

Resposta Sexual

A sexualidade é vista como uma dimensão humana que envolve uma interação entre respostas cognitivas, afetivas e motivacionais (Dewitte, 2014). Não envolvendo apenas aspectos fisiológicos, mas também subjetivos, sabe-se que as “variáveis individuais, do parceiro, os processos de relacionamento e as variáveis do contexto social” interferem na resposta sexual dos indivíduos (Dewitte, 2014, p. 210). Contudo, estas variáveis nem sempre foram tidas em conta na compreensão do comportamento sexual. Tal é congruente com os modelos mais tradicionais e fisiológicos da resposta sexual, como é o caso do modelo linear de Masters e Johnson, no qual a resposta sexual se dividia em quatro fases: excitação, platô (estado de excitação contínua), orgasmo e resolução (Masters & Johnson, 1966).

Posteriormente, com o intuito de explicar de forma mais completa o ciclo de resposta sexual surgiram outros modelos, como o modelo trifásico de Kaplan (desejo, excitação e orgasmo). É de notar

que a nova fase (desejo) adicionada por Kaplan se caracteriza pelo aparecimento de vontade sexual e seria ativada perante estímulos sexuais positivos, como a memória de uma vivência erótica ou fantasia sexual (Lopes & Vale, 2010; Marques, Chedid & Eizerik, 2012).

Relativamente à integração de mecanismos cognitivos e afetivos, destaca-se o modelo de Barlow (1986) que realça que indivíduos com e sem disfunção sexual abordam as situações sexuais de forma distinta. Isto é, enquanto indivíduos sexualmente saudáveis perante estímulos de desempenho sexual tendem a demonstrar afeto positivo, a apresentar expectativas de sucesso e uma percepção de controlo, indivíduos com disfunção sexual experienciam um estado de apreensão e ansiedade que causa tensão, afetos negativos e expectativas de falha (como ejaculação precoce no caso dos homens). Logo, contrariamente aos indivíduos saudáveis, estes últimos focavam a sua atenção em estímulos não sexuais e não relevantes (como a avaliação da sua performance sexual e as consequências de um possível fracasso), o que mostra que a dimensão cognitiva viria a interferir com a resposta sexual e a aumentar a probabilidade de experienciar uma performance sexual disfuncional (Barlow, 1986; Meston & Gorzalka, 1996). Na tentativa de comprovar este modelo, Nobre e Pinto-Gouveia (2008) demonstraram que indivíduos com disfunção apresentavam mais pensamentos e emoções negativas durante a atividade sexual do que indivíduos saudáveis. Outro estudo comprovou que pensamentos relacionados ao desempenho sexual, à imagem corporal, às consequências emocionais ou outras da atividade sexual (como a gravidez) interferem no envolvimento sexual (Purdon & Watson, 2011).

Por sua vez, Rosemary Basson sugeriu um modelo de resposta sexual cíclico baseado na intimidade, pois defende que esta consiste numa motivação feminina para a prática de atividade sexual. Especificamente, Basson distingue desejo sexual “espontâneo” de desejo sexual “responsivo” (uma vez que o primeiro só estaria presente em determinadas circunstâncias) e propõe que a primeira fase da resposta sexual consiste num estado de neutralidade sexual, que pode ser progressivamente substituído pelo desejo sexual “responsivo” (Basson, 2000; Basson, 2002). Neste sentido, o desejo sexual “respon-

sivo" é o mais frequente e desencadeia-se no decurso da atividade sexual consoante motivações, nem sempre sexuais, como a intenção de estabelecer uma maior proximidade/intimidade emocional com o parceiro, sentir-se atraente, amada/desejada ou aumentar o seu bem-estar. Posto isto, surge a sensação de excitação subjetiva, que pode ou não culminar no orgasmo, e que resulta mesmo na ausência deste último, em satisfação física e emocional (Basson et al., 2004).

Na tentativa de integrar variáveis relacionais e contextuais nos modelos de funcionamento sexual, Dewitte e Mayer (2018) estudaram a associação entre o contexto relacional, o desejo sexual e a atividade sexual no quotidiano de 66 casais, especificamente, qual a influência de características pessoais e relacionais como a duração do relacionamento, ter filhos, nível de funcionamento sexual e satisfação geral relativamente ao relacionamento na resposta sexual. Os resultados mostraram que, nas mulheres, a resposta sexual dependia mais das variáveis de relacionamento como ter filhos e estar num relacionamento mais longo, enquanto que nos homens a sua resposta sexual dependia menos destes fatores e mais do nível de funcionamento sexual (Dewitte & Mayer, 2018).

Tendo em conta as evidências que decorrem da literatura e a necessidade de integrar as variáveis relacionais, psicológicas/emocionais e contextuais na compreensão da sexualidade dos casais é abordado, de seguida, o conceito de cada uma das variáveis sócio-emocionais (vinculação, intimidade e regulação emocional) e a sua relação com o funcionamento sexual.

Segundo Dewitte (2014) a resposta sexual pode ser influenciada por fatores individuais, do parceiro, do contexto/sociais-culturais e por fatores da própria relação (Dewitte, 2014). Entre os fatores individuais destaca-se o tipo de vinculação, que de acordo com Bowlby (1969; 1973) consiste num laço afetivo/emocional entre a criança e o seu cuidador que se caracteriza pela procura, por parte da criança, de segurança e conforto da relação estabelecida (Bowlby, 1969; Bowlby, 1973). Ainsworth definiu três padrões de vinculação: seguro, inseguro-ambivalente/ansioso e inseguro-evitante (Ainsworth, Blehar, Waters & Wall, 2015)

Note-se que, o tipo de vinculação influencia e é influenciado pelas experiências de relacionamento mais íntimas e por isso, prediz diferenças nos laços afetivos criados (Salvaterra, 2007). Além disto, o estilo de vinculação de um indivíduo é usado para interpretar os objetivos e intenções do parceiro e está na base da forma como este se comporta tendo em conta a forma como espera ser tratado pelo outro (Dewitte, 2014). Neste sentido, Portela (2015) defende que o estilo de vinculação do adulto tem influência na forma como são vivenciadas as relações amorosas, nomeadamente através da vinculação amorosa e que por exemplo, um estilo ansioso prediz uma baixa vinculação amorosa segura (Portela, 2015).

Logo, o tipo de vinculação adotado e a resposta dos parceiros encontram-se associados, o que em termos de funcionamento sexual se traduz no facto de que um determinado estilo de vinculação modela as respostas sexuais do parceiro e que, por sua vez, influencia a resposta sexual do primeiro (Dewitte, 2014). Uma investigação recente comprova que mulheres com altos níveis de vinculação ansiosa/ambivalente e evitante apresentam menor satisfação e realização sexual. Tal poderá ser explicado por estes tipos de vinculação estarem associados a maiores dificuldades em comunicar as suas necessidades sexuais ao parceiro. Contudo, embora a vinculação seja um fator importante quando se tem em conta a satisfação sexual das mulheres, nos homens poderá existir outros elementos mais importantes, uma vez que uma vinculação insegura não estava relacionada com a satisfação sexual dos homens. Apesar disto, homens com uma vinculação evitante ou ansiosa/ambivalente parecem ter na mesma maiores dificuldades em comunicar com o parceiro sexual, o que reduz a expressão de desejos e limites sexuais no relacionamento (Goldsmith et al., 2016). De acordo com vários estudos reunidos numa revisão sistemática elaborada por Dewitte (2012) indivíduos com vinculação ansiosa/ambivalente revelam mais emoções negativas durante o sexo, preocupações com o desempenho sexual, sendo frequente que as mulheres apresentem baixa excitação, desejo sexual e orgasmos menos frequentes. Já indivíduos com vinculação evitante revelam igualmente menor comunicação sexual com o parceiro, menores níveis

de excitação sexual, de frequência de orgasmo, maior evitamento de atividade sexual e por isso, menor frequência da mesma (Dewitte, 2012).

No que toca à intimidade, apesar de ser reconhecida a sua importância para entender a qualidade dos relacionamentos conjugais, existem dificuldades em defini-la. Tal, deve-se ao facto de existirem diferentes definições de intimidade, nomeadamente: emocional, cognitiva, intelectual, sexual e social. Entre os vários conceitos, a intimidade é definida como uma partilha de vida, de desejo, de capacidade de ficar perto do parceiro e que, por esta razão implica afeto, amor, cuidado, apoio e sexo (Raffagnino, Penzo & Bertocci, 2012). É comum nas várias definições de intimidade a referência à “exposição de algo privado entre os parceiros, através de uma ação intencional e de reciprocidade” (Gomes, 2003 as cited in Lopes, 2012, p.6).

Posto isto, note-se que a intimidade e a sexualidade encontram-se relacionadas. Globalmente, níveis altos e mudanças positivas da intimidade estão associados a maior satisfação sexual, frequência sexual e paixão no relacionamento com o parceiro (Rubin & Campbell, 2012). A título exemplificativo, descreve-se o resultado de um estudo de Stulhofer, Ferreira e Landripet (2014) que teve como objetivo compreender o papel da intimidade emocional na sexualidade masculina, mais precisamente a nível da satisfação e do desejo sexual. Como resultados destaca-se que a maioria dos homens que revelaram um decréscimo no interesse sexual demonstravam baixa intimidade com a parceira e vice-versa e, por isso, concluiu-se que uma maior intimidade emocional diminuiu significativamente a probabilidade de existir um baixo desejo sexual e estava por isso, associada a níveis altos de satisfação sexual. Assim, concluiu-se que há evidência de que a intimidade emocional afeta o bem-estar sexual (Stulhofer et al., 2014).

Relativamente às emoções, é importante realçar que estas não se resumem apenas à reação fisiológica do organismo a um estímulo, pois também envolvem o significado que o indivíduo atribui a essa ativação fisiológica, tendo em conta o contexto em que ela ocorre e as experiências e memórias passadas (Barret, 2006). Isto designa-se de diferenciação emocional, uma vez que perante a ativação emocio-

nal, é o que leva a que o indivíduo experiencie uma emoção (Barret, 2006).

Contudo, as pessoas apresentam a “capacidade para monitorizar, avaliar e mudar o comportamento emocional por meio do uso de estratégias adequadas e adaptadas ao ambiente”, habilidade que se designa de regulação emocional (Gross, 2014, p.6). Neste seguimento, as estratégias de regulação emocional têm sido reconhecidas como um aspeto fundamental para o bom funcionamento dos relacionamentos, assim como a desregulação emocional é tida como um fator de risco para a separação e desacordo entre os casais. De forma mais específica, um estudo de Tani e colaboradores (2015) mostrou que várias dimensões da desregulação emocional estavam correlacionadas com a intimidade do casal, nomeadamente que os indivíduos com dificuldades em reconhecer as emoções, identificá-las e em confiar nas suas estratégias para lidar com emoções tendiam a ter um relacionamento menos íntimo com o parceiro, pois evitavam o contacto próximo com o mesmo devido ao medo de se envolverem emocionalmente e de poderem vir a ser controlados pelo parceiro. Além disto, tendiam a perceber menos as emoções e os sentimentos do parceiro (Tani, Pascuzzi & Raffagnino, 2015).

Em termos de sexualidade, estudos comprovaram que problemas na regulação emocional estavam associados a uma diminuição da satisfação sexual (Rellini, Vujanovic, Gilbert & Zvolensky, 2012). De forma precisa, verificou-se que a desregulação emocional estava associada a comportamentos sexuais de risco como falta de uso de contraceptivos e relações sexuais sob abuso de álcool/drogas (Messman-Moore, Walsh & Dillillo, 2010). Em suma, concluiu-se que a desregulação emocional pode ser importante para a compreensão do funcionamento sexual, em particular para certos problemas sexuais como a insatisfação sexual (Rellini et al., 2012).

MF, CO, VG & FN (Marisalva Fávero, Cláudia Oliveira, Valéria Gomes e Filipe Nunes)