



Campus Universitário de Almada
Instituto de Estudos Interculturais e Transdisciplinares de Almada

Carolina Fabiana Claudino Silva

Impacto do confinamento obrigatório devido à COVID-19 em casais portugueses

Mestrado em Psicologia Clínica e da Saúde

Orientador: Prof. Doutor Miguel Marques Gama Barbosa

Almada, 2021

DECLARAÇÃO DE AUTENTICIDADE

O presente relatório é realizado por Carolina Fabiana Claudino Silva, aluna do Ciclo de Estudos de Mestrado em Psicologia Clínica e da Saúde, no ano letivo 2020/2021.

O seu autor declara que:

- (i) Todo o conteúdo das páginas que se seguem é de autoria própria, decorrendo do estudo, investigação e trabalho dos seus autores.
- (ii) Este trabalho, as partes dele, não foi previamente submetido como elemento de avaliação nesta ou em outra instituição de ensino/ formação.
- (iii) Foi tomado conhecimento das definições relativas ao regime de avaliação sob o qual este trabalho será avaliado, pelo que se atesta que o mesmo cumpre as orientações que lhe foram impostas.
- (iv) Foi tomado conhecimento de que a versão digital deste trabalho poderá ser utilizada em atividades de deteção eletrónica de plágio, por processos de análise comparativa com outros trabalhos, no presente e/ou no futuro.

2 de Novembro de 2021

Assinatura

Carolina Fabiana Claudino Silva

Carolina Fabiana Claudino Silva

Agradecimentos

O caminho nem sempre é fácil e pelo meio encontramos algumas encruzilhadas, para as quais pensamos que já não temos forças para chegar ao destino, mas a verdade é que, a caminhada se torna mais simples quando estamos rodeados de compreensão e carinho.

Hoje, sinto que esta caminhada não se fez sem ajuda e apoio de todos os que partilham esta aventura comigo, cabe-me neste momento, reconhecer e agradecer a estas pessoas por confortarem o meu coração com as palavras certas.

Ao professor Miguel Barbosa, pela orientação, paciência, apoio e incentivo desde do primeiro momento deste desafio, o meu muito obrigada.

A todos os docentes do instituto que contribuíram para o meu percurso, quer pessoal, como profissional.

À minha mãe, irmã e avô que nunca me deixaram cair nos momentos em que pensava que tudo iria dar errado, sem vocês tudo isto nunca seria possível.

Ao Ricardo, por toda a paciência e amor ao longo desta jornada, por me incentivares a dar sempre o melhor de mim em tudo.

À minha colega de trabalho, Daniela, que com tão “pouco” me ajudou tanto, nunca terei palavras suficientes por todo o apoio dado, eternamente grato. Só espero que a vida lhe possa retribuir todo o bem que faz.

A todas as minhas colegas que se cruzaram comigo nesta jornada, ao apoio mútuo e horas de desespero. No entanto, quero agradecer em especial à minha colega e amiga Fernanda por toda a motivação dada e pela palavra maternal que tinha sempre para me dar.

Quero também agradecer à minha colega Raquel, pela bondade e espírito de ajuda nesta fase, o meu sincero obrigada.

A todos os que contribuíram para o meu crescimento e nunca me deixaram cair em momento algum, estou-vos eternamente grata!

Índice

Índice de Tabelas.....	v
Lista de abreviaturas e siglas.....	vi
Resumo.....	vii
Abstract.....	viii
Introdução.....	9
Enquadramento teórico.....	10
O impacto do COVID-19 na saúde mental.....	10
COVID-19 e o seu impacto nas famílias.....	11
Imapcto do confinamento obrigatório nos casais.....	12
Satisfação conjugal.....	14
Relações conjugais e conflitos.....	15
Estudo empírico	17
Objetivos.....	17
Objetivo geral.....	17
Objetivos específicos.....	17
Método.....	18
Desenho do estudo.....	17
Participantes.....	19
Procedimento.....	19
Medidas e instrumentos.....	19
Análise dos dados.....	21
Resultados.....	22
Discussão.....	29
Limitações do estudo.....	32
Conclusão.....	33
Referências bibliográficas.....	34
Anexos.....	41

Índice de tabelas

Tabela 1 – Caracterização da amostra.....	19
Tabela 2 – Estatísticas descritivas.....	23
Tabela 3 – Diferenças na satisfação conjugal em função do género.....	24
Tabela 4 – Diferenças na resolução de conflitos e problemas em função do género.....	25
Tabela 5 – Diferenças na ansiedade disfuncional devido à COVID-19 em função do género.....	25
Tabela 6 – Diferenças na fonte de conflito na relação no período de confinamento obrigatório em função do género.....	26
Tabela 7 – Relação entre satisfação conjugal e a resolução de conflitos.....	27
Tabela 8 – Relação entre satisfação conjugal e as fontes de conflito na relação no período de confinamento obrigatório.....	28
Tabela 9 – Relação entre satisfação conjugal e ansiedade disfuncional devido à COVID-19.....	28
Tabela 10 – Relação entre a satisfação conjugal e o tempo de relação.....	29

Lista de Abreviaturas e Siglas

DGS – Direção Geral de Saúde

OMS – Organização Mundial de Saúde

SC- Satisfação Conjugal

ESAVIC – Escala de Avaliação da Vida Conjugal

CPS - Escala de Resolução de Conflitos e Problemas

CAS - Escala de Ansiedade devido ao Corona Vírus

CES – Centro de Estudos Sociais

SPSS - *Statistical Package for the Social Sciences*

Resumo

Introdução: A situação pandémica COVID- 19 trouxe para os indivíduos inúmeros desafios e adaptações ao seu quotidiano, em especial na sua esfera psicossocial. Desafios esses que levaram exigiram adaptações e reestruturação das rotinas familiares, nomeadamente durante o período de confinamento obrigatório no estado de emergência. As alterações de rotinas, bem como a ausência da rede de suporte social contribuíram para uma nova redefinição de papéis na família e em particular nos casais que vivem juntos. **Objetivo:** Avaliar o impacto do confinamento obrigatório devido à COVID-19 em casais que viveram juntos durante o período do estado de emergência português (18 de março de 2020 a 2 de maio de 2020). **Método:** 123 participantes (69,7% do sexo feminino) que viviam com o/a seu/sua companheiro/a durante período de confinamento obrigatório, decorrente do primeiro estado de emergência devido à COVID-19, decretado pelo governo português, responderam a um questionário online sobre o impacto do confinamento no casal. Os participantes preencheram a Escala de Avaliação da Vida Conjugal (ESAVIC), a Escala de Resolução de Conflitos e Problemas (CPS) e Escala de Ansiedade devido ao Corona Vírus (CAS). **Resultados:** Os resultados demonstraram que não existem diferenças significativas no impacto do isolamento obrigatório e a variável sociodemográfica género. Foi possível identificar fatores que contribuíram para o impacto do isolamento obrigatório nas relações conjugais. Verificou-se também que a perceção da falta de espaço e intimidade foram os fatores que maior impacto causaram nas relações conjugais durante o período de confinamento obrigatório.

Conclusão: Durante o período de isolamento obrigatório os casais passaram por alterações significativas na sua rotina, que tiveram impacto na relação conjugal nomeadamente a falta de espaço e intimidade. No futuro, é importante que sejam realizados mais estudos nesta área de forma a que seja possível identificar possíveis fragilidades nas relações conjugais consequentes da Covid-19.

Palavras chave: Satisfação conjugal; Isolamento; Covid-19;

Abstract

Introduction: The COVID-19 pandemic situation brought to individuals numerous challenges and adaptations to their daily lives, especially in their psychosocial sphere. These challenges that led to them required adaptations and restructuring of family routines, namely during the period of mandatory confinement in the state of emergency. Changes in routines, as well as the absence of the social support network, contributed to a new redefinition of roles in the family and in particular in couples who live together. **Objective:** To assess the impact of mandatory confinement due to COVID-19 on couples who lived together during the period of the Portuguese state of emergency (March 18, 2020 to May 2, 2020). **Method:** 123 participants (69.7% female) who lived with their partner during a period of mandatory confinement, resulting from the first state of emergency due to COVID-19, decreed by the Portuguese government, responded to an online questionnaire on the impact of confinement on the couple. Participants completed the Marital Life Rating Scale (ESAVIC), the Conflict and Problem Resolution Scale (CPS) and the Corona Virus Anxiety Scale (CAS). **Results:** The results showed that there are no significant differences in the impact of mandatory isolation and the sociodemographic variable between gender. It was possible to identify factors that contributed to the impact of mandatory isolation on marital relationships. It was also found that the perception of lack of space and intimacy were the factors that had the greatest impact on marital relationships during the period of mandatory confinement.

Conclusion: During the period of mandatory isolation, couples underwent significant changes in their routine, which had an impact on the marital relationship, namely the lack of space and intimacy. In the future, it is important that more studies are carried out in this area so that it is possible to identify possible weaknesses in the marital relationships resulting from Covid-19.

Keywords: Marital satisfaction; Isolation; Covid-19;

Introdução

Em dezembro de 2019 foi registado o primeiro caso de COVID-19 em Wuhan, China (Zhou et al., 2020). Face à sua rápida evolução, bem como das suas enormes consequências, nomeadamente ao nível da saúde pública pelo mundo, levou a Organização Mundial de Saúde (OMS) a 13 de março de 2020 a declarar uma pandemia global. No caso específico de Portugal, a Direção Geral de Saúde (DGS) registou o primeiro caso no dia 2 de março de 2020, sendo decretado o Estado de Emergência a 18 de março de 2020, tendo sido este renovado consecutivamente por duas vezes. Durante este período foram colocadas diversas medidas, incluindo a restrição à circulação de indivíduos, bem como o encerramento dos estabelecimentos de ensino e das diversas atividades económicas, levando a um período de contenção social sem precedentes (Relvas et al., 2020).

O período de confinamento obrigatório pode ser vivenciado como uma experiência desagradável pelos indivíduos, uma vez que a esta definição, confinamento obrigatório, está associada à separação entre o meio social (familiares e amigos), o sentimento de perda de liberdade e a incerteza sobre o próprio vírus, podendo criar nos indivíduos efeitos prejudiciais nas suas vidas, constituindo um novo desafio aos indivíduos e às suas rotinas (Brooks et al., 2020). Submetendo os indivíduos a um novo contexto, que acarreta mudanças no quotidiano, nomeadamente das famílias e casais que coabitam na mesma residência, tais como novos horários, a permanência diária dos filhos em casa, menor interação social com outros membros fora do agregado familiar, uma nova organização na gestão de tarefas, de certa forma uma nova adaptação às rotinas diárias, que se tornou uma nova realidade presente no quotidiano da população portuguesa, podendo levar estas diversidades a elevados níveis de stress (Relvas et al., 2020).

Um dos fatores que poderá contribuir para um aumento dos níveis de *stress* é justificado pelo facto dos indivíduos passarem uma maior percentagem de tempo com o seu agregado familiar confinados ao mesmo espaço (Medeiros, Pereira, Silva & Dias, 2020). Em situações de crise, como atual situação pandémica, os níveis de *stress* mais elevados, podem causar angústia e mau estar quer no próprio indivíduo, bem como nos que coabitam com o próprio, quer a família, como o seu/sua parceiro/a, afetando toda a esfera conjugal do casal (Cutrona et al., 2018). Tendo ainda em conta que, o confinamento obrigatório surge com novas fontes de conflitos, como por exemplo a intensificação dos papéis parentais (Lebow, 2020).

Enquadramento Teórico

Impacto do COVID-19 na saúde mental

A situação pandémica COVID-19 conduziu a novos e diversificados desafios em todo o mundo, sofrendo influência de diferentes determinantes. A saúde e o bem-estar psicológico não existem de forma isolada, uma vez que se sabe que estes são afetados pelas condições económicas e sociais em que o indivíduo vive (OPP, 2020), sendo que o sofrimento psicológico originado pela COVID-19 varia de indivíduo para indivíduo e das crenças que este tem associado à doença (Carvalho & Pascoal, 2020).

Um estudo desenvolvido em Portugal, com o objetivo de avaliar o impacto psicológico imediato devido à situação pandémica na sua fase inicial verificou que apenas em três semanas após a confirmação dos primeiros casos em Portugal 49,2% quase metade da população inquerida, sentiu um impacto psicológico “moderado a severo”, 29,7% experienciou níveis de stress “moderado a severo” e 11,7% sintomas depressivos também num nível entre “moderado a severo” (Paulino et al., 2021).

Outro estudo, realizado por Wang et al., (2020), com vista em avaliar também o impacto da pandemia COVID-19 na saúde mental dos indivíduos, verificaram que a maioria dos inqueridos (53,8%) mencionam o impacto psicológico como moderado a grave, 28,8% mencionam sintomas de ansiedade moderados a grave e 16,5% mencionam sintomas depressivos moderados a grave (Paulino et al., 2020).

Ambos os estudos, têm sugerido um especial alerta para os efeitos psicológicos resultantes de epidemias passadas com o intuito de prevenir possíveis impactos da saúde mental, (Vieira & Granja, 2020) evidenciando-se uma maior vulnerabilidade psicossocial (Carvalho et al., 2020).

Neste sentido, devido à COVID-19 é possível identificar três situações de risco com impacto na saúde mental dos indivíduos: o *burnout* (mais associado as profissionais de saúde); o isolamento profilático; e os efeitos da crise económica na saúde mental (Afonso & Figueira, 2020).

Sabe-se que, o isolamento profilático, associado à situação pandémica COVID-19, origina inúmeros riscos para a saúde mental dos indivíduos. De acordo com a literatura, a presente conjuntura pode suscitar um conjunto de sintomas psicopatológicos, nomeadamente, humor deprimido, ansiedade, medo, irritabilidade, insónia (Afonso, 2020), comportamentos desadequados (Asmundson & Taylor, 2020), um aumento acentuado de perturbações do foro

psicológico (Brooks et al., 2020), bem como a não conformidade com as regras de saúde pública implementadas pelos governos de cada país (Pfefferbaum & North, 2020), desencadeando enormes desafios a níveis emocionais e psicológicos (Vieira & Granja, 2020) reforçado pelas consequentes transformações nas rotinas, constituindo-se também um fator de *stress* (Ramos, 2021). A presente situação pandémica, pode também desencadear um aumento de comportamentos de evitamento, provenientes das alterações de rotinas (Afonso & Figueira, 2020).

De acordo com a OMS, as múltiplas consequências da pandemia, como é o exemplo do isolamento, tem vindo a estimular sentimentos de medo e angústia nos indivíduos, originando, em geral, pressão psicológica, criando condições para estes experienciar estados de ansiedade com maior frequência (ONUNews, 2020). A ansiedade é definida como uma condição, constituída por componentes fisiológicas e psicológicas, integrando as experiências do indivíduo no seu quotidiano (Rego & Maia, 2021) caracterizando-se pela presença de medo, sendo este uma resposta emocional ao perigo iminente (DSM-5, 2014) como o medo de contrair a doença, Covid-19 (Bandaró et al., 2021), ou a preocupação do que se espera no futuro, pós-pandemia (Faro et al., 2021). Associado a esta ansiedade, está também interligada a imprevisibilidade do vírus, fomentando a instabilidade no indivíduo e para os que o rodeiam (Vieira & Granja, 2020), bem como nas relações familiares (Stanley & Markman, 2020).

COVID-19 e o seu impacto nas famílias

Para as famílias, o período de confinamento obrigatório é considerado tempo de superação e resiliência, mas ao mesmo tempo de elevado *stress* e conflito entre os membros, podendo ter efeitos diretos no relacionamento conjugal, tal como o divórcio, em que a COVID-19 pode ou não ser potencializador do mesmo, no sentido em que em restringir a separação, adiando-a (Lebow, 2020). Neste sentido, a pandemia representa uma forte ameaça ao bem-estar das famílias devido aos desafios que estas se deparam provenientes da rutura social, como é o exemplo da insegurança económica experienciado por estas (Prime, Browne & Wade, 2020), potencializando as suas vulnerabilidades (Silva et al., 2020).

Desta forma, as rotinas das famílias sofreu transformações significativas num curto espaço de tempo, como o encerramento das escolas por tempo indeterminado, transformações laborais, como é o exemplo do teletrabalho, ou casos mais extremos a perda de emprego (Schmidt et al., 2020). Um estudo realizado em Portugal, pelo o Instituto de Apoio à Criança (2020), destacou a dificuldade das famílias em gerir o excesso de tarefas escolares, o que

manifestou ser para os pais e para os filhos uma sobrecarga (Magalhães et al., 2021). Neste sentido, quando existem mudanças ao nível da dinâmica familiar, existe uma mudança dos papéis parentais, como por exemplo, assumir um papel no acompanhamento das tarefas escolares dos filhos (Conejo et al., 2020). Com alteração de rotinas, surge também a necessidade de desenvolver novas estratégias, regras e limites (Prime et al., 2020), que corresponda às necessidades de todos os elementos, mantendo um equilíbrio entre os momentos de lazer e os momentos de trabalho (OPP, 2020), dado que alteração da rotina familiar poderá gerar conflitos, alterar o tempo de sono, a alimentação, uma vez que os filhos necessitam mais da atenção dos pais, podendo desencadear sentimento de desespero, como ansiedade e depressão (Medeiros et al., 2020).

De acordo com a literatura, a necessidade de convívio por longos períodos de tempo no mesmo espaço, em casa, poderá fortalecer os laços afetivos e a resiliência entre os vários elementos da família, desafiando-os a promover relações saudáveis. No entanto, poderá também aumentar os níveis de stress e conflitos entre os elementos (Schmidt et al., 2020).

Sabe-se que todos os períodos de crise, originam incertezas e receios do desconhecido (Almeida, et al., 2020), neste sentido, lidar de forma proveitosa com adversidades despoletadas ou reforçadas pela situação pandémica, como é o exemplo da partilha de espaço ou a divisão de tarefas domésticas, poderá promover os recursos familiares existentes para a procura de soluções e decisões de forma cooperativa, bem como as adversidades enfrentadas por todos os elementos da família. Por outro lado, existem famílias que tendem a tornar-se mais vulneráveis no contexto de confinamento, uma vez que existe uma intensificação da convivência dos indivíduos. Estas situações podem ocorrer principalmente em famílias cujos laços afetivos já se encontram em situação maior fragilidade (Schmidt et al., 2020).

Por outro lado, um outro estudo realizado por Magalhães et al., (2021) verificou que para além das dificuldades sentidas pelas famílias, o confinamento trouxe também a oportunidade de uma maior convivência entre os elementos, traduzindo-se em ganhos para estes, como a maior aproximação, bem como ainda, ganhos na vida pessoal, como a mudanças de hábitos, que anteriormente nem sempre é conciliável com as rotinas laborais e escolares.

Impacto do confinamento obrigatório nos casais

As mudanças incitadas pela COVID-19 não são unicamente exigentes do ponto de vista individual, mas também do ponto de vista relacional (OPP, 2020). As mudanças constituem um

impacto significativo nas relações, podendo originar crises, mas também a oportunidade de melhoria (Carvalho & Pascoal, 2020).

Durante o período de confinamento obrigatório, os indivíduos foram aconselhados a não se deslocarem a outros locais, a não ser para aquisição ou realização de tarefas essenciais. Esta obrigatoriedade incidiu ao nível dos casais, que se viram a coabitar o mesmo espaço físico por um período de maior ao que seria habitual (OPP, 2020). Neste contexto, poderá existir um aumento significativo das dificuldades na relação do casal, nomeadamente na comunicação e coesão, dado que o contexto que o mesmo experiência, predispõem a existência de conflitos (Silva, et Al., 2020). Neste sentido, a capacidade de adaptação, por parte dos casais, representa uma característica indispensável, dado que o contexto pandémico originou novas configurações nos relacionamentos (Carvalho & Pascoal, 2020).

Um estudo realizado pelo Centro de Estudos Sociais (CES) da Universidade de Coimbra, demonstrou um aumento estatisticamente significativo dos níveis de *stress*, no intervalo de tempo compreendido entre o período de pré e pós isolamento social, em indivíduos que se encontram numa relação amorosa e que coabitam. O contexto criado pela pandemia, promove a exposição dos indivíduos a um maior conjunto de fontes de *stress*, podendo desencadear um aumento das dificuldades existentes nos casais, bem como um aumento do conflito e uma menor perceção da qualidade conjugal (Relvas, et al., 2020).

Quando existem fontes de *stress* externas à relação, como é o caso deste período, gera-se um contexto que pode ser entendido como mais árduo no que respeita à responsividade do casal para o com outro. Neste sentido, pode também existir uma modificação dos papéis desempenhado por cada elemento nessa relação, levando a que possam ser experienciadas alterações relacionais de forma mais brusca e com maior frequência (OPP, 2020).

Assim, as crenças e valores que os casais desenvolvem ao longo das suas vidas provenientes do ambiente e da cultura em que estão inseridos, podem influenciar os impactos do confinamento obrigatório na relação (Veira et al., 2020), na medida em que esta fase, pode ser considerada como uma oportunidade positiva para os casais, nomeadamente ao nível da consolidação da intimidade e proximidade, sendo este um fator que pode sustentar a qualidade da relação perante este período pandémico (Stanley & Markman, 2020). Desta forma, a intimidade é fomentada através dos processos de comunicação, ou seja, uma comunicação clara bem como estratégias adaptativas e construtivas de resolução de conflitos, são recursos que poderão conservar a relação do casal perante o isolamento obrigatório (Prime et al., 2020)

O impacto da Covid-19 incidiu também sob a sexualidade e a vida sexual dos casais, desempenhando esta um papel essencial na manutenção das relações (Carvalho & Pascoal,

2020). Os indivíduos detêm diferentes atitudes, crenças e comportamentos que diferem de indivíduo para indivíduo e influenciam a sua sexualidade (OPP, 2021). Face à situação de exceção referente ao isolamento obrigatório, esta origina diferentes impactos na sexualidade e nos diferentes contextos das relações íntimas (Pascoal et al., 2020), como o sentimento de culpa por poder contagiar o outro ou a si mesmo, bem como preocupações relacionadas com doença, financeiras, laborais, que podem interferir com as relações emocionais, com a intimidade e a atividade sexual (OPP, 2021).

Para alguns casais, a pandemia pode realçar as diferenças relativamente ao desejo sexual de cada um, bem como divergências já existentes no casal, ou seja, um dos elementos utiliza a atividade sexual como estratégia de *coping* , de forma a lidar com ansiedade, enquanto o outro pode perder o interesse e o desejo em ter atividades ou relações sexuais (Carvalho & Pascola, 2020). Para alguns indivíduos, o passar mais tempo no mesmo espaço manifesta-se num reforço da intimidade, bem como num maior investimento na vida sexual, para outros uma redução na disponibilidade na intimidade nas relações sexuais (Carvalho & Pascoal, 2020).

Um estudo realizado na China, com o objetivo de compreender as mudanças no comportamento sexual dos indivíduos durante a pandemia verificou que a satisfação sexual e atividade sexual diminuíram, bem como a existência de uma relação significativa entre o baixo desejo sexual e relacionamentos insatisfatórios (Li et al., 2020).

Satisfação conjugal

Nas relações conjugais, a satisfação conjugal tem sido um dos construtos mais estudados (Graham et al., 2011) apresentando-se um fator essencial para a estabilidade emocional do casal, uma vez que os relacionamentos íntimos são um representam um papel fulcral na vida adulta dos indivíduos, bem como na sua saúde mental. Neste sentido, a satisfação conjugal proporciona-se como um conceito subjetivo e de fenómeno complexo que varia em função de cada elemento do casal e de diferentes variáveis como a personalidade, atitudes e necessidades, valores e crenças, bem como o sexo, ciclo de vida, experiências anteriores (Norgren et al., 2004), ou até mesmo o modo como constroem um relacionamento (Ramezanzadeh et al., 2004).

Tendo em conta a sua complexidade intrínseca e extrínseca, a satisfação conjugal não é um fenómeno estático, passando por diversificadas transformações ao longo do tempo de relacionamento, devido a variados fatores externos e internos aos indivíduos, sendo imprescindível adaptação dos elementos ao longo da relação (Gomes, 2020).

Existem inúmeros fatores que influenciam a satisfação conjugal, bem como as expectativas concebidas sobre o parceiro e a relação, sendo que estas são feitas também, através da comparação com relações anteriores, bem como o companheirismo e o respeito (Costa et al., 2016) os desafios de coabitarem, especialmente adaptação ao outro, os desafios da parentalidade e as transformações a que o casal está suscetível no restabelecimento de papéis, dadas as exigências das novas dinâmicas e responsabilidades inerentes também, a um menor tempo do casal sozinho (Rose et al., 2017). A rede social do casal, tal como as condições económicas e políticas têm impacto na satisfação conjugal, o respeito pelo espaço e a individualidade de cada um na relação, permitindo que cada indivíduo realize atividades independentes (Gomes, 2020).

Narciso e Costa (1996) defendem que a satisfação conjugal divide-se em duas dimensões diferenciadas: a dimensão amor e funcionalidade conjugal. A primeira dimensão engloba os sentimentos que ambos os elementos da relação nutrem reciprocamente, tendo por base a paixão, a intimidade e investimento/compromisso. A segunda dimensão, funcionalidade conjugal, refere-se ao modo de planeamento e regulação face aspetos do sistema conjugal. Desta forma, para cada dimensão, acima mencionadas, correspondem cinco áreas da vida conjugal. Na dimensão amor: sentimentos e expressão dos mesmos, sexualidade, intimidade emocional, continuidade da relação, e por último, características físicas e psicológicas. Na segunda dimensão, funcionalidade conjugal, funções económicas, autonomia/privacidade, tempos livres, comunicação, conflitos e relações extrafamiliares.

De acordo com Narciso e Ribeiro (2009) a satisfação conjugal exige uma avaliação individual do relacionamento, uma apreciação do ponto de vista de cada um dos elementos da relação. Desta forma, a satisfação revela-se essencial para o bem-estar dos indivíduos, dado que espelha uma valiação positiva do parceiro(a) e da própria relação. Neste sentido, de forma ser possível alcançar um relacionamento satisfatório é fulcral que este seja experienciado com base em sentimentos de alegria, consideração, paixão, compreensão e proximidade (Vieira, 2015).

Relações conjugais e conflitos

Para a maioria dos indivíduos, as relações interpessoais íntimas satisfatórias são uma das maiores fontes de bem-estar (Vedes et al., 2011) existindo uma grande diversidade de tipos e caracterizações de relações, estando as mesmas subjacentes a desafios, conflitos e exigências (Oliveira et al., 2014).

Os motivos têm vindo a ser identificados em diversos estudos ao longo do tempo, sendo que os filhos, o tempo conjunto do casal, o dinheiro, a gestão de tarefas domésticas e a sexualidade são apontados como os principais motivos de conflito (Lopes, 2015).

O modo como cada casal gere situações de conflito e de crise que surgem na relação, pode ter um impacto positivo ou negativo na sua dinâmica, caso seja feita uma boa gestão de conflitos, os episódios de crise podem ser uma fonte de união e reforço da identidade da relação (Oliveira et al., 2014), sendo a capacidade de adaptação uma característica fulcral da mesma (Carvalho & Pascoal, 2020). Neste sentido, as formas de resposta aos conflitos estão divididas em duas dimensões: construtivas/destrutivas e ativas/passivas. A dimensão construtiva abarca respostas cujo foco é manter e solucionar o problema, como fazer sugestões, discutir e identificar problemas e pedir ajuda (Rusbult et al., 1982).

Por outro lado, a dimensão destrutiva diz respeito a respostas desajustadas como gritar, insultar, agredir ou o divórcio, que dificultam a resolução dos problemas. Todas as respostas construtivas/destrutivas supramencionadas são também respostas ativas, uma vez que incluem a pro-atividade de, pelo menos, um dos elementos do casal. Ao contrário, as respostas passivas caracterizam-se pela inexistência de uma ação explícita, como é o caso de evitar discutir os problemas, conformar-se e submissão (Lopes, 2015).

Ainda assim, de acordo com Zacchilli et al. (2009), para compreender as dimensões dos conflitos, é essencial entender fatores que lhe estão subjacentes, como a sexualidade, o amor, a satisfação com o relacionamento, estratégias de resolução de problemas, intimidade e a comunicação (Andrade & Egert, 2018), isto é, maioritariamente o problema não está associado conflito em si, mas no ciclo de interações negativas que se desenvolve em torno do casal (Oliveira et al., 2014).

Desta forma, sabe-se que a comunicação constitui a base fundamental das relações conjugais, e, por isso, está inerente à resolução de conflitos, sendo que a forma como cada um se expressa, partilha intimidade, e recebe e gere informação, conduz a maior ou menor eficácia de enfrentamento de crises enquanto casal (Costa et al., 2017).

Estudo Empírico

Objetivos

Objetivo geral

O presente estudo tem como objetivo avaliar o impacto do confinamento obrigatório, devido à situação pandémica por COVID-19, em casais portugueses que vivem juntos.

Objetivos específicos

- a) Avaliar a relação entre a variável sociodemográfica «género» e a (1) satisfação conjugal; (2) resolução de conflitos e problemas; (3) ansiedade disfuncional associada à crise Covid-19; (4) fontes de conflitos;
- b) Avaliar a relação entre a satisfação conjugal e a resolução de conflitos;
- c) Avaliar a relação entre a satisfação conjugal e as fontes de conflito;
- d) Identificar a relação entre a satisfação conjugal e ansiedade disfuncional face à COVID-19;
- e) Avaliar a relação entre a satisfação conjugal e o tempo de relação.

Método

Desenho do estudo

Estudo observacional-descritivo transversal.

Participantes

A amostra é constituída por cento e vinte e dois sujeitos. A média de idades foi de 37,36 anos, variando entre um mínimo de 20 e um máximo de 81 anos de idade. O tempo média da relação é em anos. Na tabela 1 pode-se observar a caracterização da amostra.

Como critério de exclusão foram considerados todos os indivíduos que se encontrassem numa relação conjugal e que não coabitassem juntos durante o período de confinamento obrigatório.

Tabela 1

Caracterização da amostra (N=122)

	N	%
<i>Idade (M; DP)</i>	34,3	9,9
<i>Género</i>		
Feminino	85	69,7
Masculino	37	30,3
<i>Escolaridade</i>		
Ensino primário (até 4ª Classe)	1	,8
"Ensino Preparatório (até ao 9º ano)"	9	7,4
"Ensino Secundário (até ao 12º ano)"	49	40,2
Ensino Superior	63	51,6
<i>Estado civil</i>		
Casado	52	42,6
União de facto	47	38,5
Outro	23	18,9
<i>Com quem vive</i>		
Namorado/a	33	27,0
Marido/Esposa	25	20,5
Com os filhos	42	34,4
Mais família	22	18,0
<i>Filhos</i>		
Não	57	46,7
Sim	65	53,3
<i>Situação profissional</i>		
Teletrabalho	29	23,8
Trabalho Normal	57	46,7
Apoio à família	11	9,0
Desempregado na sequência do Covid-19	6	4,9
Lay-off	18	14,8
Desempregado	1	,8
<i>Situação profissional do companheiro(a)</i>		
Teletrabalho	21	17,2
Trabalho Normal	60	49,2
Apoio à família	11	9,0
Desempregado na sequência do Covid-19	4	3,3
Lay-off	25	20,5

Desempregado	1	,8
Duração da relação	10,11	9,3

Procedimento

O processo de recolha de dados foi realizado durante o período decretado de confinamento obrigatório (entre o mês de abril e maio de 2020), através de um questionário *online* na plataforma *Google Forms*. Os participantes foram informados do caráter voluntário e confidencial dos dados, assim como informações importantes referentes ao questionário apresentado, e aos objetivos da investigação. A duração do preenchimento foi cerca de 10 minutos e a participação dos sujeitos só foi requerida uma única vez.

Medidas e instrumentos

Dados sociodemográficos: (idade, sexo, nacionalidade, escolaridade, estado civil, duração da atual relação conjugal (em anos), com quem vive durante este período de confinamento obrigatório, situação profissional atual, situação profissional atual do/a companheiro/a, número de filhos (caso exista), idade dos filhos (caso exista), situação de saúde face à situação pandémica).

Escala de Avaliação da Satisfação em Áreas de Vida Conjugal (EASAVIC; Narciso & Costa, 1996) é uma escala de autoavaliação que tem como objetivo indicar a satisfação experienciada nas diversas áreas da vida conjugal. É composta por 44 itens avaliados com base numa escala de *Likert de 5 pontos*, correspondendo 1 “Nada satisfeito” e 5 “Totalmente satisfeito”. Os 44 itens estão divididos em duas grandes dimensões: a dimensão “Amor” e a dimensão “Funcionamento Conjugal”. No que diz respeito à dimensão do Amor, esta relaciona-se com os sentimentos que os constituintes do casal sentem um pelo outro, bem como a relação que possuem, dividindo-se em 5 áreas distintas (sentimentos e a sua respetiva expressão, sexualidade, intimidade emocional, continuidade da relação, características físicas e psicológicas). A seguinte dimensão relaciona-se com a organização das relações no subsistema conjugal como resultado de uma avaliação individual e subjetiva de cada elemento da relação, subdividindo-se esta, em cinco áreas (funções familiares, tempos livres, autonomia, relações extrafamiliares/ rede social e, comunicação e conflitos) (Narciso & Costa, 1996). Dado os objetivos do estudo, foram utilizadas sete dimensões, Intimidade Emocional, Sexualidade,

Comunicação/ Conflito, Funções familiares, Rede Social, Autonomia e Tempos Livres, baseadas na média do conjunto dos seus respectivos itens. No que respeita à fiabilidade da mesma, esta apresenta uma consistência muito boa ($\alpha = .967$), tal como as subescalas intimidade emocional ($\alpha = .956$), sexualidade ($\alpha = .942$) e comunicação/ conflito ($\alpha = .913$). As subescalas rede social ($\alpha = .878$) e autonomia ($\alpha = .844$), apresentaram um boa consistência interna. As restantes subescalas, função familiar ($\alpha = .771$) e tempos livres ($\alpha = .770$) apresentaram uma consistência razoável (Cardoso, 2015).

Escala da Resolução de Conflitos e Problemas (CPS; Lopes, 2013). A CPS é constituída por 5 fatores: Agressão Verbal; Agressão Física; Colaboração; Evitamento/ Cedência, com o objetivo de avaliar a dimensão do conflito no casal. Esta possui 42 itens, avaliados através de uma escala de Likert de 5 pontos, correspondendo 1 a “Nunca” e 5 “Sempre”. Os níveis de consistência interna são elevados (Alfa de *Cronbach* de 0.88) (Castro, 2015), permitindo avaliar quais as principais estratégias de resolução de conflitos e problemas durante o período de confinamento obrigatório.

Coronavirus *Anxiety Scale* (CAS) (Lee, 2020, traduzida por Barbosa, 2020) é uma escala de autorrelato de rastreio de saúde mental que permite avaliar a ansiedade disfuncional associada à crise de COVID-19. É constituída por 5 itens, classificada por uma escala de Likert de 5 pontos, correspondendo 0 “Nada” e 4 “Quase todos os dias”, com base no que é experienciado pelo indivíduo nas últimas duas semanas. Através do somatório da pontuação total de cada indivíduo é possível verificar que, uma pontuação total de ≥ 9 assinala uma possível ansiedade disfuncional no indivíduo relacionado ao Covid-19 (Lee, 2020).

Escala de fontes conflito na relação no período de confinamento obrigatório, que face à situação pandémica de Covid-19, e de acordo com o objetivo do estudo construiu-se uma escala que permitisse perceber com que frequência o inquerido experienciou as afirmações pelo qual a escala é composta, que por consequente gerou conflito na relação. A escala é composta por 11 itens, sendo eles avaliados numa escala de *Likert* de cinco pontos, correspondendo o 1 a “Nunca” e o 5 “Extremamente Frequente”. Em anexo segue a análise fatorial que permitiu a criação de 4 dimensões: Gestão de tempo e tarefas, alterações económicas e laborais, falta de espaço e intimidade, alterações e preocupações e os seus respetivos Alfa de *Cronbach*.

Análise dos dados

Os dados recolhidos serão analisados pelo software estatístico IBM *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS). A análise envolve medidas de estatística descritiva (frequências

absolutas e relativas, bem como as médias e os respectivos desvios-padrão) e estatística inferencial, onde será apresentado o coeficiente de consistência interna Alfa de *Cronbach*, a análise fatorial exploratório (AFE), o teste t de *Student* para amostras independentes que permitam comparar dois grupos independentes, nomeadamente a variável sociodemográfica género e as quatro escalas utilizadas no presente estudo. Por último, o coeficiente de correlação de *Pearson* de forma avaliar a satisfação conjugal resolução de conflitos; fontes de conflito; ansiedade disfuncional face à COVID-19; e o tempo de relação.

Os níveis de significância considerados serão equivalentes a $p < .05$

Resultados

As estatísticas descritivas dos valores obtidos nas variáveis utilizadas, valores mínimos e máximos, médias e respectivos desvios-padrão podem ser apreciadas na tabela seguinte (tabela 2). No que respeita a escala de Escala de Avaliação da Satisfação em Áreas de Vida Conjugal (EASAVIC), os valores obtidos foram todos significativamente superiores ao ponde médio da escala ($M = 3,5$), ($p < ,001$), no entanto, o valor mais elevado ocorre na dimensão intimidade emocional e o mais baixo na dimensão tempos livres.

Na escala de CPS, o valor mais elevado ocorreu na dimensão colaboração, sendo este significativamente superior ao ponte médio da escala ($M = 3$) ($p = ,001$), os restantes valores foram significativamente inferiores ao ponte médio da mesma.

O valor obtido na CAS situou-se um pouco acima do nível Raro ($M = 1,61$).

Relativamente às fontes de conflito na relação, o valor mais elevado ocorreu na dimensão gestão de tarefas e o mais baixo na dimensão falta de espaço e intimidade.

Tabela 2

Estatísticas descritivas

	Mínimo	Máximo	Desvio padrão
<i>Satisfação conjugal</i>			
Intimidade Emocional	1	6	1,11
Sexualidade	1	6	1,29
Comunicação/Conflito	1	6	1,14
Funções familiares	1	6	1,10
Rede Social	1	6	1,14
Autonomia	1	6	1,19
Tempos livres	1	6	1,22
<i>Resolução conflitos e problemas</i>			
Agressão física	1	4	,56
Agressão verbal	1	4	0,80
Colaboração	2	5	0,73
Evitamento/Cedência	1	5	0,68

CAS Coronavirus Anxiety	0	14	2,68
Fontes conflito na relação			
Gestão tarefas	1	5	1,29
Alterações económicas e laborais	1	5	0,98
Falta de espaço e intimidade	1	4	0,80
Alterações e preocupações	1	5	1,03

Para avaliar a relação sociodemográfica género com a satisfação conjugal, avaliada através da EASAVIC e das suas respetivas dimensões, utilizou-se o teste *t* de *Student*. No caso da intimidade emocional não se verificaram diferenças estatisticamente significativas ($p = ,382$) entre o género masculino e feminino, bem como nas restantes dimensões sexualidade ($p = ,960$), comunicação e conflito ($p = ,446$), funções familiares ($p = ,277$), tempos livres ($p = ,522$), rede social ($p = ,797$) e autonomia ($p = ,316$).

Tabela 3

Diferenças na satisfação conjugal em função do género

Variável dependente	Género	Média	Desvio Padrão	<i>t</i>	<i>p</i>
Intimidade Emocional	Masculino	4,55	1,034	,879	,381
	Feminino	4,75	1,155		
Sexualidade	Masculino	4,55	1,087	-,050	,960
	Feminino	4,54	1,387		
Comunicação e Conflito	Masculino	4,34	1,013	,764	,446
	Feminino	4,52	1,182		
Funções familiares	Masculino	4,48	0,915	-1,093	,277
	Feminino	4,24	1,182		
Rede social	Masculino	4,15	1,026	,258	,797
	Feminino	4,21	1,203		
Tempos livres	Masculino	3,84	1,214	-,642	,522
	Feminino	3,68	1,236		
Autonomia	Masculino	4,15	1,139	1,007	,316

Feminino 4,39 1,215

De forma avaliar a possibilidade de existirem diferenças estatisticamente significativas entre a variável sociodemográfica gênero na resolução de conflitos e problemas, avaliada pela escala CPS, utilizou-se o teste t de *Student*. Verificou-se diferenças significativas no que respeita o evitamento/ cedência ($p = ,002$). Nas restantes dimensões, agressão física ($p = ,056$), agressão verbal ($p = ,153$) e, colaboração ($p = ,256$) não se verificaram diferenças estatisticamente significativas em função da variável sociodemográfica gênero.

Tabela 4

Diferenças na resolução de conflitos e problemas em função do gênero

Variável dependente	Gênero	Média	Desvio Padrão	<i>t</i>	<i>p</i>
Agressão Física	Masculino	1,35	,896	-1,973	,056
	Feminino	1,05	,285		
Agressão Verbal	Masculino	2,05	,969	-1,449	,153
	Feminino	1,80	,720		
Colaboração	Masculino	3,87	,768	1,120	,256
	Feminino	4,03	,714		
Evitamento/Cedência	Masculino	2,77	,736	-3,167	,002
	Feminino	2,35	,622		

Quanto à ansiedade disfuncional devido à COVID-19, avaliada através da Coronavirus *Anxiety Scale* (CAS), utilizou-se o teste T de *Student*, demonstrou que não existem diferenças estatisticamente significativas ($p = ,793$) em função da variável sociodemográfica gênero.

Tabela 5

Diferenças na ansiedade disfuncional devido à COVID-19 em função do gênero

Variável dependente	Gênero	Média	Desvio Padrão	<i>t</i>	<i>p</i>
---------------------	--------	-------	---------------	----------	----------

CASTotal	Masculino	1,70	,559	-,263	,793
	Feminino	1,56	,248		

Para avaliar a relação entre a variável sociodemográfica género e e as fontes de conflito durante o período de confinamento obrigatório avalido através da Escala de fontes conflito na relação no período de confinamento obrigatório, utilizou-se o teste T de *Student*, verificando-se diferenças estatisticamente significativas entre a dimensão falta de espaço e intimidade ($p = ,027$) em função do género. Nas restantes dimensões não se verificou diferenças estatisticamente significativas.

Tabela 6

Diferenças nas fontes de conflito na relação no período de confinamento obrigatório em função do género

Variável dependente	Género	Média	Desvio Padrão	t	p
Gestão de tempo e tarefas	Masculino	3,05	1,335	-1,055	,293
	Feminino	2,78	1,281		
Alterações económicas e laborais	Masculino	2,34	,962	-1,043	,299
	Feminino	2,14	1,041		
Falta de espaço e intimidade	Masculino	1,99	,961	-2,274	,027
	Feminino	1,59	,704		
Alterações e preocupações	Masculino	2,74	1,071	-,010	,992
	Feminino	2,74	1,028		

De forma avaliar a relação entre a Satisfação e a Resolução de conflitos, utilizou-se o coeficiente de correlação de *Pearson*, verificando-se que, os coeficientes de correlação mais elevados ocorrem entre a Colaboração e as dimensões referentes à satisfação conjugal, intimidade emocional ($p = ,723$), sexualidade ($p = ,584$), comunicação/conflito ($p = ,730$), funções familiares ($p = ,479$), rede social ($p = ,427$), autonomia ($p = ,419$) e tempos livres ($p = ,456$). Os coeficientes da correlação são no seu total estatisticamente significativos, positivos e moderados, ou elevados.

No que refere Agressão Verbal, os coeficientes da correlação são estatisticamente significativos, negativos e moderados ou, fracos em todas as dimensões intimidade emocional ($p = -,377$), sexualidade ($p = -,214$), comunicação/conflito ($p = -,450$), funções familiares ($p = -,259$), rede social ($p = -,160$), autonomia ($p = -,234$) e tempos livres ($p = -,204$).

É também possível verificar que a dimensão evitamento/cedência tem um impacto negativo e estatisticamente significativo na dimensão comunicação/conflito da escala de satisfação conjugal ($p = -,201$)

Tabela 7

Relação entre a Satisfação Conjugal e a Resolução de conflitos

	Resolução conflitos e problemas			
	Agressão Física	Agressão Verbal	Colaboração	Evitamento Cedência
Intimidade Emocional	-,140	-,377**	,723**	-,125
Sexualidade	-,027	-,214*	,584**	,010
Comunicação/Conflito	-,180*	-,450**	,730**	-,201*
Funções familiares	-,023	-,259**	,479**	-,140
Rede Social	-,122	-,160	,427**	-,080
Autonomia	-,207*	-,234**	,419**	-,116
Tempos livres	-,253**	-,204*	,456**	-,082

Com o objetivo de avaliar a relação entre a SC e as fontes de conflito na relação no período de confianamento obrigatório utilizou-se coeficiente de correlação de *Pearson*, verificando-se que os coeficientes de correlação mais elevados ocorrem na dimensão falta de espaço e intimidade e as restantes dimensões da SC, intimidade emocional ($p = -,300$), sexualidade ($p = -,234$), comunicação/conflito ($p = -,319$), funções familiares ($p = -,278$), rede social ($p = -,210$), autonomia ($p = -,298$) sendo estes quase todos estatisticamente significativos, negativos e fracos, à excessão dos tempos livres que a relação não é estatisticamente significativa ($p = -,171$).

Tabela 8

Relação entre a Satisfação Conjugal e as fontes de conflito na relação no período de confinamento obrigatório

	Fontes de conflitos			
	Gestão de tempo e tarefas	Alterações económicas e laborais	Falta de espaço e intimidade	Alterações e preocupações
Intimidade Emocional	,087	-,029	-,300**	-,021
Sexualidade	,153	-,001	-,234**	-,040
Comunicação/Conflito	,023	-,108	-,319**	-,105
Funções familiares	,094	-,082	-,278**	-,171
Rede Social	-,108	,009	-,210*	-,124
Autonomia	,097	-,006	-,298**	-,100
Tempos livres	,154	,020	-,171	,003

Para avaliar a relação entre a satisfação conjugal e ansiedade disfuncional associada à crise de COVID-19, utilizou-se o coeficiente de correlação de *Pearson*, não se verificando associações estatisticamente significativas.

Tabela 9

Relação entre a Satisfação Conjugal e ansiedade disfuncional devido à COVID-19

	CAS
Intimidade Emocional	-,028
Sexualidade	-,056
Comunicação/Conflito	-,028
Funções familiares	,056
Rede Social	,013
Autonomia	-,033
Tempos livres	,023

De forma avaliar a relação entre a satisfação conjugal e o tempo de relação utilizou-se o coeficiente de correlação de *Pearson*. Verificou-se um coeficiente de correlação estatisticamente significativa, negativo e fraco entre o tempo de relação e a dimensão sexualidade na escala EASAVIC ($p = -,155$).

Tabela 10

Relação entre a Satisfação Conjugal e o tempo de relação

	Tempo de relação
Intimidade Emocional	-,155
Sexualidade	-,228*
Comunicação/Conflito	-,058
Funções familiares	,003
Rede Social	,007
Autonomia	-,003
Tempos livres	,080

Discussão

Com o presente estudo pretendeu-se explorar o impacto do confinamento obrigatório devido à COVID-19 em casais portugueses.

Através da análise descritiva foi possível verificar que no que se refere à satisfação conjugal, o seu valor mais elevado ocorre na intimidade emocional, o que vai de encontro à literatura existente. Prager (2000), menciona a existência de uma relação positiva entre a intimidade e a satisfação conjugal, bem como Narciso & Costa (1996) que também, menciona a mesma relação positiva entre as duas variáveis.

No que refere à resolução de conflitos o valor mais elevado ocorre na dimensão colaboração, o que indica que os indivíduos utilizam mais a colaboração como estratégia na resolução de conflitos e problemas em função das outras estratégias. As estratégias de conflito mais eficazes envolvem a orientação para a solução (Costa et al., 2016), sendo que o desenvolvimento de um ambiente positivo, onde os problemas são resolvidos com base estratégias construtivas, reforça a ligação entre os cônjuges, bem como fortalece a relação face a situações que possam envolver maior *stress* no dia a dia (Anderson & Johnson, 2010). No entanto, os resultados apresentados não vão de acordo com a literatura, através de um estudo realizado por Braz et al. (2005) os autores concluíram que a generalidade dos casais (83%) apresenta reações negativas durante os conflitos, bem como discutir de forma exaltada ou gritar. Um outro estudo realizado por Bolze (2012) conclui que, embora, os casais tentem resolver os seus conflitos através do diálogo, grande parte das vezes, acabam por recorrer a comportamentos mais extremos, como o insulto ou abandonar a discussão.

Verificou-se que os resultados, quanto às fontes de conflito na relação durante o período de confinamento obrigatório, ocorreu na gestão de tarefas, sendo este o fator que gera maior discórdia na relação durante este período de tempo. Estes resultados vão de acordo com a literatura, através de estudo realizado na população feminina no Brasil no presente ano, evidenciou que um dos principais desafios a sobreposição entre o teletrabalho e a vida pessoal, aumentando consequentemente, a quantidade de tarefas a realizar em casa durante o período de isolamento. Este mesmo estudo, demonstrou também que 54% das participantes estão descontentes com a organização das tarefas estabelecidas com os seus companheiros (Dorna, 2021).

Satisfação conjugal e resolução de conflitos

Os resultados acerca das variáveis associadas à satisfação conjugal demonstraram que, com os coeficientes da relação são positivos, significa que quanto mais os casais utilizam a colaboração como estratégia de resolução de conflitos e problemas melhor é a satisfação conjugal. Os conflitos podem desempenhar um papel bastante relevante na relação, dado que a relação entre os elementos em conflito pode ser reforçada ou enfraquecida, mediante o processo de conflito, e posteriormente a sua resolução (Torrego, 2003). Neste sentido, o modo como o casal lida com o conflito é o melhor preditor para uma relação positiva a longa prazo (Lopes, 2015). Estes resultados vão de acordo com a literatura, tal como Greef e Bryune (2000) verificaram que os casais, que utilizam o compromisso e a colaboração na resolução de problemas, mencionam ter uma maior satisfação conjugal face a outras estratégias como o evitamento. A literatura aponta também que, casais satisfeitos utilizam, maioritariamente, estratégias mais positivas (Lopes, 2015).

Satisfação conjugal e fontes de conflito durante o período de confinamento obrigatório

Verificou-se que os coeficientes da relação são negativos, ou seja, quanto mais é a falta de espaço e intimidade na relação durante o período de confinamento obrigatório, mais elevados são os conflitos resultantes desta e menor são os níveis de satisfação conjugal. Isto é, os conflitos consequentes da perceção da falta de espaço e intimidade é o que mais impacta na satisfação conjugal durante o período de confinamento obrigatório.

Os resultados obtidos vão de acordo com a literatura, a pandemia aumentou o número de fatores que podem gerar *stress* para os casais, como é o exemplo das alterações de rotinas e uma maior percentagem de tempo em casa (OPP, 2020). O facto dos casais passarem mais tempo em simultâneo no mesmo espaço pressupõem que os indivíduos tenham uma maior perceção de falta de espaço, especialmente, individual. No entanto, a literatura também menciona a existência de casais que entenderam este período como uma possibilidade para reforçar os laços, contrariamente a ser uma fonte de conflito (OPP, 2020) contudo, no presente estudo não se verificou um reforço nos laços dos casais durante o período de confinamento obrigatório.

No que refere à intimidade a literatura é contraditória, segundo a Ordem dos Psicólogos Portugueses (2021), o circunstância dos casais passarem mais tempo em conjunto pode por um lado traduzir-se num maior investimento na intimidade, por outro lado este investimento pode também ser reduzido. Um estudo realizado casais italianos, apurou que grande parte dos casais

em isolamento reduziu a atividade sexual justificada pela falta de privacidade (Fleury & Abdo, 2021). Através dos resultados obtidos neste estudo verificou-se que a falta de espaço e, conseqüentemente de privacidade demonstrou um impacto na relação conjugal traduzindo-se em níveis menores de satisfação conjugal.

Satisfação conjugal e ansiedade

No presente estudo não se verificou uma influência da ansiedade relacionada com o COVID-19 na satisfação conjugal. Existe na literatura uma evidencia no aumento de risco no bem-estar psicológico, afetando a saúde a mental, nomeadamente ao nível da ansiedade, piorando este em indivíduos que anteriormente apresentavam sintomas (Fleury & Abdo, 2021).

No entanto ainda não existe literatura disponível, acerca da ansiedade devido à pandemia covid-19 relacionada com relações, que permita verificar e comparar os resultados obtidos no presente estudo.

Satisfação conjugal e tempo de relação

Verificou-se um coeficiente negativo na relação entre as duas variáveis, ou seja, à medida que aumenta o tempo de relação diminuí a satisfação relacionada com a sexualidade do casal. A sexualidade representa um papel fundamental na vida dos indivíduos e conseqüente na satisfação conjugal (Pissolato et al., 2016). Segundo Narciso (2001), existe um declínio da satisfação após os primeiros anos de relação, que coincide com as fases de crescimento dos filhos, e posteriormente, um novo aumento com a saída dos filhos.

Referente ao período de Covid-19, um estudo realizado no Brasil composto por 1121 inqueridos, demonstrou que o tempo de relação em alguns casais funcionou com fator de proteção (Rocha, 2021). Um outro estudo realizado no Brasil observou um aumento do número de divórcios durante o período de isolamento obrigatório, verificou-se que no mesmo período de tempo que os casais cujo os níveis de satisfação conjugal eram mais elevados sofreram um menos impacto do isolamento obrigatório, face aos que apresentaram níveis menores de satisfação. Através deste estudo, o autor concluiu que o isolamento obrigatório por si só não foi um fator de origem de problemas conjugais. Este fator pode apenas revelar e potencializar problemas já existens (Rocha, 2021).

Neste sentido, comparando os resultados obtidos neste estudo, os mesmos não se encontram em total concordância com a literatura, nomeadamente em contexto Covid-19.

Limitações e futuros estudos

O presente estudo demonstra algumas limitações que são importantes realçar, nomeadamente a dimensão da amostra recolhida, que não permite generalizar os resultados para a população geral, bem como o facto da recolha ter sido realizada no início do primeiro isolamento obrigatório podendo existir um enviesamento dos resultados, onde os inqueridos ainda se encontravam numa fase de adaptação a este mesmo período. Outra limitação centra-se na escassez de estudos existente sobre o atual contexto pandémico que é vivenciado, nomeadamente no que se às relações conjugais e a forma como estas foram afetadas, bem como o facto de não existir escalas validadas para avaliação específica em contexto de COVID-19 e de isolamento obrigatório.

Como sugestões para estudos futuros, surge a pertinência de se investigar as variáveis utilizadas numa amostra de maior dimensão, bem como a realização de uma investigação longitudinal que permita comparar diferentes períodos de isolamento obrigatório. Outra sugestão surge na medida de validar instrumentos de avaliação específicos para situações de período Covid-19 que permitam no futuro avaliar com uma maior precisão o impacto que o isolamento obrigatório teve nas relações conjugais e quais as suas implicações a médio e longo prazo.

Conclusão

O presente estudo permitiu identificar variáveis que tiveram que tiveram impacto nas relações conjugais avaliada através da satisfação conjugal dos inqueridos que coabitaram com os/as seus/suas parceiros/as durante o período de isolamento obrigatório associados aos desafios da pandemia COVID-19.

Embora a recolha da amostra e a sua análise seja referente ao primeiro período de isolamento obrigatório compreendendo o período de tempo entre 18 de março de 2020 a 2 de maio de 2020, possibilitou reconhecer fatores que manifestaram ter impacto na relação conjugal, como a percepção da falta de espaço e intimidade. O facto dos casais passarem uma maior percentagem de tempo juntos no mesmo espaço levou alterações de rotinas onde foi necessário um ajustamento de estratégias de adaptação nas suas vidas diárias, nomeadamente ao lidar com o conflito dentro o casal, como a colaboração, sendo a estratégia com maior percentagem de utilização pelos inqueridos durante este período de tempo.

Apesar da escassa existência de investigação neste âmbito emergente da situação pandémica ao nível das relações conjugais, este estudo permitiu a obtenção de resultados que permitiram identificar algumas implicações para a prática na intervenção com os casais.

Referências Bibliográficas

Afonso, P. (2020). The Impact of the COVID-19 Pandemic on Mental Health. *Acta Médica Portuguesa*, 33(5), 356-357. doi:<http://dx.doi.org/10.20344/amp.13877>

Afonso, P. & Figueira, M. L. (2020). Pandemia COVID-19: Quais são os Riscos para a Saúde Mental?. *Revista Portuguesa de Psiquiatria e Saúde Mental*, 6(1), 2-3.

Almeida, R. S., Brito, A. R., Alves, A. S. M., de Abranches, C. D., Wanderley, D., Crenzel, G., Lima, R.C. & Barros, V. F. R. (2020). Pandemia de COVID-19: guia prático para promoção da saúde mental de crianças e adolescentes. *Residência Pediátrica*, 10(2), 1-4.

Anderson, S. R., & Johnson, L. N. (2010) A dyadic analysis of the between and within system alliances on distress. *Family Process*, 49(2), 220-235. <https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.2010.01319.x>

Andrade, A., Garcia, A., & Cano, D. (2009). Preditores de satisfação global em relacionamentos românticos, *Psicologia: Teoria e Prática*, 11(3), pp- 143-156.

Andrade, A. L. D., & Egert, C. (2018). Estratégias de Resolução de Conflito Romântico: Desenvolvimento de Medida e Predição. *Estudos e Pesquisas em Psicologia*, 18(3), 850-872.

Asmundson, G. J., & Taylor, S. (2020). Coronaphobia: Fear and the 2019-nCoV outbreak. *Journal of anxiety disorders*, 70, 102196.

Bandaró, A., F., B., Fonseca, T., R., dos Santos, M., F., R. (2021). Generalized anxiety disorder (GAD) and the Covid-19 pandemic: a cognitive behavioral approach. *Brazilian Journal of Development*, 7(6), 57729-57739. DOI:10.34117/bjdv7n6-262

Bolze, S. (2012). *Relacionamento Conjugal e Táticas de Resolução de Conflito entre Casais*. Trabalho para a conclusão do curso de especialização em terapia relacional sistêmica. Familiare Instituto Sistêmico.

Braz, M., Dessen, M., & Silva, N. (2005). Relações conjugais e parentais: uma comparação entre famílias de classes sociais baixa e média. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 18(2), 151-161.

Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., & Rubin, G. J. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *The lancet*, 395(10227), 912-920. [https://dx.doi.org/10.1016%2FS0140-6736\(20\)30460-8](https://dx.doi.org/10.1016%2FS0140-6736(20)30460-8)

Cardoso, G., R. (2015). *PPST e Conjugalidade: Regulação emocional, violência e satisfação conjugal em casais com historial de exposição à Guerra Colonial*. [Master's thesis, Universidade Fernando Pessoa, Porto]. <https://bdigital.ufp.pt/handle/10284/5000>

Carvalho, L. de S., Silva, M. V. de S. da, Costa, T. dos S., Oliveira, T. E. L. de, & Oliveira, G. A. L. de. (2020). The impact of social isolation on people's lives during the COVID-19 pandemic period. *Research, Society and Development*, 9(7), e998975273. <https://doi.org/10.33448/rsd-v9i7.5273>

Carvalho, J. & Pascoal, P.,M. (2020). Challenges in the Practice of Sexual Medicine in the Time of Covid-19 in Portugal. *The Journal of Sexual Medicine*, 17(7), 1212-1215. <https://doi.org/10.1016/j.jsxm.2020.05.024>

Castro, T. (2015). *Intimidade, regulação emocional, e conflitos nas relações amorosas* [Master's thesis, Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade do Porto]. <https://repositorio-aberto.up.pt/bitstream/10216/83219/2/120502.pdf>

Conejo, L. D., Chaverri-Chaves, P., & León-González, S. (2020). The families and the COVID-19 pandemic. *Revista Electrónica Educare*, 24, 37-4 <http://dx.doi.org/10.15359/ree.24-s.10>

Costa, C. B., Delatorre, M. Z., Wagner, A., & Mosmann, C. P. (2017). Terapia de casal e estratégias de resolução de conflito: uma revisão sistemática. *Psicologia: Ciência e Profissão*, 37(1): 208-223. <https://doi.org/10.1590/1982-3703000622016>

da Costa, C. B., Cenci, C. M. B., & Mosmann, C. P. (2016). Conflito conjugal e estratégias de resolução: Uma revisão sistemática da literatura. *Temas em psicologia*, 24(1). 325-338.

Dewite, M., Carvalho, J., Corona, G., Limoncin, E., Pascoal, P. M., Reisman, Y., & Stulhofer, A. (2020). Sexual desire discrepancy: A position statement of the European society for sexual medicine. *Sexual Medicine*, 8(2), 121-131. <https://doi.org/10.1016/j.esxm.2020.02.008>

Dorna, L. B. H. (2021). O trabalho doméstico não remunerado de mães na pandemia da COVID-19: mudanças e permanências. *Laboreal*, 17(1). <https://doi.org/10.4000/laboreal.17860>

Faro, A., Silva-Santos, L., Silva, M., C., & Vasconcelos, M., M. (2021). Meta-worry, anxiety and depression in the COVID-19 pandemic. <https://doi.org/10.1590/SciELOPreprints.2436>

Fleury, H., J. & Abdo, C., H., N. (2021) Saúde sexual na pandemia pelo coronavírus COVID-19. *Revista de diagnóstico e tratamento*, 26 (3), 114-116.

Greef, A. & Bruyne, T. (2000). Conflict management style and marital satisfaction. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 26 (4), 321-334. <https://doi.org/10.1080/009262300438724>

Instituto de apoio à Criança (2020). Estudo as crianças e jovens em isolamentos social: síntese de resultados.

Jacukowicz, A., & Merez-Kot, D. (2020). Work-related internet use as a threat to worklife balance – A comparison between the emerging online profession and traditional office work. *International Journal of Occupational Medicine and Environmental Health*, 33(1), 31-33. <https://doi.org/10.1037/fam0000398>

Lee, S. A. (2020). Coronavirus Anxiety Scale: A brief mental health screener for COVID-19 related anxiety. *Death Studies*. <https://doi.org/10.1080/07481187.2020.1748481>

Li, W., Li, G., Xin, C., Wang, Y., & Yang, S. (2020) Challenges in the Practice of Sexual Medicine in the Time of COVID-19 in China. *Journal of Sexual Medicine*, 17 (7), 1225-1228. doi: [10.1016/j.jsxm.2020.04.380](https://doi.org/10.1016/j.jsxm.2020.04.380)

Lopes, D. (2015). Representações e vivências conjugais - da construção à resolução de conflitos. [Master's thesis, Universidade de Lisboa, Lisboa] Disponível a partir de https://repositorio.ul.pt/bitstream/10451/23522/1/ulfpie051024_tm.pdf

Magalhães, L., Nascimento, C., Antunes, A., P., Martins, S., Yunes, M., A., M., & Almeida, A. (2021). Perceção de experiências marcantes do confinamento em famílias portuguesas e brasileiras: Um estudo qualitativo. *New Trends in Qualitative Research*, 9, 172-180.

Marieke, D., Joana, C., Giovanni, C., Erika, L., Patricia, P., Yacov, R., & Aleksandar, Š. (2020). Sexual desire discrepancy: A position statement of the European society for sexual medicine. *Sexual medicine*, 8(2), 121-131.

Narciso, I. (2001). *Conjugalidades Satisfeitas mas Não Perfeitas – À Procura do Pradrão que Liga*. Dissertação de Doutoramento em Psicologia. Lisboa: Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Lisboa.

Nascimento, S., Pereira, C., Caldas, I., Silva, M., Mendonça, T., Lourenço B., & Gonçalves M. (2020). Pandemia COVID-19 e Perturbação Mental: Breve Revisão da Literatura. *Revista Portuguesa de Psiquiatria e Saúde Mental*, 6 (2), 67-76. <https://doi.org/10.51338/rppsm.2020.v6.i2.146>

Oliveira, A., Ribeiro, M & Francisco, R. (2014). Conflitos e crises na relação conjugal. *Mediação Familiar* (pp. 53-68). Lisboa: Universidade Católica Editora.

ONUNews (2020). *Covid-19: OMS divulga guia com cuidados para a saúde mental durante a pandemia*. <https://news.un.org/pt/story/2020/03/1707792>

Ordem dos Psicólogos Portugueses (2020). *Crise Económica, Pobreza e Desigualdades – Relatório sobre Impacto Socioeconómico e Saúde Mental em Portugal*. Lisboa.

Ordem dos Psicólogos Portugueses (2020). *COVID -19 - Relações durante a pandemia – Desafios e estratégias para casais*. Lisboa

Ordem dos Psicólogos Portugueses (2021). *Covid-19 e Sexualidade- Recomendações para a Intervenção Psicológica. Documento de Apoio à Prática*. Lisboa

Pissolato, L., Alves, C., Prates, L., Wilhelm, L., & Ressel, L. (2016). Amamentação e sexualidade: uma interface na vivência do puerpério. *Revista Online de Pesquisa Cuidado é Fundamental*, 8 (3), 4674-4680. <https://doi.org/10.9789/2175-5361.2016.v8i3.4674-4680>

Stanley, S., & Markman, H. (2020). Helping couples in the shadow of COVID-19, 59 (3), 937-955. <https://doi.org/10.1111/famp.12575>

Schmidt, B., Silva, I. M. D., Pieta, M. A. M., Crepaldi, M. A., & Wagner, A. (2020). Terapia On-line com Casais e Famílias: Prática e Formação na Pandemia de Covid-19. *Psicologia: Ciência e Profissão*, 40. <https://doi.org/10.1590/1982-3703003243001>

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>

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

Pfefferbaum, B., & North, C. S. (2020). Mental health and the Covid-19 pandemic. *New England Journal of Medicine*.

Prime, H., Wade, M., & Browne, D. T. (2020). Risk and resilience in family well-being during the COVID-19 pandemic. *American Psychologist*. <http://dx.doi.org/10.1037/amp0000660>

Ramezanzadeh, F., Aghssa, M. M., Abedinia, N., Zayeri, F., Khanafshar, N., Shariat, M., & Jafarabadi, M. (2004). A survey of relationship between anxiety, depression and duration of infertility. *BMC Women's Health*, 4(1), 9. <https://doi.org/10.1186/1472-6874-4-9>

Rego, K., de O., & Maia, J., L., F. (2021). Ansiedade em adolescentes no contexto da pandemia por COVID-19. *Research, Society and Development*, 10(6), e39010615930. <https://doi.org/10.33448/rsd-v10i6.15930>

Relvas, A. P., Portugal, A., & Sotero, L. (2020). Relações amorosas. *Palavras para além da pandemia: cem lados de uma crise*, 90.

Ramos, A., M., O. (2021) Animais de estimação & Saúde Mental de adultos e idosos em tempo de Covid-19 [Master's thesis, Instituto Universitário da Maia, Departamento de Ciências Sociais e do Comportamento] Disponível em: <http://hdl.handle.net/10400.24/1442>

Rocha, F.D.A. (2021). *Covid-19 e a vida conjugal: Impactos do distanciamento social sobre a vida a dois*. In: Congresso Internacional em Saúde (8).

Rosen, N. O., Bailey, K., & Muise, A. (2017). Degree and Direction of Sexual Desire Discrepancy are Liked to Sexual and Relationship Satisfaction in Couples Transitioning to Parenthood. *The Journal of Sex Research*, 55(2), 214-225 <https://doi.org/10.1080/00224499.2017.1321732>

Rusbult, C. E., Zembrodt, I. M., & Gunn, L. K. (1982). Exit, voice, loyalty, and neglect: Responses to dissatisfaction in romantic involvements. *Journal of Personality and Social Psychology*, 43(6), 1230– 1242. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.43.6.1230>

Torrego, J. (2003). *Mediação de conflitos em instituições educativas: manual para formação de mediadores*. Porto: Asa.

Vieira, M. J. & Granja, P. (2020) COVID 19: uma pandemia de saúde mental. *Saúde & Tecnologia*, (24), 5-10. <http://dx.doi.org/10.25758/set.2303>

Vieira, P. R., Garcia, L. P., & Maciel, E. L. N. (2020). Isolamento social e o aumento da violência doméstica: O que isso nos revela?. *Revista Brasileira de Epidemiologia*, 23, e200033. <https://doi.org/10.1590/1980-549720200033>

Vieira, S., R., P. (2015) *A satisfação conjugal, a Personalidade e a Satisfação com a vida na conjugalidade* [Master's thesis, Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias, Lisboa]

Wang, C., Pan, R., Wan, X., Tan, Y., Xu, L., Ho, C. S., & Ho, R. C. (2020). Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 coronavirus disease (COVID-19) epidemic among the general population in China. *International journal of environmental research and public health*, 17(5), 1729. DOI: [10.3390/ijerph17051729](https://doi.org/10.3390/ijerph17051729)

Zacchilli, T., Hendrick, C., & Hendrick, S. (2009). The romantic partner conflict scale: A new scale to measure relationship conflict. *Journal of Social and Personal Relationships - J SOC PERSON RELAT*, 26, 1073–1096. <https://doi.org/10.1177/0265407509347936>

Castro, T. (2015). *Intimidade, regulação emocional, e conflitos nas relações amorosas* [Master's thesis, Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade do Porto]. <https://repositorio-aberto.up.pt/bitstream/10216/83219/2/120502.pdf>

Anexos

Anexo 1

Matriz de componentes rodada da Escala de fontes conflito na relação no período de confinamento obrigatório

	Componentes			
	1	2	3	4
Gestão das tarefas domésticas		,849		
Gestão do tempo dedicado ao (tele)trabalho e família.		,873		
Distribuição das tarefas no acompanhamento do estudo dos filhos.		,654		
Distribuição do tempo dedicado a atividades lúdicas com os filhos.		,634		
Alterações económicas.			,905	
Instabilidade laboral.			,825	
Desrespeitar o tempo individual do outro.	,804			
Falta de espaço individual para reflexão sobre os conflitos gerados.	,823			
Falta de intimidade no casal devido à presença constante dos filhos em casa.	,708			
Alterações nos horários de sono.				,766
Preocupações relacionadas com a pandemia de COVID-19				,817

Anexo 2

Consistência interna da Escala de fontes conflito na relação no período de confinamento obrigatório

	Alfa de Cronbach	Nrº de itens
<i>Fontes conflito na relação</i>		
Gestão tarefas	.816	4
Alterações económicas e laborais	.769	2
Falta de espaço e intimidade	.769	3
Alterações e preocupações	.606	2

