



## QUALIDADE DE VIDA EM MULHERES EM PORTUGAL: SATISFAÇÃO SEXUAL<sup>1</sup>

**Eugénia Maria Garcia Jorge Anes<sup>2</sup>, Ana Liliana Rodrigues<sup>3</sup>, Rui Pedro Matos Lamas Ribeiro<sup>4</sup>**

<sup>1</sup> projeto de pesquisa de âmbito profissional; realizado na população portuguesa.

<sup>2</sup> Professora Adjunta, Instituto Politécnico de Bragança, Investigadora Integrada da UICISA: e professora na Escola de Saúde IPB. Bragança, Portugal. eugenia@ipb.pt.

<sup>3</sup> Enfermeira. Hospital Vila Franca de Xira. Portugal

<sup>4</sup> Enfermeiros. Hospital Vila Franca de Xira. Portugal

### RESUMO

**Introdução:** A qualidade de vida é um conceito pluridimensional da vida humana, determinando a perceção do cada indivíduo. A satisfação com a relação e a satisfação sexual, pode relacionar-se com o investimento e com compromisso na relação. **Objetivo:** Avaliar a satisfação sexual e qualidade de vida em mulheres portuguesas. **Método:** Estudo quantitativo, observacional, transversal, descritivo e analítico, com uma amostra não probabilística acidental. Foram utilizadas as escalas SSS-W e SF-36v2. Amostra constituída por 894 mulheres. Apresentam bom nível de satisfação sexual, em média de 114,61, ( $\pm 21,84$ ). A qualidade de vida apresenta um nível geral médio de 73 ( $\pm 14,20$ ). **Resultado:** O número de filhos foi considerado determinante da satisfação sexual e da qualidade de vida. A qualidade de vida relaciona-se ainda com a idade e com as habilitações literárias. **Conclusão:** Verificou-se uma associação positiva entre a satisfação sexual e a qualidade de vida.

### INTRODUÇÃO

A sexualidade é vista como uma necessidade básica do ser humano, não sendo apenas um sinónimo de atividade sexual, sendo o seu grau de importância diferente em todos os indivíduos. A atividade sexual é uma construção social, histórica e cultural, sendo influenciada pelas relações de poder (Souza & Nery, 2016).

A sexualidade varia entre as culturas e regiões do mundo, e tem mudado continuamente ao longo da história, e isto aplica-se igualmente à sexualidade feminina (Alves, Costa, Bezerra, Nakano, Cavalcanti, & Dias, 2014). Aspectos da sexualidade feminina incluem questões relativas à gravidez, sexo biológico, imagem corporal, autoestima, personalidade, orientação sexual, valores e atitudes, os papéis de género, relacionamentos, opções de atividades e comunicação.

Ashdown, Hackathorn e Clark (2011), afirmaram que, a satisfação sexual é um conceito tão multifacetado e multidimensional, que não deve ser entendida, apenas, pelo funcionamento sexual, mas também, pela qualidade do relacionamento afetivo entre parceiros. Devendo ter-se



em consideração, todos os fatores não sexuais, como fatores de ordem socioeconômica, demográfica e cultural, que podem afetar a satisfação sexual, direta ou indiretamente.

Evidenciado pelo passado histórico, julga-se a sexualidade como um instrumento de poder e que os demais instrumentos de poder exercem influência sobre a sexualidade, principalmente na sexualidade das mulheres (Souza & Nery, 2016). Os fatores históricos da vida das mulheres, bem como, a cultura, os valores, a qualidade dos seus relacionamentos, o desempenho sexual ao longo da vida e a educação recebida, podem ainda contribuir para as diferenças apresentadas entre satisfação sexual e bem-estar (Crema, Tílio, & Campos, 2017).

Diversos fatores que podem afetar a satisfação sexual feminina, tais como: a frequência da atividade sexual, a experiência sexual subjetiva, o estado de saúde, o bem-estar em geral, ou fatores ligados ao parceiro e ao relacionamento (Vilarinho, 2010). Outros fatores que podem ser determinantes de satisfação sexual são, a idade, a religião, variáveis sociodemográficas e as habilitações literárias (Sousa, 2013).

O sentido das experiências dos indivíduos é construído essencialmente por meio de pressuposições, crenças e expectativas sobre o mundo, associadas também à transmissão que ocorre no âmbito do seio familiar (Scorsolini-Comin, Fontaine, Barroso & Santos, 2016). Pois, ao longo dos anos, a posição da mulher na sociedade tem vindo a modificar-se, embora se perceba que a expectativa que cai sobre ela, continue a ser de cuidadora das necessidades dos outros, assim como, dos filhos, do companheiro e por vezes, até mesmo dos pais, numa fase mais avançada da vida dos mesmos (Albertuni & Stengel, 2016).

Esta ideia de que as mulheres devem cuidar e satisfazer as necessidades dos que lhe são próximos, pode levar a que, no que concerne à questão da satisfação sexual, muitas mulheres se possam anular, dando preferência à satisfação do parceiro, tornando a experiência sexual frustrante quando a sua preocupação com o outro não é retribuída (Rocha & Fensterseifer, 2019).

A satisfação sexual é um aspeto importante da vida do indivíduo que deve ser considerada quando se avalia a qualidade de vida.

O conceito de qualidade de vida começa a ganhar importância crescente no domínio da saúde e dos cuidados de saúde, aumentando a sua relevância na área médica. Para esse facto contribuiu o aumento da expectativa de vida, em virtude do progresso da medicina e a mudança nas doenças (Canavarro, Pereira, Moreira, & Paredes, s/d). A qualidade de vida relacionada com a saúde (Pires, 2009), é um estado subjetivo de saúde, centrado na avaliação do paciente, mas



necessariamente ligado ao impacto do estado de saúde sobre a capacidade do indivíduo viver uma vida plena.

A sexualidade é uma das dimensões com impacto na qualidade de vida, mesmo na população idosa, esta é uma componente fundamental da saúde e da qualidade de vida das pessoas, sem restrição de faixa etária (Bertan & Castro, 2010).

Assim, o objetivo deste estudo foi avaliar a satisfação sexual e a qualidade de vida em mulheres, maiores de 18 anos, residentes em Portugal continental e ilhas.

## **METODOLOGIA**

Este estudo caracteriza-se como de natureza quantitativa, observacional, transversal, descritivo e analítico. Foi aplicado um questionário constituído por três partes, a primeira aborda dados sociodemográficos e familiar, a segunda avalia a satisfação sexual, com recurso à Escala da Satisfação Sexual para Mulheres (SSS-W) (Catão, Júnior, Viviani, Júnior e Silva, 2010) e por fim, a terceira avalia a qualidade de vida com recurso à Escala da Qualidade de Vida (SF-36v2) (Ferreira, 1998).

Esta investigação teve em conta todos os pressupostos da Declaração de Helsínquia, a Convenção de Oviedo e a legislação nacional em vigor. Foi garantida a e proteção das informações pessoais recolhidas, sigilo, anonimato e direito à reserva da intimidade. A colheita foi efetuada mediante consentimento informado. De modo a cumprir os procedimentos formais e éticos preconizados, foi solicitada autorização de utilização aos autores das escalas SSS-W e SF-36v2.

A recolha foi efetuada com recurso à plataforma Google forms e decorreu no segundo semestre de 2021. A população alvo do estudo é constituída pela população feminina, residente em Portugal continental e ilhas, maiores de 18 anos, num total aproximado de 5.4 Milhões de mulheres. O método de amostragem utilizado neste estudo, corresponde à amostragem não probabilística acidental. Para a seleção da amostra foi utilizada a metodologia Bola de Neve ou snowball sampling, em que o investigador convida indivíduos amigos ou conhecidos a participar no estudo e simultaneamente a estes é pedido que convidem outros participantes e, assim sucessivamente incrementando a amostra. Tendo resultado uma amostra não probabilística acidental, constituída por 894 mulheres.



## RESULTADOS

As mulheres que constituem a presente amostra (Tabela 1), 29,75% correspondentes a 266 participantes, tem idades compreendidas entre os 18 e 25 anos, 25,62% (229 participantes) têm entre 26 e 35 anos de idade, 26,85% (240 participantes) têm idade compreendida entre 36 e 45 anos e 17,79% das inquiridas, ou seja, 159 mulheres têm idades compreendidas entre 46 e 70 anos.

Relativamente às habilitações literárias, constata-se que, 48 das inquiridas, o que corresponde a 5,38%, têm o Ensino Básico, ou seja, têm até ao 9º ano de escolaridade; 16,80% ou seja 150 participantes, têm o Ensino Secundário até ao 12º ano de escolaridade; e 695 das mulheres da amostra, ou seja, 77,83%, têm o Ensino Superior, o que pode corresponder à Licenciatura, Mestrado ou Doutoramento (Tabela 1). A distribuição geográfica das participantes encontra-se dividida por regiões, sendo o Norte a região mais representativa, com 375 mulheres, o que corresponde a 41,95% da amostra, segue-se a região de Lisboa e Vale do Tejo com 331 participantes (37,02%).

Tabela 1- Caracterização sociodemográfica das participantes

Variáveis	Respostas	Frequência Absoluta	Frequência Relativa
<b>Idade n=894</b>	18-25 anos	266	29,75%
	26-35 anos	229	25,62%
	36-45 anos	240	26,85%
	46-70 anos	159	17,79%
<b>Habilitações Literárias n=894</b>	Ensino Básico (até 9º ano)	49	5,38%
	Ensino Secundário (do 10º até 12º ano)	150	16,80%
	Ensino Superior (Licenciatura/Mestrado/Doutoramento)	695	77,83%
<b>Distrito de Residência n=894</b>	Norte	375	41,95%
	Centro	117	13,09%
	Lisboa e Vale do Tejo	331	37,02%
	Sul	47	5,26%
	Arquipélagos	24	2,68%

Relativamente à caracterização do contexto familiar, maioritariamente, ou seja, 50,78%, (454) das participantes têm parceiro. Possuem filhos 52,01% (465) das inquiridas e praticamente metade, 49,75% (392) destas possui dois filhos.



Numa análise global da qualidade de vida nas mulheres inquiridas, podemos observar, através da análise da tabela 2, que a média da qualidade de vida na amostra é 73, com um desvio padrão de 14,20, o que traduzindo bom nível de qualidade de vida nas mulheres em Portugal.

*Tabela 2 - Qualidade de vida global em mulheres em Portugal(n=894): SF-36*

	Mínimo Verificado	Máximo Verificado	Média	Desvio padrão
<b>Qualidade de Vida Global</b>	10,00	99,00	73,00	14,198

Relativamente à satisfação sexual global nas mulheres inquiridas e sabendo que score mínimo é 30 e que o score máximo é 150, podemos afirmar, através da análise da tabela 3, que a média da satisfação sexual na nossa amostra é 114,61, com desvio padrão de 21,84, oscilando os valores entre um mínimo encontrado de 43 e um máximo encontrado de 147. Estes valores traduzem bons níveis de satisfação sexual das mulheres em Portugal.

*Tabela 3 - Satisfação sexual global em mulheres (n=894): SSS-W.*

	Mínimo Verificado	Máximo Verificado	Média	Desvio padrão
<b>Satisfação Sexual Global</b>	43,00	147,00	114,61	21,84

Na análise dimensional da qualidade de vida das mulheres inquiridas (tabela 4), pode-se verificar que relativamente à “Função Física”, a média das respostas é 88, sendo o desvio padrão 0,17; no que diz respeito ao “Desempenho Físico”, a média das respostas é 75, com um desvio padrão de 0,23; na dimensão, “Dor Corporal”, observamos uma média de 72 e um desvio padrão de 0,22; relativamente à “Saúde Geral”, esta apresenta uma média de 66 e desvio padrão de 0,19; na “Vitalidade” observamos uma média de 53 e um desvio padrão de 0,19; a dimensão “Função Social” apresenta uma média de 73 e um desvio padrão de 0,24; Relativamente ao domínio “Desempenho Emocional”, observamos uma média de 73 e um desvio padrão de 0,25;



a dimensão “Saúde Mental” apresenta uma média de 66 e um desvio padrão de 0,19; e por último na dimensão “Mudança de Saúde”, a média das respostas é 55 e o desvio padrão é 0,25.

*Tabela 4 - Qualidade de vida por dimensões em mulheres em Portugal(n=894): SF-36.*

Níveis	Mínimo	Máximo	Média	Desvio padrão
<b>Função Física</b>	0,00	100,00	88,00	0,172
<b>Desempenho Físico</b>	0,00	100,00	75,00	0,234
<b>Dor Corporal</b>	0,00	100,00	72,00	0,223
<b>Saúde Geral</b>	5,00	100,00	66,00	0,187
<b>Vitalidade</b>	0,00	100,00	53,00	0,190
<b>Função Social</b>	0,00	100,00	73,00	0,237
<b>Desempenho Emocional</b>	0,00	100,00	73,00	0,251
<b>Saúde Mental</b>	0,00	100,00	66,00	0,195
<b>Mudança de Saúde</b>	0,00	100,00	55,00	0,249

Relativamente às dimensões da satisfação sexual, no “Contentamento”, a média das respostas é 20,53 e o desvio padrão 3,901, com valor mínimo encontrado de 9 e o valor máximo de 28 (Tabela 5). No que diz respeito à “Comunicação”, a média das respostas é 23,74, com um desvio padrão de 5,04, sendo que, o valor mínimo encontrado foi 6 e o valor máximo 30. No domínio, “Compatibilidade”, observamos uma média de 23,98 e um desvio padrão de 5,80, com valor mínimo encontrado de 6 e o valor máximo encontrado 30. No que respeita à “Preocupação Relacional”, esta apresenta uma média de 22,12 e desvio padrão de 6,26, também com um valor mínimo encontrado de 6 e um valor máximo encontrado de 30. Para o domínio “Preocupação



Pessoal”, a média encontrada é 24,24, com um desvio padrão de 6,07, em que o valor mínimo encontrado foi 6 e o valor máximo encontrado foi 30.

*Tabela 4 - Satisfação sexual em mulheres (n=894), por domínio: SSS-W.*

Níveis	Mínimo	Máximo	Média	Desvio padrão
<b>Contentamento</b>	9,00	28,00	20,525	3,901
<b>Comunicação</b>	6,00	30,00	23,743	5,041
<b>Compatibilidade</b>	6,00	30,00	23,979	5,802
<b>Preocupação Relacional</b>	6,00	30,00	22,122	6,258
<b>Preocupação Pessoal</b>	6,00	30,00	24,238	6,066

Pode constatar-se que a média das respostas nos cinco domínios da escala, já analisados, é muito semelhante, sendo em todos eles superior a 18, o valor médio de referência. Destaca-se ainda, de entre os cinco domínios, a “Preocupação Pessoal” por apresentar o valor de medida de tendência central mais elevado, seguido do domínio “Compatibilidade”. Pelo contrário, o domínio “Preocupação Relacional” é o que apresenta valor média mais baixo, seguido do domínio “Contentamento”.

#### Satisfação sexual e a qualidade de vida

Para avaliar a relação entre as duas escalas, foi utilizado o teste de Pearson. Através do qual se verificou, a existência de uma correlação positiva e forte, entre a satisfação sexual e qualidade de vida das mulheres em Portugal. Significando que crescem no mesmo sentido e com grande associação.

#### Relação entre a qualidade de vida e as variáveis sociodemográficas

No que respeita à variável idade constatamos que, em termos médios, as participantes que registaram melhor nível de qualidade de vida, foram as de idades compreendidas entre os 36 e 45 anos, com uma média de  $74,07 \pm 13,86$ . Através do teste paramétrico de Anova (verificada condição de normalidade das variáveis) se verificar, a um nível de significância de 5%, verificou-se que existe evidência estatística suficiente para afirmar que as diferenças observadas são significativas. Ou seja, o grupo com idades compreendidas entre os 36 e 45 anos possuem melhores níveis de qualidade de vida.



Relativamente ao estado civil os melhores níveis de qualidade de vida foram verificados nas mulheres que tem parceiro/a, com uma média de  $72,64 \pm 14,66$ . Através do teste t verificamos que as diferenças observadas não são estatisticamente significativas.

Quanto às habilitações literárias, as participantes que registaram melhor nível da qualidade de vida são aquelas que têm o ensino superior, com uma média de  $73,19 \pm 13,88$ . Através do teste não paramétrico de Kruskal-Wallis, a um nível de significância de 5%, verificamos que as diferenças são significativas.

Por regiões, podemos verificar que as mulheres que registaram melhor nível de qualidade de vida foram as que pertencem aos arquipélagos, com uma média de  $77,37 \pm 11,64$ . No entanto, as diferenças não são significativas.

Em termos médios, registaram-se melhores níveis de qualidade de vida nas participantes que não tem filhos, com uma média de  $72,86 \pm 13,42$ . Através do teste paramétrico de t Student, a um nível de significância de 5%, verificamos que não existem diferenças significativas.

Quando analisada a qualidade de vida em função do número de filhos, as participantes que registaram melhor qualidade de vida, foram as mulheres que apresentam 3 ou mais filhos, com uma média de  $75,14 \pm 14,29$ . De forma a detetar se as diferenças são significativas, recorreu-se ao teste paramétrico Anova, a um nível de significância de 5%, pelo que existe evidência estatística suficiente para afirmar que as mulheres que têm maior número de filhos apresentam melhores níveis de qualidade de vida.

#### Relação entre a satisfação sexual e as variáveis sociodemográficas

No que respeita à variável “idade” verificamos que em termos médios, as participantes que registaram melhor nível de satisfação sexual, foram as de idades compreendidas entre os 18 e 25 anos, com uma média de  $115,67 \pm 20,93$ . É ainda de referir, que pela análise dos resultados se constata que a satisfação sexual vai decrescendo com a idade. No entanto e através do teste paramétrico, Anova, (verificada condição de normalidade das variáveis), a um nível de significância de 5%, verifica-se que não existe evidência estatística suficiente para afirmar que as diferenças observadas entre as idades são significativas.

Relativamente ao estado civil, constatamos que as participantes que registaram melhor nível de satisfação sexual são as que não têm parceiro/a, com uma média de  $114,88 \pm 20,35$ . Através do teste paramétrico de t Student, (verificada condição de normalidade das variáveis), a um nível



de significância de 5%, verifica-se que não existe evidência estatística suficiente para afirmar que as diferenças observadas entre os grupos na variável estado civil são significativas.

No que diz respeito às habilitações literárias, as participantes que registaram melhor nível de satisfação sexual são aquelas que têm o ensino secundário, com uma média de  $118,37 \pm 19,23$ . Através do teste não paramétrico de Kruskal-Wallis, a um nível de significância de 5%, verificamos que as diferenças não são significativas.

Numa análise regional, as mulheres que referem melhor nível de satisfação sexual são as que pertencem aos arquipélagos, com uma média de  $123,38 \pm 18,76$ . No entanto, utilizando o teste não paramétrico de Kruskal-Wallis, a um nível de significância de 5%, as diferenças observadas não são significativas.

Registaram melhor nível satisfação sexual as mulheres que não tem filhos, com uma média de  $114,97 \pm 21,15$ , embora sem significado estatístico. No entanto quando analisamos os resultados relativamente ao número de filhos, em média, registaram melhor satisfação sexual as mulheres que apresentam o maior número de filhos (3 ou mais filhos), com uma média de  $117,09 \pm 21,72$ . Através do teste paramétrico Anova (verificada condição de normalidade das variáveis), conclui-se, a um nível de significância de 5%, que existe evidência estatística suficiente para afirmar que as mulheres que têm maior número de filhos apresentam melhores níveis de satisfação sexual.

## **DISCUSSÃO**

A qualidade de vida apresenta um nível geral médio alto. Os resultados evidenciam bom nível de satisfação sexual. O número de filhos foi considerado determinante da satisfação sexual e da qualidade de vida. E a qualidade de vida relaciona-se ainda com a idade e com as habilitações literárias.

Existe alguma escassez de estudos com uma abordagem geral da população. Os estudos existentes abordam aspetos particulares e em especial efetuam uma abordagem a distúrbios específicos. A idade, a obesidade e a ansiedade e depressão surgem associados a baixos níveis de satisfação sexual, por outro lado, a atividade física surge como determinante de melhor satisfação sexual e qualidade de vida (Correia, Brasil, Silva, Silva, Amorim & Lordêlo; 2016). A idade e a obesidade traz por vezes limitações que influenciam negativamente a satisfação



sexual e qualidade de vida. No entanto, é unânime que em ambos os sexos, uma vida sexual ativa está associada a uma melhor qualidade de vida (

O sentimento de satisfação com a vida sexual está intrinsecamente relacionado com as experiências sexuais passadas do indivíduo, expectativas atuais e aspirações futuras (Correia, Brasil, Silva, Silva, Amorim & Lordêlo; 2016),

## CONCLUSÕES

A satisfação sexual e qualidade de vida são áreas em estudo, requerendo uma análise transversal associada aos determinantes da saúde, sociais, culturais, económicos e também políticos, pela forma como estes influenciam a forma como a saúde é pensada e gerida.

As conclusões da presente investigação mostram que a satisfação sexual em mulheres não é determinada pela variável idade, estado civil, habilitações literárias, região de residência e filhos. Em contrapartida, foi possível observar que a variável número de filhos tem relação significativa com o nível de satisfação sexual nas mulheres em Portugal. No que concerne à qualidade de vida em mulheres em Portugal, verificou-se que não relação significativa com a variável estado civil, região de residência e filhos. No entanto, foi possível observar que a variável idade, habilitações literárias e número de filhos tem relação com o nível de qualidade de vida nas mulheres em Portugal. Foi observada relação forte e positiva entre a satisfação sexual e a qualidade de vida em mulheres, ou seja, quanto maior for o nível de satisfação sexual maior é o nível de qualidade de vida.

Estas avaliações são indispensáveis para o conhecimento efetivo dos problemas/necessidades da população, de forma a permitir uma efetiva intervenção promotora de saúde e bem-estar.

O presente estudo foi realizado durante a pandemia Covid-19, o que pode alterar o bem-estar físico e psicológico da mulher, e conseqüentemente, a sexualidade ou satisfação sexual da mesma. Desta forma, propõem-se nova investigação.

**PALAVRAS-CHAVE:** Sexualidade; Satisfação pessoal; Feminina; Determinantes de saúde.

## REFERÊNCIAS

ALBERTUNI, P. S., & STENGEL, M. **Maternidade e novos modos de vida para a mulher contemporânea.** Psicologia em Revista, 709-728. 2016. Disponível em: <http://periodicos.pucminas.br/index.php/psicologiaemrevista/article/view/12047>



- ALVES, E. R., COSTA, A. M., BEZERRA, S. M., NAKANO, A. M., CAVALCANTI, A. M., & DIAS, M. D. **Climatério: A intensidade dos sintomas e o desempenho sexual**. 2014. Disponível em: [https://www.scielo.br/pdf/tce/v24n1/pt\\_0104-0707-tce-24-01-00064.pdf](https://www.scielo.br/pdf/tce/v24n1/pt_0104-0707-tce-24-01-00064.pdf)
- Ashdown, B., Hackathorn, J. & Clark, E. **In and out of the bedroom: sexual satisfaction in the marital relationship**. Journal of Integrated Social Sciences, 2(1), 40-57. 2011. Disponível em: [https://www.jiss.org/documents/volume\\_2/issue\\_1/JISS\\_2011\\_Sexual\\_Satisfaction\\_in\\_Marriage.pdf](https://www.jiss.org/documents/volume_2/issue_1/JISS_2011_Sexual_Satisfaction_in_Marriage.pdf)
- BERTAN, F. & CASTRO, E. **Qualidade de vida, indicadores de ansiedade e depressão e satisfação sexual em pacientes adultos com câncer**. Revista salud & sociedad, 1(2), 2010. 76
- CATÃO, E., JÚNIOR, O. M., VIVIANI, D. H., JÚNIOR, I. F., & SILVA, F. R. **Escala de Satisfação Sexual para Mulheres: tradução, adaptação em estudo preliminar com amostra clínica**. Boletim de Psicologia, LX, 181-190. 2010. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/bolpsi/v60n133/v60n133a05.pdf>
- CREMA, I. L., TILIO, R. D., & CAMPOS, M. T. **Repercussões da Menopausa para a Sexualidade de Idosas: Revisão Integrativa da Literatura**. 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1982-3703003422016>
- FERREIRA, P. L. **A Medição do Estado de Saúde: Criação da Versão Portuguesa do MOS SF-36**. Centro de Estudos e Investigação em Saúde da Universidade de Coimbra. 1998. Disponível em: <https://estudogeral.sib.uc.pt/handle/10316/9969>.
- LEDO, C. M. **Crenças sexuais, satisfação sexual e qualidade de vida em indivíduos com e sem condições crônicas de saúde**. Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias, Lisboa. 2016. Consultado em maio de 2021. Disponível em: <https://recil.grupolusofona.pt/bitstream/10437/8213/1/Disserta%20c3%a7%20c3%a3o%20final%20CI%20a1udia%20Ledo.pdf>
- PIRES, M.J. **Factores de risco da doença coronária e qualidade de vida. Estudo exploratório no concelho de Odivelas**. Dissertação de Mestrado em Comunicação em Saúde. Universidade Aberta. 2009. Disponível em: <https://repositorioaberto.uab.pt/bitstream/10400.2/1432/1/Tese%20pdf%20final.pdf>.
- RASMUSSEN, K. **A historical and empirical review of pornography and romantic relationships: Implications for family researchers**. Journal of Family Theory & Review, 173-191. 2016. Consultado em maio de 2021. Disponível em: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/jftr.12141>
- ROCHA, F. A., & FENSTERSEIFER, L. **A função do relacionamento sexual para casais em diferentes etapas do ciclo de vida familiar**. 2019. Disponível em: <https://eds.b.ebscohost.com/eds/pdfviewer/pdfviewer?vid=17&sid=f0ef4d2a-7827-4efe-b5f7-4e7d7871a45e%40pdc-v-sessmgr05>
- SCORSOLINI-COMIN, F., FONTAINE, A. M., BARROSO, S. M., & SANTOS, M. A. **Fatores associados ao Bem-Estar Subjetivo em pessoas casadas e solteiras**. 2016. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/estpsi/v33n2/0103-166X-estpsi-33-02-00313.pdf>



- SOUSA, I. M. Satisfação Sexual e Qualidade de Vida da Mulher no Climatério. 2013. Disponível em: [https://bdigital.ufp.pt/bitstream/10284/3862/1/DM\\_18462.pdf](https://bdigital.ufp.pt/bitstream/10284/3862/1/DM_18462.pdf)
- SOUZA, D. F., & NERY, I. S. **A Sexualidade da Mulher na Relação Conjugal Violenta**. 2016. Disponível em: <https://eds.b.ebscohost.com/eds/pdfviewer/pdfviewer?vid=29&sid=f0ef4d2a-7827-4efe-b5f7-4e7d7871a45e%40pdc-v-sessmgr05>
- VILARINHO, S.M. **Funcionamento e satisfação sexual feminina: Integração do afecto, variáveis cognitivas e relacionais, aspectos biológicos e contextuais**. Dissertação de doutoramento em Psicologia, não publicada. Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação de Coimbra: Coimbra. 2010. Disponível em: <https://estudogeral.sib.uc.pt/handle/10316/18484>
- Correia, L.S., Brasil, C., Silva, M.D., Silva, D.F.C., Amorim, H. O. & Lordêlo, P. **Função sexual e qualidade de vida de mulheres: um estudo observacional**. Rev Port Med Geral Fam. 2016; 32. 405-9
- Cambão, M.; Sousa, L.; Santos, M., Mimoso, S., Correia, S. & Sobra, D. **QualiSex: estudo da associação entre a qualidade de vida e a sexualidade nos idosos numa população do Porto**. Rev Port Med Geral Fam. 2019. 35:12-20-20.