forma a cumprir de forma mais satisfatória o objetivo da presente investigação, a referência temporal das instruções foi alterada (“tendo em conta o período que vai desde o início da 3ª vaga de pandemia (janeiro de 2021) até o dia de hoje” (17 de maio de 2021)). A DASS-21 é respondida através de uma escala de tipo Likert de quatro níveis (0= nunca se aplicou a mim a 3= aplicou-se a mim muitas vezes ou a maior parte do tempo). Na presente investigação, foram apenas utilizados 7 itens referentes à subescala do stresse (e.g., “Senti-me muito nervoso”; “Senti dificuldades em relaxar”), dado que é o estado que se pretende avaliar. O instrumento apresenta pontos de corte que permitem diferenciar a intensidade dos sintomas de stresse (normal, ligeira, moderada, severa e extremamente severa). Nos estudos em que foi utilizada, a versão portuguesa apresentou boa consistência interna (Alves et al., 1999; Ribeiro et al., 2004), conferida pelos alfas de Cronbach, tanto da subescala do stresse ( $\alpha=.88$ ) como da escala total ( $\alpha=.95$ ) (Apóstolo et al., 2006). No presente estudo, a subescala do stresse também apresentou bons índices de fiabilidade ( $\alpha=.957$ ;  $M= 11.44$ ;  $DP = 7.265$ ).

*Escala de Avaliação da Coesão e Flexibilidade (FACES IV); versão original de Olson, 2011; versão portuguesa de Gomes, Peixoto e Gouveia-Pereira, 2019*

A Escala de Avaliação da Coesão e Flexibilidade (FACES IV) avalia o funcionamento familiar e é, a versão mais recente do instrumento, desenvolvida por Olson (2011), sendo constituído por seis subescalas que permitem averiguar o tipo de funcionamento da família de acordo com a perceção individual dos seus elementos. Deste modo, podem ser identificados dois níveis de funcionamento, designadamente, equilibrados (2 subescalas) e disfuncionais (4 subescalas) de duas dimensões, nomeadamente a coesão e flexibilidade familiares. O pacote do FACES IV inclui ainda duas outras escalas relativas à comunicação (10 itens) e satisfação familiar (10 itens) que, para efeitos do presente estudo, não foram utilizadas. O instrumento original é composto por 42 itens (mais 20 itens da escala da satisfação e da comunicação), divididos por 6 dimensões (2 equilibradas e 4 desequilibradas) pontuados numa escala Likert de 5 categorias: 1= muito insatisfeito, 2= algo insatisfeito, 3= satisfeito na generalidade, 4= muito satisfeito e 5= extremamente satisfeito (Olson, 2011). A versão original de 6 dimensões não se verificou adequada para a população portuguesa, sendo que a adaptação do instrumento, desenvolvida por Gomes, Peixoto e Gouveia-Pereira (2019), adota uma estrutura de 5 dimensões: 1 escala equilibrada (que corresponde às duas dimensões equilibradas da versão original, e inclui itens tais como “Os membros da minha família apoiam-se uns aos outros durante tempos difíceis”; A minha família tenta novas formas de lidar com os problemas.”) e 4 desequilibradas, nomeadamente a coesão desagregada (e.g., “Os membros da minha família sabem pouco acerca dos amigos dos outros membros da família”) , a coesão aglutinada (e.g., “Nós passamos “demasiado” tempo juntos”), a flexibilidade rígida (e.g., “Na nossa família há uma regra para quase todas as situações.”) e a flexibilidade caótica (e.g., “ Não existe liderança na

nossa família.”). A versão portuguesa é, ainda, constituída por menos itens (24 itens). Relativamente às qualidades psicométricas, a validação do FACES IV apresenta boa fiabilidade confirmada pelos alfas de Cronbach de cada subescala: coesão equilibrada (.81), flexibilidade equilibrada (.70), desagregada (.71), emaranhada (.65), rígida (.76), caótica (.75), comunicação (.92) e de satisfação (.95), e da escala total (.86). No presente estudo, foram utilizadas todas as subescalas à exceção da subescala da satisfação, dado que não se considerou essencial uma compreensão da satisfação familiar para o cumprimento dos objetivos de investigação. A referência temporal das instruções foi alterada (“durante o último ano- desde março de 2020”), de forma a cumprir de forma mais satisfatória o propósito do estudo. O instrumento apresentou uma consistência interna razoável ( $\alpha = .735$ ;  $M = 106.41$ ;  $DP = 11.514$ ), assim como cada uma das subescalas do mesmo: coesão desagregada ( $\alpha = .702$ ;  $M = 1.599$ ;  $DP = 3.553$ ), coesão aglutinada ( $\alpha = .755$ ;  $M = 11.196$ ;  $DP = 3.428$ ), flexibilidade rígida ( $\alpha = .772$ ;  $M = 11.907$ ;  $DP = 3.501$ ), flexibilidade caótica ( $\alpha = .659$ ;  $M = 11.563$ ;  $DP = 3.384$ ). O instrumento beneficiaria da eliminação de alguns itens, de forma a aumentar a consistência (e.g., aquando da eliminação do item 12, o alfa de Cronbach sobe para .765).

*Inventários de Comportamentos Extra Diádicos (ICED): versão original de Luo et al., 2010; versão portuguesa experimental de Martins, Pereira, Andrade, Dattilio, Narciso e Canavarro (2016)*

O Inventário de Comportamentos Extra Diádicos (ICED) permite avaliar comportamentos de infidelidade, tratando-se de um inventário de autorresposta, constituído por duas dimensões: infidelidade *online* (13 itens que avaliam infidelidade virtual) e infidelidade *offline* (23 itens que avaliam comportamentos de infidelidade presencial/ cara a cara). É solicitado ao sujeito que reporte a frequência com que ocorreram cada um dos comportamentos descritos, com alguém para além do parceiro

primário. De forma a ir ao encontro dos objetivos da investigação, a referência temporal da instrução foi alterada (“desde o início da pandemia-março, 2020”). A escala de resposta utilizada é a escala de cinco categorias de Wiederman e Hurd (1999): 1- Não tive este comportamento porque não quis; 2- Não tive este comportamento porque não houve oportunidade; 3- Tive este comportamento apenas uma vez; 4- Tive este comportamento mais do que uma vez com a mesma pessoa; e 5- Tive este comportamento com diferentes pessoas (Martins et al., 2016). Nos estudos originais o instrumento mostrou boas qualidades psicométricas, confirmadas pela validade e consistência interna (alfa de Cronbach = .73 a .98). Embora a validação do instrumento para a população portuguesa ainda não esteja concluída, segundo os autores, o ICED apresenta boas qualidades psicométricas e apresentou resultados fiáveis nos estudos em que foi utilizado. (Martins et al., 2016). No presente estudo, utilizaram-se apenas os itens da dimensão *online*, de forma a cumprir os objetivos da investigação, e confirmou-se a fiabilidade do instrumento através do alfa de Cronbach da escala de infidelidade *online* total ( $\alpha = .871$ ;  $M = 20.98$ ;  $DP = 8.57$ ) e das subescalas da infidelidade *online*: emocional ( $\alpha = .875$ ) e sexual ( $\alpha = .864$ ).

*Inventário de Componentes de Qualidade Relacional Percebida (ICQRP); versão original de Fletcher, Simpson & Thomas, 2000; versão portuguesa de Crespo, Narciso e Costa, 2004*

O Inventário de Componentes de Qualidade Relacional Percebida (ICQRP), permite uma avaliação da perceção subjetiva da qualidade relacional. O instrumento permite aceder a seis construtos relativos à relação, nomeadamente, a satisfação, o compromisso, a intimidade, a confiança, a paixão e o amor, através de 18 itens, 3 para cada um dos construtos. No presente estudo, foi utilizada a versão reduzida do ICQRP, constituída por 6 itens, dado que estudos preliminares sugerem que cada um dos itens

reflete cada uma das seis dimensões pretendidas. Na versão reduzida são mantidos o item 1 que reflete a dimensão satisfação relacional, o item 4 relativo que representa o compromisso, o item 7 relativo à intimidade, o item 10 que reflete a dimensão da confiança, o item 13, referente à dimensão paixão e o item 16, relativo ao amor. A referência temporal das instruções foi alterada (“tendo em conta o período que vai desde o início da 3ª vaga de pandemia (janeiro de 2021) até o dia de hoje”), de forma a responder de forma mais satisfatória aos objetivos da presente investigação. Cada item é pontuado através de uma escala Likert de 7 categorias (1= mesmo nada a 7= extremamente). A validação para a população portuguesa foi feita por Crespo, Narciso e Costa (2004). O instrumento validado apresenta boa fiabilidade ( $\alpha=.96$ ) (Crespo et al., 2008). No presente estudo, a fiabilidade do instrumento foi confirmada ( $\alpha=.941$ ;  $M=43.10$ ;  $DP=7.265$ ).

*Global Measure of Sexual Satisfaction (GMSEX); versão original de Lawrence e Byers, 1995; versão portuguesa de Pascoal, 2021*

O Global Measure of Sexual Satisfaction (GMSEX) é uma medida da satisfação sexual, desenvolvida por Lawrence e Byers (1995), que parte do modelo teórico de Trocas Interpessoais da Satisfação Sexual, desenvolvido por pelos mesmos autores. O instrumento apresenta uma estrutura unifactorial, sendo composto por 5 itens que adjetivam a perceção de satisfação sexual, através de uma escala tipo Likert de 7 pontos (muito boa/muito má; muito agradável/muito desagradável; muito positiva/muito negativa; muito satisfatória/muito insatisfatória; muito importante/ muito irrelevante). No presente estudo, a instrução temporal da escala foi alterada (“desde o início da 3ª vaga de pandemia (janeiro, 2021)”), de forma a cumprir os objetivos da investigação. A validação do instrumento para a população portuguesa foi feita por Pascoal (2012), e apresentou bons níveis de fiabilidade ( $\alpha=.83$ ). No presente estudo, o instrumento

apresentou bons valores de fiabilidade conferidos pelo alfa de Cronbach ( $\alpha = .823$ ;  $M = 30.60$ ;  $DP = 6.677$ ).

### **3.3. Procedimentos**

Inicialmente, foi solicitada a autorização aos autores dos vários instrumentos para os utilizar. Após esta fase, foi estruturado o protocolo de investigação, ajustadas as instruções ao objetivo do estudo e, posteriormente, iniciou-se a recolha de dados em formato *online*, através da plataforma *Google Forms*, e a divulgação do mesmo através das redes sociais das investigadoras. Este protocolo era precedido por um consentimento informado, onde constava informação sobre o cariz voluntário da participação e a garantia da confidencialidade dos dados, de acordo com as diretrizes do código deontológico da Ordem dos Psicólogos Portugueses (Ordem dos Psicólogos Portugueses, 2021). Antes de dar início ao preenchimento do questionário os participantes deviam ler e concordar com este consentimento. As instruções foram dadas aos participantes tendo em conta a terceira vaga da pandemia, ou desde o início da pandemia, dependendo da variável em questão. Desta forma, a referência temporal da instrução do DASS-21, do ICQRP e do GMEX foi a 3ª vaga da pandemia (entre janeiro e fevereiro de 2021), dado que estes instrumentos avaliam dimensões mais imediatas, pelo que não faria sentido os participantes responderem tendo em conta o início da pandemia (março de 2020). Visto que o funcionamento familiar, assim como a infidelidade são dimensões mais estáveis, representando padrões de comportamento, a referência temporal do FACES e do ICED foi o início da pandemia (março de 2020). Os critérios de inclusão na amostra foram (1) ter idade igual ou superior a 18 anos e (2) estar atualmente numa relação amorosa com a duração mínima de um ano. Desta forma, a amostra é de conveniência, e o período de recolha decorreu entre 24 de março e 17 de maio de 2021.

### 3.4. Análise Estatística

Para a análise dos dados recolhidos, foi utilizado o software *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS). Análises preliminares foram feitas no sentido de garantir a normalidade e linearidade, e as análises estatísticas foram feitas por hipótese de investigação. Foram utilizadas correlações parciais P-Pearson para analisar as cinco primeiras hipóteses, visto que se procuravam perceber relações entre variáveis. A sexta hipótese foi analisada através de uma regressão múltipla hierárquica, de forma a compreender um possível efeito preditivo de algumas variáveis nos comportamentos de infidelidade. Para as várias análises foram utilizados os totais dos instrumentos, no caso da DASS-21, ICQRP e GSSEX. Relativamente ao FACES, foram calculados os totais de cada subescala (coesão equilibrada, flexibilidade equilibrada, coesão desagregada, coesão aglutinada, flexibilidade rígida, flexibilidade caótica e comunicação). Para perceber analisar a infidelidade foram criados grupos: (1) existência de infidelidade *online*; (2) não existência de infidelidade *online*; e (3) não existência de infidelidade *online* porque não houve oportunidade, para efeitos de análise descritiva dos comportamentos de infidelidade *online*. Para as correlações entre infidelidade e as restantes variáveis utilizou-se o total do ICED.

## 4. Resultados

Para analisar a primeira hipótese, relativa à relação entre stress e funcionamento familiar, foram testadas as relações entre o stresse e o funcionamento familiar total (coesão e flexibilidade), e entre stresse e cada uma das dimensões, de forma a perceber se alguma se relacionava de forma mais significativa com o stresse percebido durante a 3º vaga. Não se verificou uma correlação entre stresse total percebido e funcionamento familiar total ( $r = .076$ ;  $n = 234$ ;  $p = .249$ ). A correlação entre stress e coesão equilibrada

foi negativa, sendo marginalmente significativa ( $r = -.124$ ;  $n = 234$ ;  $p = .059$ ). Relativamente às dimensões desequilibradas da coesão, verificou-se uma correlação positiva estatisticamente significativa fraca entre stress e coesão desagregada ( $r = .141$ ;  $n = 234$ ;  $p = .031$ ) e entre stress e coesão aglutinada ( $r = .249$ ;  $n = 234$ ;  $p = .000$ ). Verificou-se ainda, uma correlação negativa estatisticamente significativa fraca entre o stress e a flexibilidade equilibrada ( $r = -.197$ ;  $n = 234$ ;  $p = .002$ ). No que diz respeito às dimensões desequilibradas da flexibilidade, não existiu uma correlação entre o stress e a flexibilidade rígida ( $r = .076$ ;  $n = 234$ ;  $p = .245$ ), assim como entre o stress e a flexibilidade caótica ( $r = .099$ ;  $n = 234$ ;  $p = .133$ ). Verificou-se, ainda, uma correlação negativa estatisticamente significativa fraca entre stress e a comunicação ( $r = -.220$ ;  $n = 234$ ;  $p = .001$ ).

**Tabela 2.**

Variáveis	1	2	3	4	5	6	7	8
1. Stress total	-							
2. Funcionamento familiar total	n.s.	-						
3. Coesão equilibrada	n.s.	.209**	-					
4. Coesão desagregada	.141*	.147*	-.648**	-				
5. Coesão aglutinada	.249**	.614**	-.129*	.188**	-			
6. Flexibilidade equilibrada	-.197**	.269**	.675**	-.580**	-.146*	-		
7. Flexibilidade rígida	n.s.	.437**	n.s.	-.144*	.238**	n.s.	-	
8. Flexibilidade caótica	n.s.	.409**	-.199**	.369**	n.s.	-.190**	-.222**	-

*Correlações entre Stress Percebido e Funcionamento Familiar*

\*\* correlação significativa no nível .01

\* correlação significativa no nível .05

Para responder à hipótese 2, relativa à relação entre a avaliação feita à relação (qualidade relacional e satisfação sexual) e as dimensões do funcionamento familiar,

realizou-se uma correlação P-Pearson. Os resultados mostram que a qualidade relacional percebida apresentou uma correlação positiva, estatisticamente significativa fraca com a dimensão coesão equilibrada ( $r = .250; n = 234; p = .000$ ), flexibilidade equilibrada ( $r = .160; n = 234; p = .014$ ) e com a comunicação ( $r = .193; n = 234; p = .003$ ), e uma correlação negativa estatisticamente significativa fraca com a coesão aglutinada ( $r = -.142; n = 234; p = .030$ ). A qualidade relacional não apresentou uma correlação com as dimensões: flexibilidade caótica ( $r = .013; n = 234; p = .843$ ), flexibilidade rígida ( $r = .008; n = 234; p = .907$ ), e coesão desagregada ( $r = -.078; n = 234; p = .233$ ). Verificou-se uma correlação positiva estatisticamente significativa fraca entre a satisfação sexual e a comunicação ( $r = .129; n = 234; p = .049$ ). No entanto não se verificaram correlações entre satisfação sexual e as restantes dimensões: coesão equilibrada ( $r = .099; n = 234; p = .133$ ); flexibilidade equilibrada ( $r = .046; n = 234; p = .481$ ); coesão aglutinada ( $r = -.098; n = 234; p = .134$ ); coesão desagregada ( $r = .005; n = 234; p = .940$ ); flexibilidade rígida ( $r = -.083; n = 234; p = .205$ ) e flexibilidade caótica ( $r = .105; n = 234; p = .109$ ).

**Tabela 3.**

*Correlações entre as dimensões do funcionamento familiar e a satisfação sexual e qualidade relacional percebida*

Variáveis	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1.Funcionamento familiar total	-								
2.Coesão equilibrada	.209*	-							
3.Coesão desagregada	.147*	-.648**	-						
4.Coesão aglutinada	.614**	-.129*	.188**	-					
5.Flexibilidade equilibrada	.269**	.675**	-.580**	-.146*	-				
6.Flexibilidade rígida	.437**	n.s.	-.144*	.238**	n.s.	-			
7.Flexibilidade caótica	.409**	-.199**	.369**	n.s.	-.190**	-.222**	-		
8.Satisfação sexual	n.s.	n.s.	n.s.	n.s.	n.s.	n.s.	n.s.	-	
9.Qualidade relacional	n.s.	.250**	-.078	-.142*	.160*	n.s.	n.s.	.625**	-

\*\*significativo ao nível de .01

\*significativo ao nível de .05

Para responder à hipótese 3, referente à relação entre stress sentido e qualidade relacional e entre stress e satisfação sexual, procedeu-se a uma correlação P-Pearson. Com base nos resultados, verificou-se que não existe uma correlação entre stress e satisfação sexual ( $r = -.064$ ;  $n = 234$ ;  $p = .328$ ), nem entre stress e qualidade relacional percebida ( $r = -.053$ ;  $n = 234$ ;  $p = .418$ ).

Para analisar a hipótese 4, relativa à relação entre infidelidade e stress e entre infidelidade e satisfação sexual/ qualidade relacional procedeu-se a uma correlação P-Pearson. A partir dos resultados, verificou-se uma correlação positiva estatisticamente significativa fraca entre stress e comportamentos de infidelidade ( $r = .226$ ;  $n = 234$ ;  $p = .001$ ). A correlação entre qualidade relacional percebida e infidelidade foi negativa

estatisticamente significativa fraca ( $r = -.183$ ;  $n = 234$ ;  $p = .005$ ). A relação entre satisfação sexual e comportamentos de infidelidade, embora com tendências negativas, não foi estatisticamente significativa ( $r = -.071$ ;  $n = 234$ ;  $p = .280$ ).

**Tabela 4.**

Variáveis	1	2	3	4
1.Infidelidade	-			
2.Stresse	.226**	-		
3.Qualidade relacional	-.183**	n.s.	-	
4.Satisfação sexual	n.s.	n.s.	.625**	-

*Correlações entre infidelidade e stresse, qualidade relacional e satisfação sexual*

\*\*significativa ao nível de .01

\*significativa ao nível de .05

De forma a analisar a hipótese 5, referente à relação entre infidelidade e as variáveis sociodemográficas (filhos, situação e tempo de relação), utilizou-se uma correlação P-Pearson. A partir dos resultados, verificou-se uma correlação negativa estatisticamente significativa fraca entre o tempo de relação e os comportamentos de infidelidade *online* ( $r = -.166$ ;  $n = 234$ ;  $p = .011$ ), assim como entre a situação de relação e os comportamentos de infidelidade ( $r = -.235$ ;  $n = 234$ ;  $p = .006$ ). Verificou-se ainda uma relação positiva estatisticamente significativa fraca entre não ter filhos e os comportamentos de infidelidade ( $r = .179$ ;  $n = 234$ ;  $p = .000$ ).

**Tabela 5.**

Variáveis	1	2	3	4
1. Infidelidade <i>Online</i>	-			
2. Não filhos	.179*	-		
3. Coabitar	-.685**	-.235**	-	
4. Tempo de relação	-.166*	-.638**	.721**	-

*Correlações entre as variáveis sociodemográficas e a infidelidade online*

\*\*significativa ao nível de .01

\*significativa ao nível de .05

Para responder à hipótese 6, relativa aos preditores da infidelidade online, foi utilizada uma regressão múltipla hierárquica. Numa primeira análise de regressão hierárquica foram introduzidas as variáveis: tempo de relação, existência de filhos e situação de relação, e numa segunda análise, adicionadas as variáveis: qualidade relacional, stress e funcionamento familiar. Pretendeu-se avaliar a capacidade de três medidas de controlo (stress, qualidade relacional e funcionamento familiar) predizerem os níveis de infidelidade, após controlar a influência do tempo de relação, existência de filhos e situação de relação (coabitar/ não coabitar). Foram feitas análises preliminares para assegurar a normalidade, linearidade, multicolinearidade e homocedasticidade. O tempo de relação, a existência de filhos e a situação da relação foram adicionadas à caixa 1, explicando 5.6% da variância da infidelidade. Após adicionar o stress, qualidade relacional e funcionamento familiar à caixa 2, a variância total explicada pelo modelo como um todo é de 13.4%,  $F(6, 225) = 5.82$ ,  $p = .000$ . As três medidas de controlo explicam um adicional de 7.8% da variância da infidelidade, após controlar o tempo de relação, os filhos e a situação de relação, mudança de R quadrado = .078,  $F \text{ mudança}(3, 225) = 6.78$ ;  $p = .000$ . No modelo final, duas das medidas de controlo mostraram ser estatísti-

camente significativas, nomeadamente o stresse ( $\beta = .148$ ;  $p = .031$ ) e a qualidade relacional ( $\beta = -.215$ ;  $p = .001$ ). Das restantes variáveis, apenas a situação de relação mostrou ser significativa ( $\beta = -.222$ ;  $p = .019$ ).

**Tabela 6.**

*Regressão Hierárquica: Preditores dos comportamentos de infidelidade*

Variável	B	95% IC	B	T	p
Ter filhos	.075	[-.182, .332]	.051	.576	.565
Situação de relação	-.191	[-.351, -.032]	-.234	-2.362	.019
Tempo de relação	.000	[-.001, .002]	.050	.516	.606
Stresse	.109	[.010, .208]	.148	2.171	.031
Qualidade relacional	-.137	[-.217, -.056]	-.215	-3.353	.001
Funcionamento familiar	.186	[-.088, .459]	.084	1.339	.182

R-quadrado= .134 (N= 234;  $p = .000$ ). IC= intervalo de confiança para B  
Mudança R-quadrado = .078

## 5. Discussão

Inerentemente à pandemia, surgiram um conjunto de alterações que impactaram a forma como as pessoas se sentem e se relacionam (Rehaman et al., 2020; Yildirim & Solmaz, 2020; Taylor et al., 2020). A presente investigação teve como objetivo compreender a relação entre o stresse gerado na 3<sup>a</sup> vaga da pandemia, o funcionamento familiar e o funcionamento conjugal (qualidade da relação, satisfação conjugal e infidelidade). Mais especificamente pretendeu-se compreender de que forma é que o stresse experienciado pela COVID-19 se relaciona com a existência de comportamentos de infidelidade *online*, considerando a influência de outras variáveis. A maioria das hipóteses de investigação foram confirmadas.

Relativamente aos comportamentos de infidelidade *online*, apenas 9.4% da amostra incorreu neste tipo de comportamento desde o início da pandemia. No entanto, uma percentagem significativa (25%) mostrou ter o desejo de ter comportamentos extradiádicos *online* se tivesse oportunidade, durante o mesmo período. Estes resultados vão ao encontro daqueles encontrados por Gordon e Mitchell (2020), em que 13% da amostra (indivíduos numa relação) admitiram ter procurado alternativas à relação primária durante a pandemia. Durante a fase pandémica, estes valores relativamente baixos podem ser um reflexo do confinamento e das horas passadas com o parceiro primário que dificultam possivelmente o contacto com uma terceira pessoa, mesmo que seja *online*. Ainda, em outros estudos, levados a cabo em fases não pandémicas, relativos à infidelidade presencial (e.g., Atkins, Baucom & Jacobson, 2001; Treas & Giesen, 2000), os valores estiveram próximos daqueles verificados no presente estudo, estando entre os 11.2% e 13.3%. Há que ter em conta que a infidelidade é percecionada como algo imoral, sendo que grande parte das vezes os valores de infidelidade encontrados nos vários estudos são enviesados por pressões de desejabilidade social. Neste sentido, os valores baixos encontrados, tanto no presente estudo, como em outros mencionados, podem não corresponder à realidade. No presente estudo, para além da desejabilidade social, podem ter existido outros fatores, tais como o tempo de relação, o *coping* diádico e a coabitação, que se refletiram numa baixa percentagem de comportamentos de infidelidade, apesar dos níveis de stresse percecionados.

No que diz respeito aos níveis de stresse percecionados, a maioria da amostra apresentou níveis de stresse acima do normal (58.2%), o que era expectável dada a fase de pandemia vigente aquando da divulgação dos questionários. Estes resultados vão ao encontro daqueles encontrados por Paulino et al. (2020), nos quais 49.2% da amostra apresentaram um impacto na saúde mental de moderado a severo relativamente à

COVID-19. Os níveis de stresse podem ter sofrido, ainda, a influência das características sociodemográficas da amostra. Há que destacar que a maioria da amostra (62%) tem idades compreendidas entre os 18 e os 30 anos, o que, segundo vários autores (Shevlin et al., 2020; Silva Moreira et al., 2021; Huang & Zhao, 2021), é um fator de vulnerabilidade para desenvolver sintomatologia mental face à COVID-19. Para além disso, grande parte da amostra é do género feminino (79.5%), género apontado na literatura como mais suscetível a apresentar stresse e outros sintomas psicológicos em resposta à COVID-19 (Silva Moreira et al., 2021).

A primeira hipótese dessa investigação foi parcialmente confirmada. A relação entre o stresse percebido desde o início da 3ª vaga e o funcionamento familiar total percebido desde o início da pandemia foi, tal como esperada, tendencialmente negativa, embora não significativa. Os níveis equilibrados do funcionamento familiar estiveram negativamente relacionados com o stresse. Esta relação mostrou ser significativa para as dimensões flexibilidade equilibrada e comunicação, destacando o papel crucial da flexibilidade e da comunicação familiar na forma como os indivíduos percecionaram o stresse (Olson, 1986; Behar-Zusman et al., 2020; Harvalejo et al., 2020). Em tempos de pandemia, uma flexibilidade equilibrada pode ter permitido uma estrutura e compromisso protetores face às alterações resultantes da COVID-19 e, simultaneamente, uma capacidade de adaptação que permitiu novas formas de lidar com o stresse, e de recuperar face à disrupção causada pela pandemia (Lavee & Olson, 1991; Behar-Zusman et al., 2020). A comunicação familiar pode, também, ter sido protetora face ao stresse, em parte porque permite um diálogo acerca das preocupações relativas à COVID-19, assim como a discussão de formas diferenciadas de *coping* para lidar com a situação pandémica (Olson, 1986; Behar-Zusman et al., 2020). Verificou-se ainda, e tal como esperado, uma relação positiva entre o stresse e as dimensões desequilibradas

do funcionamento familiar, sendo esta relação significativa para as dimensões coesão desagregada e coesão aglutinada. Estes resultados reforçam que níveis extremos de coesão familiar (demasiado altos ou demasiado baixos) deixam os indivíduos mais vulneráveis ao stresse, visto que carecem de um equilíbrio relativo à coesão, essencial para uma boa adaptação a situações de disrupção (Lavee & Olson, 1991). A obrigatoriedade de confinamento num mesmo espaço pode contribuir para a dificuldade na individuação e no estabelecer de limites, já difíceis para as famílias aglutinadas, e ainda destacar vínculos deficitários, presentes nas famílias desagregadas. Estas características disfuncionais relacionam-se possivelmente com maiores níveis de stresse, menor adaptação às alterações da COVID-19, e falta de estratégias de *coping* para lidar com as crises resultantes da pandemia (Behar-Zusman, 2020; Hervalejo et al., 2020).

A segunda hipótese foi confirmada, tendo-se verificado uma relação negativa entre qualidade relacional percebida e funcionamento familiar, assim como, entre satisfação sexual e funcionamento familiar. A comunicação familiar esteve significativamente relacionada com a satisfação sexual e qualidade relacional, reforçando a importância da escuta ativa, do respeito, e do diálogo na avaliação feita à qualidade da relação amorosa, durante um período de crise, como o da COVID-19. A comunicação representa, ainda, o primeiro passo no processo de *coping* diádico, essencial para o funcionamento dos casais face a situações disruptivas (Donato et al., 2021), pelo que uma boa comunicação durante a COVID-19 pode ter assegurado o bom funcionamento do casal, e uma consequente percepção positiva da relação. Indivíduos que perceberam níveis equilibrados de coesão e flexibilidade familiares, avaliaram de forma mais positiva as suas relações. A coesão, face à crise, permite que o casal se apoie mutuamente, e partilhe preocupações (Lavee & Olson, 1991), assim como a

flexibilidade permite que exista uma estrutura protetora face à pandemia, e uma simultânea adaptação face às alterações da mesma (Hensen & Johnson, 1979). Um funcionamento familiar equilibrado durante a pandemia, pode ter estado, ainda, relacionado com um maior suporte e estabilidade familiar, que permitiu a estabilidade emocional individual e a consequente mobilização de recursos emocionais para a relação amorosa (Lindahl & Malik, 2011; Pedro et al., 2015).

A terceira hipótese não foi confirmada, sendo que não se verificaram relações significativas entre stresse e satisfação sexual, nem entre stresse e qualidade relacional. Estes resultados poderão ficar a dever-se a um contexto semelhante ao proposto por Williamson (2020), em que o impacto do stresse na qualidade relacional percebida poderá ser relativo devido a uma maior compreensão e menor culpabilização do parceiro durante o período de pandemia. O *coping* diádico pode, também, ter sido determinante destes resultados, confirmando aqueles encontrados por Randall et al. (2021), nos quais o *coping* diádico apresentou a capacidade de “abafar” a relação negativa entre stresse pós COVID-19 e a qualidade relacional. No mesmo sentido, Donato et al. (2021) concluiu que as competências de *coping* diádico estiveram relacionadas com a capacidade para lidar com o stresse e preocupações relativas à pandemia. Desta forma, a relação não significativa encontrada pode ficar a dever-se a fatores que protegeram os casais dos efeitos disruptivos do stresse na qualidade da relação, tais como a tolerância, compreensão e *coping* diádico (Williamson, 2020; Donato et al., 2021; Randall et al., 2021).

A infidelidade foi um dos principais focos de estudo, e provou ser uma variável multideterminada, sendo afetada e estando dependente de múltiplas outras variáveis, que ajudam a explicar o fenómeno. Esta complexidade refletiu-se nos resultados da investigação, sendo que apenas 13.4 % da variância da infidelidade *online* foi explicada

pelas variáveis em estudo. A restante percentagem dos comportamentos de infidelidade *online* pode ser explicada à luz de outras variáveis que não foram incluídas no modelo, mas que se relacionam com estes comportamentos, tais como a falta de investimento e compromisso com a relação (Shaw et al., 2013; Martins et al., 2016), atitudes permissivas relativas à infidelidade (Treas & Giesen, 2016), historial prévio de infidelidade (Adamopoulou, 2013; Shaw et al., 2013), ideais políticos e religiosos mais liberais (Treas & Giesen, 2016), e ainda um tipo de vinculação insegura (Fathi et al., 2011; McDaniel et al., 2017).

A quarta hipótese foi parcialmente confirmada, sendo que a infidelidade apresentou relações significativas, no sentido esperado, com o stresse e qualidade relacional, mas não com a satisfação sexual. Níveis superiores de stresse, assim como inferiores de qualidade relacional, correlacionaram-se com comportamentos de infidelidade. Estas relações podem ser um reflexo da disrupção das rotinas diárias do casal, e introdução de novas dinâmicas na relação, pautadas pela incerteza, falta de controlo e imprevisibilidade (Stanley & Markman, 2020). Estas alterações tiveram o potencial de gerar stresse, individual e diádico e, conseqüentemente, colocar em risco a satisfação com a relação, aumentar o conflito diádico e diminuir a capacidade de procura de soluções positivas face à pandemia (Treas & Giesen, 2016). Deste modo, a infidelidade pode constituir-se enquanto uma resposta à insatisfação com a relação resultante dos níveis de stresse pandémicos, e refletir a falta de estratégias de *coping* mais adaptativas para lidar com o stresse (Gordon & Michell, 2020; Stanley & Markman, 2020). Relativamente à falta de significância estatística entre satisfação sexual e infidelidade, e tendo em conta que a satisfação sexual é uma componente da qualidade relacional (Morokqff & Gilliland, 1993; Bodenmann et al., 2007), a infidelidade foi possivelmente explicada pelas restantes componentes da qualidade

relacional. Há, ainda, que ter em conta que a satisfação sexual não apresentou uma correlação significativa com o stresse, sendo que esta dimensão relacional pode não ter sido significativamente afetada durante a pandemia e, conseqüentemente, não se relacionar com comportamentos de infidelidade.

Relativamente às variáveis sociodemográficas testadas, confirmou-se a quinta hipótese, sendo que a existência de filhos, a coabitação e o tempo de relação, estiveram negativamente e significativamente associadas a comportamentos de infidelidade *online*, reforçando o papel do compromisso enquanto fator protetor contra os comportamentos de infidelidade (McAnulty & Brineman, 2007; Mattingly et al., 2011; Rodrigues et al., 2016). A existência de filhos tem subjacente um sentimento de investimento, compromisso e parceria, que é protetor das relações do casal (Adamopoulou et al., 2013). Estes sentimentos, protetores dos comportamentos de infidelidade, podem ainda ser reforçados numa altura de crise, tal como a de COVID-19, em resposta às responsabilidades e funções parentais acrescidas (Behar-Zusman et al., 2020). O tempo de relação esteve, também, negativamente relacionado com os comportamentos de infidelidade *online*, sendo necessário destacar novamente o nível de compromisso e intimidade que advém de um maior tempo de relação, assim como a relação negativa entre compromisso e infidelidade *online* (Blow & Harnett, 2005; Mattingly et al., 2011; Rodrigues et al., 2016). Um menor tempo de relação, associa-se a um menor sentimento de compromisso, assim como de exclusividade sexual e emocional (McAnulty & Brineman, 2007). Estas características relacionam-se com uma menor preocupação com os sentimentos do parceiro e, conseqüentemente, com a maior inclinação para procurar alternativas à relação primária (Shaw et al., 2013; Martins et al., 2016). A coabitação foi também um fator protetor do casal, estando negativamente relacionada com os comportamentos de infidelidade *online*. Para além do compromisso

já mencionado, que advém da vivência conjunta do casal, o confinamento pode ter tido um contributo para estes resultados, visto que se avaliou a infidelidade *online*, e que um quarto da amostra não traiu porque não teve oportunidade. Desta forma, a relação negativa entre coabitação e comportamentos de infidelidade *online* pode ser explicada pelo nível de compromisso (McAlister et al., 2005), mas também pela escassez de oportunidades de incorrer em comportamentos de infidelidade *online*, dado que o confinamento ou o teletrabalho exigiu aos casais que convivessem 24 sobre 24 horas (Luetke et al., 2020; Stanley & Markman, 2020).

Talvez por esse mesmo motivo, de entre as variáveis sociodemográficas relacionadas com a infidelidade, apenas a coabitação mostrou ser significativa na predição dos comportamentos de infidelidade *online*. Apesar da associação entre o tempo de relação, assim como existência de filhos e os comportamentos de infidelidade, estas variáveis sociodemográficas não mostraram ser significativas na predição dos comportamentos de infidelidade *online*. Posto isto, a sexta hipótese foi parcialmente confirmada, sendo que, para além da situação de relação (coabitar/ não coabitar), a qualidade relacional e o stresse mostraram ser preditores significativos dos comportamentos de infidelidade *online*. Estes resultados vão ao encontro da literatura, sendo que níveis superiores de stresse, associam-se a maiores níveis de conflito diádico, e incompatibilidade sexual, que por sua vez predizem comportamentos de infidelidade (Treas & Giesen, 2016; Martins et al., 2016). Uma menor qualidade relacional percebida, está também associada a uma maior probabilidade de procurar alternativas à relação primária, sendo um preditor da infidelidade (Barta & Kiene, 2005). O funcionamento familiar não mostrou ser uma variável significativa na predição dos comportamentos de infidelidade. O facto da amostra se encontrar maioritariamente na faixa etária dos 18 aos 30 anos, e namorar sem coabitação, pode ajudar a explicar estes

resultados. Embora o funcionamento da família tenha um impacto no funcionamento do casal, é de esperar que esta influência seja superior em pessoas casadas ou que coabitem, dado que o tempo de convivência, assim como as responsabilidades partilhadas são maiores (Lindahl & Malik, 2011; Pedro et al., 2015).

## **6. Limitações**

Embora a internet seja, cada vez mais, utilizada enquanto palco da vida real e meio para criar relações com a garantia de anonimato, acessibilidade e secretismo, existe uma escassez dos estudos relativos à prevalência da infidelidade *online*. O presente estudo é inovador, na medida em que explora os comportamentos de infidelidade *online*, colmatando algumas lacunas, que ainda existem na literatura, relativas a estes comportamentos. Para além disso, o período em que o estudo foi levado a cabo, permite uma maior compreensão, não só da infidelidade *online*, mas também do funcionamento das relações amorosas e familiares durante a pandemia COVID-19.

No entanto, algumas limitações devem ser contempladas para uma melhor contextualização dos resultados. Embora a percentagem da amostra que teria incorrido em comportamentos de infidelidade *online* caso houvesse oportunidade tenha sido significativa, a percentagem de participantes que realmente teve estes comportamentos foi baixa. Dado que um dos principais objetivos era compreender os preditores de infidelidade *online* durante a pandemia, o estudo ficou limitado nesse sentido. Há que ter em consideração que o tipo de questões relativas à infidelidade *online* suscita algumas pressões de desejabilidade social, dado que estes comportamentos são, ainda, percecionados como algo não ético e imoral. Posto isto, o valor real de pessoas que tiveram este tipo de comportamento pode ser superior ao indicado (Whisman & Snyder,

2007; Munsch et al., 2012). Esta limitação poderia ser colmatada através da utilização de uma escala de desejabilidade social, por exemplo.

Relativamente às limitações da amostra, destaca-se o desequilíbrio entre género feminino e masculino, sendo que a grande maioria dos respondentes se identificou com o género feminino (79.5%). Embora seja frequente o género feminino aderir mais à participação em estudos sociais comparativamente ao género masculino, o presente estudo beneficiaria de uma amostra mais homogénea, visto que uma das variáveis mais discutidas na literatura como preditora da infidelidade é o género. Para além disso, a média de idades da amostra foi relativamente baixa, sendo que uma parte significativa da mesma é estudante, não vive com o parceiro amoroso e não tem filhos. Estas características tiveram inevitavelmente influência na forma como os participantes avaliam o funcionamento familiar, assim como a qualidade das suas relações. Dado que a situação da relação (coabitar/ não coabitar) foi uma das variáveis predictoras dos comportamentos de infidelidade *online*, seria importante ter mais participantes a coabitar com os seus parceiros amorosos. Ainda relativamente às idades, o intervalo de idades foi muito grande, dificultando as inferências relativamente a esta variável.

O facto dos inquéritos terem sido divulgados no pico na 3ª vaga de pandemia, período em foco nesta investigação, pode, também, ter tido influência nos resultados. O facto dos participantes terem respondido durante um pico de pandemia, pode significar uma ativação e mobilização de todos os recursos para lidar com a ameaça da 3ª vaga e, uma conseqüente perceção superior dos níveis de stresse. Esta realidade pode explicar, não só os níveis de stresse, mas também a falta de relação encontrada entre o stresse e algumas variáveis, tais como satisfação sexual e qualidade relacional. A ativação e mobilização de recursos para enfrentar o stresse teve o potencial de impedir os sujeitos de percecionarem falhas e problemas em outros aspetos das suas vidas, tais como a relação.

Deste modo, seria pertinente um estudo posterior, num período em que os níveis de ameaça relativos à pandemia fossem menores, de forma a observar o impacto real da 3ª vaga nas relações.

## 7. Conclusões

A pandemia atual afetou, de facto, a forma como as pessoas se sentem e se relacionam. Esta investigação pretendeu contribuir para o desenvolvimento do conhecimento científico relativo ao stresse sentido e às relações familiares e conjugais durante a pandemia.

Embora o stresse sentido e a qualidade relacional, não tenham apresentado uma relação significativa, estas variáveis estiveram significativamente associadas aos comportamentos de infidelidade *online*. Para além destes, a situação de relação (coabitar/ não coabitar) provou ser significativa na explicação da prevalência dos comportamentos de infidelidade *online*, sugerindo que o compromisso é um fator protetor da relação contra a infidelidade. Para além do compromisso, a qualidade da relação, assim como o funcionamento familiar mostraram ser importantes na forma como o stresse pandémico afetou as relações.

O conhecimento destes dados pode ser útil não só para os casais, como também para terapeutas familiares e/ou de casal e outros profissionais de saúde, fornecendo algumas informações acerca dos impactos da pandemia nas relações. Há uma necessidade de trabalhar os vários aspetos da relação, de forma a fomentar o compromisso, a tolerância, a comunicação e o *coping* diádico positivo. Em tempos de incerteza, as relações amorosas e familiares constituem-se enquanto uma fonte essencial de suporte. Dado que o stresse é um fator de ameaça para o bom funcionamento das relações, é necessário intervir, substituindo estratégias de *coping* mal adaptativas

relacionadas com o conflito, culpabilização do parceiro, e evitamento, por estratégias mais saudáveis.

Futuramente, e dado que a satisfação sexual e qualidade relacional não foram significativamente afetadas pelos níveis de stresse sentidos, seria importante perceber que fatores (e.g., compromisso, *coping* diádico, tempo passado em conjunto) protegeram a qualidade da relação dos casais durante a COVID-19. Seria, ainda, benéfico levar a cabo um estudo que permitisse compreender melhor quais as motivações e características subjacentes (e.g., crenças e ideologias, historial de infidelidade, tipo de vinculação), não só à infidelidade, mas ao desejo de incorrer nestes comportamentos durante períodos de crise, tais como o de COVID-19, dado que as variáveis propostas apenas explicaram uma pequena parte da variância dos comportamentos de infidelidade *online*. Estes dados seriam essenciais, não só para a investigação, mas também para a prática clínica, na medida em que seria possível trabalhar aspetos chave da relação, protetores da mesma, e dos comportamentos de infidelidade, face a situações de crise.

## 8. Referências Bibliográficas

- Adamopoulou, E. (2013). New facts on infidelity. *Economics Letters*, 121(3), 458-462. <https://doi.org/10.1016/j.econlet.2013.09.025>.
- Allan, G. (2014). Being unfaithful: His and her affairs. In *The State of Affairs*. Routledge.
- Apóstolo, J., Mendes, A. & Azeredo, Z. (2006). Adaptação para a língua portuguesa da depression, anxiety and stress scale (DASS). *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 14 (6). <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0893-3200.15.4.735>.
- Atkins, D. C., Baucom, D. H., & Jacobson, N. S. (2001). Understanding infidelity: Correlates in a national random sample. *Journal of family psychology*, 15(4), 735.
- Arslan, G., Yildirim, M., Tahan, A., Bulus, M. & Allen, K. (2020). Coronavirus Stress, Optimism-Pessimism, Psychological Inflexibility, and Psychological Health: Psychometric Properties of the Coronavirus Stress Measure, *International Journal of Mental Health and Addiction*, 1-17. <https://doi.org/10.1007/s11469-020-00337-6>.
- Aviram, I., & Amichai-Hamburger, Y. (2005). Online infidelity: Aspects of dyadic satisfaction, self-disclosure, and narcissism. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 10(3),JCMC1037.<https://doi.org/10.1111/j.1083-6101.2005.tb00249.x>.
- Balzarini, R. N., Muise, A., Zoppolat, G., Di Bartolomeo, A., Rodrigues, D. L., Alonso-Ferres, M., ... & Slatcher, R. B. (2020). Love in the time of COVID: Perceived partner responsiveness buffers people from lower relationship quality associated with COVID-related stressors. <https://doi.org/10.31234/osf.io/e3fh4>.
- Barta, W. D., & Kiene, S. M. (2005). Motivations for infidelity in heterosexual dating couples: The roles of gender, personality differences, and sociosexual

- orientation. *Journal of Social and Personal Relationships*, 22(3), 339-360. <https://doi.org/10.1177%2F0265407505052440>.
- Barzilay, R., Moore, T. M., Greenberg, D. M., DiDomenico, G. E., Brown, L. A., White, L. K. & Gur, R. E. (2020). Resilience, COVID-19-related stress, anxiety and depression during the pandemic in a large population enriched for healthcare providers. *Translational Psychiatry*, 10(1), 1-8. <https://doi.org/10.1038/s41398-020-00982-4>.
- Behar-Zusman, V., Chavez, J. & Gattamorta, K. (2020). Developing a Measure of the Impact of COVID-19 Social Distancing on Household Conflict and Cohesion, *Family Process*, 59, 1045-1059. <https://doi.org/10.1111/famp.12579>.
- Blow, A. & Harnett, K. (2005). Infidelity in committed relationships I: A methodological review. *Journal of Marital and Family Therapy*, 31 (2), 183-216. <https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.2005.tb01555.x>.
- Bodenmann, G. (1997). Dyadic coping-a systematic-transactional view of stress and coping among couples: Theory and empirical findings. *European Review of Applied Psychology*, 47, 137-140.
- Bodenmann, G. (2005). Dyadic Coping and Its Significance for Marital Functioning. In T. A. Revenson, K. Kayser, & G. Bodenmann (Eds.), *Decade of behavior. Couples coping with stress: Emerging perspectives on dyadic coping* (p. 33–49). American Psychological Association.
- Bodenmann, G., Ledermann, T., & Bradbury, T. N. (2007). Stress, sex, and satisfaction in marriage. *Personal Relationships*, 14(4), 551-569. [10.1111/j.1475-6811.2007.00171.x](https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2007.00171.x)

- Bodenmann, G., Randall, A. K., & Falconier, M. K. (2016). Coping in couples: the systemic transactional model (STM). *Couples coping with stress: A cross-cultural perspective*, 5-22.
- Boekhout, B. A., Hendrick, S. S., & Hendrick, C. (2003). Exploring infidelity: Developing the relationship issues scale. *Journal of Loss & Trauma*, 8(4), 283-306. <https://doi.org/10.1080/15325020305882>.
- Buunk, B. P., & Dijkstra, P. (2014). Men, women, and infidelity: Sex differences in extradyadic sex and jealousy. In *The State of Affairs* (pp. 103-120). Routledge.
- Campbell, D. T., & Stanley, J. C. (2015). *Experimental and quasi-experimental designs for research*. Ravenio Books.
- Carr, A. (2012). *Family therapy: Concepts, process and practice*. John Wiley & Sons.
- Crespo, C., Davide, I. N., Costa, M. E., & Fletcher, G. J. (2008). Family rituals in married couples: Links with attachment, relationship quality, and closeness. *Personal Relationships*, 15(2), 191-203. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2008.00193.x>.
- Donato, S., Parise, M., Pagani, A. F., Lanz, M., Regalia, C., Rosnati, R., & Iafrate, R. (2021). Together against COVID-19 concerns: the role of the dyadic coping process for partners' psychological well-being during the pandemic. *Frontiers in Psychology*, 11, 3681. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.578395>.
- Falconier, M. K., Jackson, J. B., Hilpert, P., & Bodenmann, G. (2015). Dyadic coping and relationship satisfaction: A meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 42, 28-46. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2015.07.002>.
- Farooqi, S. R. (2014). The construct of relationship quality. *Journal of Relationships Research*, 5. <https://doi.org/10.1017/jrr.2014.2>.

- Fathi, E., Gorji, Z., & Esmaily, M. (2011). The Relationship between parenting styles and Attachment Styles in men and women with infidelity. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 15, 3743-3747. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2011.04.366>.
- Fernandes, C. S., Magalhães, B., Silva, S., & Edra, B. (2020). Percepção da funcionalidade familiar durante o confinamento social devido ao Coronavírus 2019. *J. nurs. Health*.
- Fincham, F. D., & May, R. W. (2017). Infidelity in romantic relationships. *Current opinion in psychology*, 13, 70-74. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2016.03.008>.
- Forste, R., & Tanfer, K. (1996). Sexual exclusivity among dating, cohabiting, and married women. *Journal of Marriage and the Family*, 33-47. <https://doi.org/10.2307/353375>.
- Fraenkel, P. & Cho, W. (2020). Reaching up, Down, In and Around: Couple and Family Coping During the Coronavirus Pandemic, *Family Process*, 59(3), 847-864. <https://doi.org/10.1111/famp.12570>.
- Gomes, H. M. S., Peixoto, F., & Gouveia-Pereira, M. (2019). Portuguese validation of the family adaptability and cohesion evaluation scale–FACES IV. *Journal of Family Studies*, 25(4), 477-494. <https://doi.org/10.1080/13229400.2017.1386121>.
- Gordon, K. & Mitchell, E. (2020). Infidelity in the time of COVID-19. *Family Process*, 59(3), 956-966. <https://doi.org/10.1111/famp.12576>.
- Gouveia-Pereira, M., Gomes, H., Miranda, M. & Candeias, M. (2020). Coesão e flexibilidade familiar: Validação do pacote FACES IV junto de adolescentes portugueses. *Análise Psicológica*, 38(1), 111-126.
- Günther-Bel, C., Vilaregut, A., Carratala, E., Torras-Garat, S., & Pérez-Testor, C. (2020). Couple and Family Relations Early in the State-regulated Lockdown during the COVID-

- 19 Pandemic in Spain: An Exploratory Mixed-methods Study. *Family Process*, 59(3), 1060-1079. <https://doi.org/10.1111/famp.12585>.
- Hansen, G. L. (1987). Extradynamic relations during courtship. *Journal of Sex Research*, 23, 382-390. <https://doi.org/10.1080/00224498709551376>.
- Havnen, A., Anyan, F., Hjemdal, O., Solem, S., Riksfjord, M. & Hagen, K. (2020). Resilience moderates negative outcome from stress during the COVID-19 Pandemic: A moderated-mediation approach. *International Journal of Public Health*, 17. <https://doi.org/10.3390/ijerph17186461>.
- Hervalejo, D., Carcedo, R. J., & Fernández-Rouco, N. (2020). Family and mental health during the confinement due to the COVID-19 pandemic in Spain: the perspective of the counselors participating in psychological helpline services. *Journal of Comparative Family Studies*, 51(3-4), 399-416. <https://doi.org/10.3138/jcfs.51.3-4.014>.
- Huang, Y.; Zhao, N. Mental health burden for the public affected by the COVID-19 outbreak in China: Who will be the high-risk group? *Psychol. Heal. Med.* 2021, 26, 23–34. <https://doi.org/10.1080/13548506.2020.1754438>.
- Jean-Baptiste, C. O., Herring, R. P., Beeson, W. L., Dos Santos, H., & Banta, J. E. (2020). Stressful life events and social capital during the early phase of COVID-19 in the US. *Social Sciences & Humanities Open*, 2(1), 100057. <https://doi.org/10.1016/j.ssaho.2020.100057>.
- Kerig, P. K. (1995). Triangles in the family circle: Effects of family structure on marriage, parenting, and child adjustment. *Journal of Family Psychology*, 9(1), 28–43. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0893-3200.9.1.28>.

- Kurdek, L. A. (1989). Relationship quality for newly married husbands and wives: Marital history, stepchildren, and individual-difference predictors. *Journal of Marriage and the Family*, 1053-1064. <https://doi.org/10.2307/353216>.
- Laubmeier, K. K., Zakowski, S. G., & Bair, J. P. (2004). The role of spirituality in the psychological adjustment to cancer: A test of the transactional model of stress and coping. *International journal of behavioral medicine*, 11(1), 48-55. [https://doi.org/10.1207/s15327558ijbm1101\\_6](https://doi.org/10.1207/s15327558ijbm1101_6).
- Lawrance, K., & Byers, E. S. (1995). Sexual satisfaction in long-term heterosexual relationships: The Interpersonal Exchange Model of Sexual Satisfaction. *Personal Relationships*, 2, 267-285. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.1995.tb00092.x>.
- Lavee, Y. & Olson, D. (1991). Family Types and Responses to Stress. *Journal of Marriage and Family*. 53(3), 789-798. <https://doi.org/10.2307/352751>.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). Stress, appraisal, and coping. *Springer publishing company*.
- Lindahl, K. M., & Malik, N. M. (2011). Marital conflict typology and children's appraisals: The moderating role of family cohesion. *Journal of Family Psychology*, 25(2), 194–201. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/a0022888>.
- Liu, S., Lithopoulos, A., Zhang, C. Q., Garcia-Barrera, M. A. & Rhodes, R. E. (2021). Personality and perceived stress during COVID-19 pandemic: Testing the mediating role of perceived threat and efficacy. *Personality and individual differences*, 168, 110351. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110351>.
- Lovibond, P. F., & Lovibond, S. H. (1995). The structure of negative emotional states: Comparison of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS) with the Beck Depression

and Anxiety Inventories. *Behaviour research and therapy*, 33(3), 335-343.  
[https://doi.org/10.1016/0005-7967\(94\)00075-U](https://doi.org/10.1016/0005-7967(94)00075-U).

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 & Marital Therapy*, 46(8), 747-762. <https://doi.org/10.1080/0092623X.2020.1810185>.

Magalhães, P. C., Gouveia, R., Costa-Lopes, R., & Silva, P. A. E. (2020). O Impacto Social da Pandemia. Estudo ICS/ISCTE Covid-19.

Marques da Costa, E., & Marques da Costa, N. (2020). O processo pandémico da Covid-19 em Portugal Continental: análise geográfica dos primeiros 100 dias. *Finisterra*, 115(55). <http://dx.doi.org/10.18055/Finis20361>.

Martins, A., Pereira, M., Andrade, R., Dattilio, F., Narciso, I. & Canavarro, M. (2016). Infidelity in Dating Relationships: Gender-Specific Correlates of Face-to-Face and Online Extradynamic Involvement, *Archives of Sexual Behavior*, 45(1), 193-205.

Martins, A., Andrade, R., Narciso, I., Canavarro, M. C., Dattilio, F. M., & Pereira, M. (2016, May, 25-28). Extradynamic involvement in dating relationships: Prevalence and factor structure of the Extradynamic Behavior Inventory [Poster session]. 13th Congress of the European Federation of Sexology, Dubrovnik, Croatia.

Mata, J., Wenz, A., Rettig, T., Reifenscheid, M., Moehring, K., Krieger, U., ... & Naumann, E. (2020). Health behaviors and mental health before and during the COVID-19 pandemic: A longitudinal population-based survey. <https://doi.org/10.31234/osf.io/qbgh7>.

- Mattingly, B. A., Clark, E. M., Weidler, D. J., Bullock, M., Hackathorn, J., & Blankmeyer, K. (2011). Sociosexual orientation, commitment, and infidelity: A mediation analysis. *The Journal of social psychology, 151*(3), 222-226. <https://doi.org/10.1080/00224540903536162>.
- McAlister, A., Pachana, N., & Jackson, C. J. (2005). Predictors of young dating adults' inclination to engage in extradyadic sexual activities: A multi-perspective study. *British Journal of Psychology, 96*(3), 331-350. <https://doi.org/10.1348/000712605X47936>.
- McAnulty, R. D., & Brineman, J. M. (2007). Infidelity in dating relationships. *Annual review of sex research, 18*(1), 94-114.
- McDaniel, B. T., Drouin, M., & Cravens, J. D. (2017). Do you have anything to hide? Infidelity-related behaviors on social media sites and marital satisfaction. *Computers in human behavior, 66*, 88-95. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.09.031>.
- Mendes-Santos, C., Andersson, G., Weiderpass, E., & Santana, R. (2020). Mitigating COVID-19 impact on the portuguese population mental health: the opportunity that lies in digital mental health. *Frontiers in public health, 8*, 599. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2020.553345>.
- Mikulincer, M., & Florian, V. (1999). The association between spouse's self-reports of attachment styles and representations of family dynamics. *Family Process, 38*, 69-83. <https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.1999.00069.x>.
- Miller, T. & McCool, S. (2003). Coping with Stress in Outdoor Recreational Settings: Na Application of Transactional Stress Theory, *Leisure Sciences, 25*(2-3), 257-275. <https://doi.org/10.1080/01490400306562>.
- Minuchin, S. (1974). *Families and Family Therapy*. Harvard University Press.

- Mohiyeddini, C., Opacka-Juffry, J., & Gross, J. (2014). Emotional suppression explains the link between early life stress and plasma oxytocin. *Anxiety, Stress & Coping*, 27, 466-475. <http://dx.doi.org/10.1080/10615806.2014.887696>
- Morokqff, P., & Gilliland, R. (1993). Stress, sexual functioning, and marital satisfaction. *Journal of Sex Research*, 30(1), 43-53. <https://doi.org/10.1080/00224499309551677>.
- Munsch, C. L. (2012). The science of two-timing: the state of infidelity research. *Sociology Compass*, 6(1), 46-59. <https://doi.org/10.1111/j.1751-9020.2011.00434.x>.
- Olson, D. H. (1986). Circumplex model VII: Validation studies and FACES III. *Family process*, 25(3), 337-351. <https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.1986.00337.x>.
- Olson, D. (2000). Circumplex Modelo of Marital and Family Systems. *Journal of Family Therapy*, 22(2), 144-167. <https://doi.org/10.1111/1467-6427.00144>.
- Olson, D. (2011). FACES IV and the circumplex model: Validation study. *Journal of marital and family therapy*, 37(1), 64-80. <https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.2009.00175.x>.
- Olson, D. H., Sprenkle, D. H., & Russell, C. S. (1979). Circumplex model of marital and family systems: I. Cohesion and adaptability dimensions, family types, and clinical applications. *Family process*, 18(1), 3-28. <https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.1979.00003.x>.
- Ordem dos Psicólogos Portugueses (2021). Código Deontológico da Ordem dos Psicólogos Portugueses. Publicado na 2º série do diário da República. Regulamento N° 637/2021.
- Passos, Prazeres, Teixeira & Martins (2020). Impact on Mental Health Due to COVID-19 Pandemic: Cross-Sectional Study in Portugal and Brazil. *International Journal of*

Environmental Research and Public Health, 17,6794.

<https://doi.org/10.3390/ijerph17186794>.

Paulino, M., Dumas-Diniz, R., Brissos, S., Brites, R., Alho, L., Simões, M. R., & Silva, C. F. (2021). COVID-19 in Portugal: exploring the immediate psychological impact on the general population. *Psychology, Health & Medicine*, 26(1), 44-55. <https://doi.org/10.1080/13548506.2020.1808236>.

Pedro, M. F., Ribeiro, T., & Shelton, K. H. (2015). Romantic attachment and family functioning: The mediating role of marital satisfaction. *Journal of Child and Family Studies*, 24(11), 3482-3495. <https://doi.org/10.1007/s10826-015-0150-6>.

Perel, E. (2019). *(In)Fidelidade Repensar o amor e as relações* (1st ed.). Hachette UK. 1°

Pfefferbaum, B., & North, C. S. (2020). Mental health and the Covid-19 pandemic. *New England Journal of Medicine*, 383(6), 510-512. doi: 10.1056/NEJMp2008017.

Pietromonaco, P. R., & Overall, N. C. (2020). Applying relationship science to evaluate how the COVID-19 pandemic may impact couples' relationships. *American Psychologist*. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/amp0000714>.

Randall, A. K., & Bodenmann, G. (2017). Stress and its associations with relationship satisfaction. *Current opinion in psychology*, 13, 96-106. <https://doi.org/10.1016/j.copsy.2016.05.010>.

Randall, A. K., Leon, G., Basili, E., Martos, T., Boiger, M., Baldi, M., ... & Chiarolanza, C. (2021). 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*, 02654075211034236. <https://doi.org/10.1177%2F02654075211034236>.

- Rehman, U., Shahnawaz, M. G., Khan, N. H., Kharshiing, K. D., Khursheed, M., Gupta, K., ... & Uniyal, R. (2020). Depression, anxiety and stress among Indians in times of Covid-19 lockdown. *Community mental health journal*, 1-7. <https://doi.org/10.1007/s10597-020-00664-x>.
- Rodrigues, D., Lopes, D., & Pereira, M. (2017). Sociosexuality, commitment, sexual infidelity, and perceptions of infidelity: Data from the second love web site. *The Journal of Sex Research*, 54(2), 241-253. <https://doi.org/10.1080/00224499.2016.1145182>.
- Salari, N., Hosseinian-Far, A., Jalali, R., Vaisi-Raygani, A., Rasoulpoor, S., Mohammadi, M., Rasoulpoor, S. & Khaledi-Paveh, B. (2020). Prevalence of stress, anxiety, depression among the general population during the COVID-19 pandemic: a systematic review and meta-analysis. *Globalization and health*, 16(1), 1-11. <https://doi.org/10.1186/s12992-020-00589-w>.
- Sánchez-Fuentes, 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).
- Schade, L. C., & Sandberg, J. G. (2012). Healing the attachment injury of marital infidelity using emotionally focused couples therapy: A case illustration. *The American Journal of Family Therapy*, 40(5), 434-444. <https://doi.org/10.1080/01926187.2011.631374>.
- Shaw, A. M., Rhoades, G. K., Allen, E. S., Stanley, S .M., & Markman, H. J. (2013). Predictors of extradyadic sexual involvement in unmarried opposite-sex relationships. *Journal of Sex Research*, 50, 598-610. doi:10.1080/00224499.2012.666816.

- Shevlin, M., McBride, O., Murphy, J., Miller, J. G., Hartman, T. K., Levita, L., ... & Bentall, R. P. (2020). Anxiety, depression, traumatic stress and COVID-19-related anxiety in the UK general population during the COVID-19 pandemic. *BJPsych Open*, 6(6). <https://doi.org/10.1192/bjo.2020.109>.
- Silva, A., Saraiva, M., Albuquerque, P. B., & Arantes, J. (2017). Relationship quality influences attitudes toward and perceptions of infidelity. *Personal Relationships*, 24(4), 718-728. <https://doi.org/10.1111/per.12205>.
- Silva Moreira, P., Ferreira, S., Couto, B., Machado-Sousa, M., Fernández, M., Raposo-Lima, C., ... & Morgado, P. (2021). Protective elements of mental health status during the COVID-19 outbreak in the Portuguese population. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(4), 1910.
- Stanley, S. & Markman, H. (2020). Helping Couples in the Shadow of COVID-19. *Family Process*, 59(3), 937-955. <https://doi.org/10.1111/famp.12575>.
- Szkody, E., Stearns, M., Stanhope, L., & McKinney, C. (2020). Stress-Buffering Role of Social Support during COVID-19. *Family process*. <https://doi.org/10.1111/famp.12618>.
- Tavares, M. L., Soares-Fortunato, J. M., & Leite-Moreira, A. F. (2000). Stress Respostas fisiológicas e fisiopatológicas. *Revista portuguesa de Psicossomática*, 2(2), 51-65.
- Taylor, S., Landry, C., Paluszek, M., Fergus, T., McKay, D., & Asmundson, G. J. (2020). COVID stress syndrome: Concept, structure, and correlates. *Depression and Anxiety*, 37(8), 706-714. <https://doi.org/10.1002/da.23071>.
- Treas, J. & Giesen, D. (2000). Sexual Infidelity Among Married and Cohabiting Americans. *Journal of Marriage and Family*, 62, 48-60. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2000.00048.x>.

- Trougakos, J. P., Chawla, N., & McCarthy, J. M. (2020). Working in a pandemic: Exploring the impact of COVID-19 health anxiety on work, family, and health outcomes. *Journal of Applied Psychology*.  
<https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/apl0000739>.
- Valenzuela, S., Halpern, D., & Katz, J. E. (2014). Social network sites, marriage wellbeing and divorce: Survey and state-level evidence from the United States. *Computers in Human Behavior*, 36, 94e101. <http://dx.doi.org/10.1016/j.chb.2014.03.034>.
- Velten, J., & Margraf, J. (2017). Satisfaction guaranteed? How individual, partner, and relationship factors impact sexual satisfaction within partnerships. *PloS one*, 12(2), e0172855. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0172855>.
- Whisman, M. A., & Snyder, D. K. (2007). Sexual infidelity in a national survey of American women: differences in prevalence and correlates as a function of method of assessment. *Journal of family psychology*, 21(2), 147.  
<https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0893-3200.21.2.147>.
- Wiederman, M. W. (1997). Extramarital sex: Prevalence and correlates in a national survey. *Journal of Sex Research*, 34(2), 167-174.  
<https://doi.org/10.1080/00224499709551881>.
- Wiederman, M. W., & Hurd, C. (1999). Extradyadic involvement during dating. *Journal of Social and Personal Relationships*, 16(2), 265-274.  
<https://doi.org/10.1177%2F0265407599162008>.
- Williamson, H. C. (2020). Early Effects of the COVID-19 Pandemic on Relationship Satisfaction and Attributions. *Psychological Science*, 31(12), 1479-1487.  
<https://doi.org/10.1177%2F0956797620972688>.

- Yildirim, M. & Solmaz, F. (2020). COVID-19 burnout, COVID-19 stress and resilience: Initial psychometric proprieties of COVID-19 Burnout Scale. *Death Studies*. <https://doi.org/10.1080/07481187.2020.1818885>.
- Young, K. S., Griffin-Shelley, E., Cooper, A, O'Mara, J., Buchanan, J. (2000). Online infidelity: A new dimension in couple relationships with implications for evaluation and treatment. *Sexual Addiction & Compulsivity*, 7, 59-74. doi:10.1080/10720160008400207
- Zhang, Y. (2010). A mixed-methods analysis of extramarital sex in contemporary China. *Marriage & Family Review*, 46(3), 170–190. <https://doi.org/10.1080/01494929.2010.490100>.
- Zhou, P., Liu, Z., Chen, Y., Xiao, Y., Huang, X., & Fan, X. G. (2020). Bacterial and fungal infections in COVID-19 patients: a matter of concern. *Infection Control & Hospital Epidemiology*, 41(9), 1124-1125. <https://doi.org/10.1017/ice.2020.156>.

## Anexos

### Anexo 1. Protocolo aplicado (questionário sociodemográfico; FACES; ICED, ICQRP, GMSEX)

Idade: -----

Identidade de género: Masculino  Feminino  Outro

Profissão

Profissional de saúde:

Profissional de educação:

Profissional de comércio:

Profissional de justiça:

Estudante:

Outro:

Indique a sua situação profissional:

Empregado  Desempregado  Estudante

Reformado

No caso de estar a trabalhar, como exerce atualmente a sua profissão:

Totalmente em teletrabalho

Parcialmente em teletrabalho

Presencial

Indique o estatuto da sua relação:

Namoro sem coabitação

União de facto/Coabitação

Casado

Indique a duração da sua relação atual:

-----

Tem filhos? Sim  Não

Se sim, com que idades? -----

Encontra-se atualmente em confinamento (isto é, em recolhimento domiciliário saindo apenas para o cumprimento de necessidades essenciais/básicas como por exemplo farmácia, hospital, compras)?

Sim, por opção

Sim, por imposição das entidades de saúde

Não

NOTA: RESPONDA AO SEGUINTE CONJUNTO DE QUESTÕES PENSANDO NO ÚLTIMO ANO, ISTO É, DESDE MARÇO DE 2020 ATÉ AO DIA DE HOJE

Gostaria agora que pensasse na sua família (com quem vive). Já pensou? Escolha a opção para cada afirmação (colocando um x) que melhor corresponda ao que aconteceu na sua família, **durante o último ano (desde março de 2020)**.

	Discordo fortemente	Discordo	Não concordo nem discordo	Concordo	Concordo fortemente
Os membros da minha família apoiam-se uns aos outros durante tempos difíceis.					
Os membros da minha família consultam/conversam com os outros membros da família sobre decisões					
Os membros da minha família gostam de passar algum do seu tempo livre uns com os outros. .					
Apesar de os membros da minha família terem interesses individuais, ainda assim participam em atividades familiares.					
A minha família tenta novas formas de lidar com os problemas.					
Os pais partilham a liderança na nossa família.					
Na nossa família a disciplina/regras são justas.					
Quando surgem problemas, nós estabelecemos compromissos.					
Nós damos-nos melhor com pessoas de fora da nossa família do que com as de dentro.					
Os membros da minha família sabem pouco acerca dos amigos dos outros membros da família.					
Os membros da minha família “estão por sua conta” quando existe um problema para resolver.					
A minha família raramente faz coisas/atividades em conjunto.					
Nós passamos “demasiado” tempo juntos					

Os membros da minha família sentem-se pressionados a passarem juntos a maior parte do seu tempo livre.					
Os membros da minha família são demasiado dependentes uns dos outros.					
Os membros da família sentem-se culpados se quiserem passar o seu tempo longe da família.					
Na nossa família, há consequências rigorosas para quem quebra as regras.					
Existem consequências claras quando um membro da minha família faz alguma coisa errada					
Na nossa família há uma regra para quase todas as situações.					
É importante seguir as regras da nossa família.					
É difícil saber quem é o líder na nossa família.					
Não é claro quem é o responsável por coisas (tarefas, atividades) na nossa família.					
Não existe liderança na nossa família.					
A minha família tem dificuldade em saber quem faz as diferentes tarefas domésticas.					
Os membros da minha família estão satisfeitos com a forma como comunicam uns com os outros.					
Os membros da minha família são muito bons ouvintes.					
Os membros da minha família expressam afetos uns pelos outros.					
Os membros da minha família são capazes de pedir uns aos outros o que querem.					
Os membros da minha família podem calmamente discutir os problemas uns com os outros.					
Os membros da minha família discutem as suas ideias e crenças uns com os outros.					
Quando os membros da minha família fazem perguntas uns sobre os outros obtêm respostas honestas.					
Os membros da minha família tentam compreender os sentimentos uns dos outros.					

Quando zangados, os membros da minha família raramente referem aspetos negativos acerca uns dos outros.					
Os membros da minha família expressam os seus verdadeiros sentimentos uns aos outros.					

Pensando na sua relação atual, indique até que ponto teve cada um destes comportamentos ONLINE OU ATRAVÉS DO TELEFONE (p.ex.: email, salas de chat, SMS, fóruns, redes sociais [p.ex.: facebook] ou conversas telefónicas) com alguém do sexo oposto que não o(a) seu(sua) parceiro(a), **desde o início da pandemia (março de 2020)**.

- 1- Não tive este comportamento porque não quis
- 2- Não tive este comportamento porque não houve oportunidade
- 3- Tive este comportamento apenas uma vez
- 4- Tive este comportamento mais do que uma vez com a mesma pessoa
- 5- Tive este comportamento com diferentes pessoas

	1	2	3	4	5
Partilhou pormenores íntimos (muito pessoais) ou segredos sobre si ou sobre a sua vida, que normalmente não diria a alguém que é apenas um(a) amigo(a).					
Fez queixas (desabafou) sobre o(a) seu(sua) parceiro(a) ou relação.					
Flirting: Expressou interesse romântico ou sexual através de conversa, linguagem corporal ou contacto físico.					
Manteve alguém, com quem se relacionou principalmente por via online ou através do telefone, em segredo do(a) seu(sua) parceiro(a).					
Sentiu uma ligação emocional profunda com alguém com quem se relacionou, principalmente, por via online ou através do telefone.					
Visitou um site de encontros para comunicar com, ou procurar potenciais relações / parceiros sexuais.					
Passou imenso tempo online ou em comunicação por telefone com alguém que era ou poderia ser um interesse romântico.					
Sexo pelo telefone: Durante uma chamada telefónica descreveu a alguém atos sexuais que gostaria de realizar com essa pessoa.					
Sentiu-se apaixonado(a): Teve uma grande atração e afeto por alguém com quem se relacionou principalmente por via online ou através do telefone.					
Masturbou-se durante uma conversa online ou durante uma conversa telefónica.					

Partilhou fotos sexuais provocadoras [nu(a), seminu(a)] com alguém (fotos suas ou de outra pessoa).					
Cibersexo: Descreveu a outra pessoa atos sexuais que gostaria de realizar com essa pessoa (durante uma comunicação online, como por exemplo, sala de chat, fórum online, rede social (e.g., Facebook, Hi5, MSN), email ou webcam).					
Teve um parceiro de “reserva”: Alguém com quem tinha planos de se relacionar ou interagir sexualmente caso terminasse com o(a) seu(sua) parceiro(a).					

NOTA: RESPONDA AO SEGUINTE CONJUNTO DE QUESTÕES PENSANDO NO PERÍODO ENTRE JANEIRO DE 2021 ATÉ AO DIA DE HOJE (3ª VAGA DA PANDEMIA)

Por favor leia as seguintes afirmações, e assinale o número (0, 1, 2, 3) que indica quanto cada afirmação se aplica a si, **tendo em conta o período que vai desde o início da 3ª vaga de pandemia (janeiro de 2021) até o dia de hoje.**

A escala de classificação é a seguinte:

- 1- Não se aplicou a mim.
- 2- Aplicou-se pouco, ou durante parte do tempo.
- 3- Aplicou-se bastante a mim, ou durante uma boa parte do tempo
- 4- Aplicou-se muito a mim, ou a maior parte do tempo

Nos últimos dias, desde o início da 3ª vaga de pandemia:

	0	1	2	3
Tive dificuldade em me acalmar/descomprimir.				
Tive tendência para reagir exageradamente em certas situações.				
Senti-me muito nervoso.				
Senti que estava agitado.				
Senti dificuldade em relaxar.				
Fui intolerante quando qualquer coisa me impedia de realizar o que estava a fazer.				
Senti que andava muito irritável.				

Considerando a sua relação atual, e **tendo em conta o período que vai desde o início da 3ª vaga de pandemia (janeiro de 2021) até o dia de hoje**, por favor, responda às questões utilizando a escala gradual de 1 (mesmo nada) a 7 (extremamente).

Escala:

(mesmo nada) 1 2 3 4 5 6 7 (extremamente)

	Mesmo nada					Extremamente	
	1	2	3	4	5	6	7
Até que ponto está satisfeito/a com a sua relação?							
Até que ponto se empenha na sua relação?							
Até que ponto a sua relação é íntima?							
Até que ponto confia no/a seu/a companheiro/a?							
Até que ponto a sua relação é apaixonada?							
Até que ponto estima o/a seu/sua companheiro/a?							

### MGSS

Em geral, como descreveria a sua relação sexual com o/a seu/sua companheiro/a **desde o início da 3ª vaga de pandemia (janeiro, 2021)**? Para cada par de palavras abaixo, assinale o número que melhor descreve a vossa relação sexual, **desde o início da 3ª vaga de pandemia (janeiro de 2021)**. Por exemplo se a sua relação tem sido MUITO BOA assinale o número 7.

Responda a cada uma das cinco opções abaixo

Muito boa

7 6 5 4 3 2 1

Muito má

Muito agradável

7 6 5 4 3 2 1

Muito desagradável

Muito positiva

7 6 5 4 3 2 1

Muito negativa

Muito satisfatória

Muito insatisfatória

**7                  6                  5                  4                  3                  2                  1**

Muito importante

Muito irrelevante

**7                  6                  5                  4                  3                  2                  1**