Instituto Superior Miguel Torga

O Papel da Vinculação Adulta nas Relações Entre Memórias de Calor e Segurança e Satisfação Sexual em Pessoas LGB+

Dissertação

Mestrado em Psicologia Clínica

Especialização em Terapias Cognitivo-Comportamentais

Bárbara Silva Pinto, 11799
Coimbra, 2025

MIGUEL TORGA

CIM RC
COMUNIDADE INTERMUNICIPAL REGIÃO DE COIMBRA

O Papel da Vinculação Adulta nas Relações Entre Memórias de Calor e Segurança e Satisfação Sexual em Pessoas LGB+

BÁRBARA SILVA PINTO

Dissertação apresentada ao ISMT para obtenção do grau de Mestre em Psicologia Clínica na Área de Especialização de Terapias Cognitivo-Comportamentais

Orientador: Professor Doutor Diogo Carreiras, Professor Auxiliar, ISMT

Coimbra, Outubro de 2025

Agradecimentos

A presente dissertação representa não apenas o culminar de um percurso académico, mas também o reflexo do apoio, incentivo e dedicação de muitas pessoas, às quais gostaria de expressar a minha mais sincera gratidão.

Em primeiro lugar, manifesto o meu profundo agradecimento ao Professor **Diogo Carreiras**, pela orientação, disponibilidade, profissionalismo, compreensão e dedicação ao longo de todo este processo. A sua orientação foi determinante para o desenvolvimento e concretização deste trabalho. Queria deixar um agradecimento especial também ao Professor Doutor **Daniel Seabra** por me ter dado a oportunidade de fazer parte deste estudo, do qual saí muito enriquecida.

Um agradecimento especial dirigido às minhas colegas de orientação, **Sofia e Marta**, cujo apoio, incentivo e colaboração foram fundamentais para a superação dos desafios ao longo deste percurso.

À minha família, em particular aos meus pais, à minha irmã, aos meus avós, tios e primos expresso um profundo reconhecimento pelo amor incondicional, paciência e incentivo constante, que foram pilares essenciais para a conclusão desta etapa.

Quero ainda deixar o meu apreço às minhas colegas de casa, **Cindy e Beatriz**, pela amizade e apoio nos momentos mais desafiantes. A vossa companhia, alegria e incentivo tornaram este percurso mais leve e enriquecedor. A ti, **Cindy**, deixo uma palavra de gratidão muito especial, pela presença constante e por partilhares comigo esta etapa tão significativa da minha vida.

Por fim, agradeço aos meus amigos — **Gustavo Matos, João Marta, Rodrigo Bento, Rodrigo Santos, Benjamin Fisher, Rodrigo Fernandes, Rodrigo Santos, Jean Queiroz, Beatriz Silva, Joana Correia e Ana Carolina Veiga** — que, de diferentes formas, estiveram presentes e contribuíram para que os momentos de maior dificuldade fossem vividos com mais leveza, alegria e motivação.

A todos, o meu mais sincero obrigada.

"O medo de ser feliz é o que nos impede de sê-lo."

- Fernando Pessoa

RESUMO

Objetivo: A presente investigação teve como objetivo central analisar a relação entre memórias precoces de calor e segurança na infância, estilos de vinculação na vida adulta e satisfação sexual em indivíduos pertencentes a grupos sexuais minorizados (LGB+). Procurou-se compreender de que forma experiências afetivas na infância influenciam o desenvolvimento de vínculos seguros e, consequentemente, o bem-estar sexual.

Metodologia: Participaram 80 indivíduos LGB+, com idades compreendidas entre os 18 e os 48 anos, recrutados *online*. Foram utilizados três instrumentos de autorresposta: a Escala de Memórias Precoces de Calor e Segurança (EMWSS), a Escala de Vinculação do Adulto (EVA) e a Nova Escala da Satisfação Sexual – Versão Curta (NSSS-S). A recolha de dados ocorreu entre fevereiro e junho de 2025, respeitando os princípios éticos para estudos com seres humanos. As análises incluíram estatísticas descritivas, correlações de Pearson, testes *t-student*, ANOVA e modelos de mediação com para avaliar o efeito mediador da vinculação adulta.

Resultados: Observou-se que memórias precoces de calor e segurança se associam positivamente à vinculação segura (conforto e confiança) e à satisfação sexual centrada no eu. Não se verificaram diferenças relevantes nas variáveis psicológicas em função de género, orientação sexual ou nível socioeconómico, exceto para habilitações literárias, que influenciou a satisfação sexual centrada no eu e o conforto na vinculação. A análise de mediação revelou que o conforto na vinculação mediou totalmente a relação entre experiências precoces e satisfação sexual centrada no eu, mas não com a satisfação sexual focada no/a parceiro/a.

Conclusão: Os resultados sugerem que experiências afetivas precoces desempenham um papel central na construção de vínculos seguros, que, por sua vez, promovem maior satisfação sexual individual em pessoas LGB+. A vinculação adulta emerge como um mecanismo de resiliência frente a desafios relacionais e stress minoritário. Estes resultados reforçam a importância de intervenções direcionadas ao fortalecimento da vinculação segura e competências relacionais em populações sexuais minorizadas.

Palavras-chave: Vinculação adulta; Memórias precoces de calor e segurança; Satisfação sexual; minorias sexuais; Bem-estar relacional.

ABSTRACT

Objective: The present study aimed to examine the relationship between early memories of warmth and safety in childhood, adult attachment styles, and sexual satisfaction in individuals belonging to sexual minority groups (LGB+). It sought to understand how affective experiences in childhood influence the development of secure bonds and, consequently, sexual well-being.

Methodology: Eighty LGB+ individuals, aged between 18 and 48 years, recruited online, participated in the study. Three self-report instruments were used: the Early Memories of Warmth and Safety Scale (EMWSS), the Adult Attachment Scale (EVA), and the New Sexual Satisfaction Scale – Short Form (NSSS-S). Data collection took place between February and June 2025, in accordance with ethical principles for research involving human participants. Analyses included descriptive statistics, Pearson correlations, Student's t-tests, ANOVA, and mediation models to assess the mediating effect of adult attachment.

Results: Early memories of warmth and safety were positively associated with secure attachment (comfort and trust) and self-focused sexual satisfaction. No significant differences were observed in psychological variables according to gender, sexual orientation, or socioeconomic level, except for educational attainment, which influenced self-focused sexual satisfaction and attachment-related comfort. Mediation analysis revealed that comfort in attachment fully mediated the relationship between early experiences and self-focused sexual satisfaction, but not partner-focused sexual satisfaction.

Conclusion: The findings suggest that early affective experiences play a central role in building secure bonds, which, in turn, foster greater individual sexual satisfaction among LGB+ people. Adult attachment emerges as a mechanism of resilience in the face of relational challenges and minority stress. These results highlight the importance of interventions aimed at strengthening secure attachment and relational skills in sexual minority populations.

Keywords: Adult attachment; Early memories of warmth and safeness; Sexual satisfaction; Relational well-being

ÍNDICE

Introdução 1

Objetivo do Estudo e hipóteses 4

Metodologia 4

Procedimentos 4

Instrumentos de Avaliação 5

Participantes 6

Análise Estatística 8

Resultados 9

Análise Preliminar de Dados 9

Variáveis Psicológicas em Função das Variáveis Sociodemográficas 9

Análise de correlações 10

Mediação 12

Discussão 13

Limitações e Estudos Futuros 17

Referências Bibliográficas 18

INTRODUÇÃO

No âmbito das relações interpessoais, a teoria da vinculação constitui um dos principais referenciais para a compreensão dos processos através dos quais os indivíduos estabelecem e mantêm laços afetivos ao longo da vida. De acordo com Crowell et al. (1999), a vinculação adulta assenta em dois princípios fundamentais: (i) a relevância dos padrões normativos de vinculação e (ii) as diferenças individuais na sua organização. Bowlby (1969/1982) postulou que os vínculos afetivos formados na idade adulta apresentam natureza semelhante àqueles estabelecidos na infância, sobretudo no que respeita à procura de segurança, proteção e intimidade (Canavarro et al., 2006).

O primeiro contexto de socialização e vinculação ocorre durante a infância, predominantemente na relação com os pais ou cuidadores, através da responsividade às necessidades explícitas (e.g., alimentação) e implícitas (e.g., toque acolhedor e sensível) da criança (Edwards et al., 2025). Com base na qualidade das respostas parentais, Ainsworth (1985) identificou três padrões principais de vinculação: seguro, ansioso-ambivalente e evitante. A vinculação segura emerge de respostas sensíveis e consistentes, promovendo confiança e regulação emocional eficaz; o padrão ansioso-ambivalente resulta de respostas inconsistentes, associando-se a insegurança e maior ansiedade; já o evitante decorre da indisponibilidade emocional dos cuidadores, fomentando estratégias de autossuficiência e evitamento da intimidade (Edwards et al., 2025).

Na idade adulta, estes padrões tendem a manter-se, manifestando-se particularmente nos relacionamentos românticos, os quais se constituem como um contexto privilegiado para a expressão dos comportamentos de vinculação (Edwards et al., 2025). Nestas relações, os parceiros desempenham um papel central na satisfação das necessidades emocionais, assegurando suporte mútuo sem pressupor dependência. Além da dimensão afetiva, os relacionamentos românticos englobam igualmente a dimensão sexual, o que evidencia o caráter multifacetado do vínculo (Garcia, 2024). Os Modelos Internos de Funcionamento orientam a forma como os indivíduos se percecionam a si próprios e aos outros enquanto figuras seguras, influenciando as estratégias de regulação emocional (Edwards et al., 2025). Adultos com vinculação segura tendem a confiar nas suas relações e em si mesmos; aqueles com vinculação ansiosa manifestam maior necessidade de proximidade e insegurança; enquanto os de estilo evitante revelam desconforto perante a intimidade e resistência à dependência emocional. Mais

recentemente, a teoria da vinculação adulta expandiu-se para considerar hierarquias de figuras de vinculação (parceiros, familiares e amigos próximos) e variáveis contextuais, tais como stress, identidade social e fatores sociopolíticos (Edwards et al., 2025).

As experiências precoces de calor e segurança – caracterizadas por ternura, responsividade e preocupação – são essenciais para a regulação emocional e para o desenvolvimento de sentimentos de segurança (Cunha, 2019). Estas vivências proporcionam sinais de cuidado e investimento afetivo, reforçando a partilha de emoções positivas e fomentando a proximidade interpessoal. O ambiente familiar, em particular a relação parental, desempenha papel central no desenvolvimento psicobiológico da criança. O afeto positivo ativa o sistema de *soothing*, reduzindo a perceção de ameaça, promovendo segurança e facilitando a exploração social, o cuidado mútuo e o equilíbrio entre os sistemas motivacionais de *Drive* e *Threat* (Cunha, 2019). Assim, experiências de calor e cuidado nos primeiros anos de vida influenciam diretamente a capacidade de estabelecer vínculos seguros, bem como de cultivar compaixão e empatia.

A satisfação constitui um indicador central do bem-estar subjetivo e é entendida como a avaliação cognitiva e afetiva que o indivíduo realiza acerca de diferentes domínios da sua vida, incluindo o trabalho, os relacionamentos e a esfera pessoal (Sánchez-Fuentes et al., 2014). No âmbito dos relacionamentos íntimos, a satisfação sexual destaca-se como um dos principais determinantes da qualidade relacional. Esta é influenciada por fatores como comunicação, autoestima, compatibilidade sexual e atitudes perante a sexualidade (Meston & Trapnell, 2005). A investigação demonstra que a comunicação aberta e eficaz acerca das necessidades e preferências sexuais constitui um dos preditores mais robustos da satisfação sexual, sobretudo em relacionamentos de longa duração (Sánchez-Fuentes et al., 2014).

O estudo da sexualidade humana tem-se expandido para populações pertencentes a minorias sexuais, em particular indivíduos LGB+, cujas experiências são atravessadas por dinâmicas sociais e culturais específicas (Guerra, 2020). As identidades LGBTQIA+ refletem a interação entre identidade de género e orientação sexual, abrangendo uma ampla diversidade que escapa a categorizações lineares e fixas (Gato, 2022). Para além dos fatores individuais, o modelo do stress minoritário (Meyer, ref.) destaca a influência de fatores estruturais, como políticas discriminatórias e desigualdades institucionais, que comprometem o bem-estar destas populações. Embora se verifiquem progressos legislativos em Portugal, o preconceito e a discriminação persistem em múltiplos

contextos (Gato, 2022). O impacto do stress minoritário pode, contudo, ser mitigado através do apoio social, da autoaceitação e da adoção de estratégias de coping resilientes (Gonçalves et al., 2018).

A literatura identifica ainda diferenças de género e orientação sexual na vinculação afetiva. Enquanto as mulheres tendem a apresentar níveis mais elevados de empatia, os homens valorizam mais frequentemente relações de caráter casual (Nascimento, 2017; Weiss, 1974). Apesar da proposta de Ainsworth (1985) de que os estilos de vinculação não diferem substancialmente entre heterossexuais e homossexuais, Greenan e Tunnell (2003) sublinham o papel significativo de fatores sociais e culturais. Neste contexto, estudos sugerem que mulheres homossexuais tendem a formar vínculos mais estáveis, ao passo que homens homossexuais, muitas vezes expostos a experiências adversas na infância, apresentam maior propensão para estilos de vinculação inseguros (Nascimento, 2017).

No caso dos homens gays, os padrões de vinculação apresentam semelhanças estruturais com os dos casais heterossexuais, incluindo preditores de satisfação relacional, como intimidade, comunicação e resolução construtiva de conflitos. Todavia, a construção das narrativas de vinculação nesta população é marcada por experiências específicas de heterossexismo, homofobia e homonegatividade (Allan & Westhaver, 2017). O processo de *coming out* pode reconfigurar os modelos internos de funcionamento, conferindo maior relevância às redes de pares e comunidades de pertença. Estudos indicam que a vinculação insegura (ansiosa ou evitante) se associa a homonegatividade internalizada, confusão identitária e maior dificuldade no desenvolvimento de uma identidade positiva (Edwards et al., 2025).

Por outro lado, casais gays tendem a demonstrar maior flexibilidade nos acordos sexuais, com taxas mais elevadas de relacionamentos não monogâmicos. No entanto, a literatura aponta que tanto relacionamentos abertos como fechados apresentam níveis semelhantes de satisfação, não havendo relação direta entre estilo de vinculação e configuração sexual do vínculo (Trachtenberg-Ray & Modesto, 2021).

Tendo em conta este enquadramento, o presente estudo propõe-se analisar as relações entre vinculação adulta, memórias de calor e afeto e satisfação sexual em populações sexuais minoritárias, contribuindo para uma compreensão mais abrangente e

contextualizada dos fatores que influenciam o bem-estar e a qualidade relacional nestes grupos.

Objetivo do Estudo e Hipóteses

O presente estudo tem como principal objetivo investigar de que forma o estilo de vinculação na vida adulta se relaciona com memórias de calor e afeto vivenciadas na infância e com a satisfação sexual na população LGB+. A literatura sustenta que experiências afetivas precoces podem influenciar o desenvolvimento de vínculos emocionais seguros ao longo da vida, os quais, por sua vez, podem impactar positivamente a vivência da sexualidade. A partir desse objetivo geral, foram formuladas quatro hipóteses de pesquisa: a primeira (*H1*) propõe que a vinculação segura na vida adulta está positivamente associada à satisfação sexual na população LGB+; a segunda (*H2*) sugere que memórias de calor e afeto durante a infância estão positivamente associadas à vinculação segura na vida adulta; a terceira hipótese (*H3*) indica que memórias de calor e afeto na infância estão positivamente associadas à satisfação sexual na vida adulta; por fim, a quarta hipótese (*H4*) propõe que a vinculação na vida adulta atua como uma variável mediadora na relação entre memórias de calor e afeto na infância e a satisfação sexual na população LGB+. A investigação dessas relações pretende contribuir para a compreensão dos fatores emocionais que influenciam o bem-estar sexual de pessoas LGB+, considerando a importância dos vínculos afetivos ao longo do desenvolvimento humano.

METODOLOGIA

Procedimentos

Inicialmente foi pedida a autorização para o uso dos instrumentos utilizados neste estudo aos autores das respetivas validações, a qual foi concedida. Posteriormente, o estudo foi submetido à Comissão de Ética e Deontologia da Investigação Científica da Escola de Psicologia e Ciências da Vida da Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias para verificação do cumprimento dos princípios éticos subjacentes à investigação com seres humanos, obtendo parecer positivo. O estudo foi divulgado online em locais estratégicos, tais como, redes sociais e grupos *online*, através de contactos pessoais de modo que participantes potencialmente interessados/as pudessem responder

no seu tempo oportuno. Os dados foram recolhidos através da plataforma *Google Forms*. Ao clicarem na hiperligação para o estudo, os/as participantes tinham acesso à informação sobre o mesmo, contactos da equipa de investigação, questões éticas salvaguardadas (e.g., anonimato, confidencialidade, participação voluntária, uso exclusivo dos dados para fins de investigação) e ao consentimento informado (de acordo com a Declaração de Helsínquia de 1964). Após darem o seu consentimento para participar, os/as participantes preencheram um conjunto de questionários de autorresposta para avaliação das variáveis de interesse deste estudo. Os critérios de inclusão para a participação neste estudo foram os seguintes: compreensão da língua portuguesa, terem mais de 18 anos e pertencerem à população LGB+. A recolha de dados decorreu entre fevereiro de 2025 e junho 2025. O presente estudo é de metodologia quantitativa e de natureza transversal, na medida em que os dados foram recolhidos num único momento.

Instrumentos de Avaliação

O protocolo de avaliação deste estudo incluiu um questionário sociodemográfico com dezanove questões e três instrumentos de autorresposta validados para a população portuguesa, detalhados seguidamente.

A Escala de Memórias Precoces de Calor e Segurança (*Early Memories of Warmth and Safeness Scale* – EMWSS; Richter et al., 2009; Capinha et al., 2021) é um questionário de autorresposta que mede a recordação de memórias preococes de calor, segurança e cuidado na infância, ou seja, memórias precoces positivas de afeto e proteção (ex.: "Eu senti-me seguro e protegido"; "Eu sentia que era um membro querido da minha família"). Esta escala é composta por 21 itens, avaliados em uma escala de Likert de 5 pontos (0 = *Não, nunca*; 4 = *Sim, na maior parte do tempo*). Na versão original, Richter e colegas (2009) obtiveram um alfa de Cronbach de .92. Na versão portuguesa, (Capinha et al., 2021) encontraram um valor ligeiramente mais elevado (α = .96). No presente estudo, o alfa de Cronbach foi de .97.

Escala de Vinculação do Adulto (*Adult Attachment Scale* – EVA; Collins & Read, 1990; Canavarro et al., 2006) A validação deste questionário para a população portuguesa foi elaborada por Canavarro et al. (2006). As dimensões que compõem o EVA são: (1) ansiedade, isto é, o grau de ansiedade que o individuo sente no que se refere a questões interpessoais (e.g., "As outras pessoas não se aproximam de mim tanto quanto eu gostaria"); (2) conforto, isto é, o grau em que o individuo se sente confortável com a

proximidade e intimidade (e.g., "Estabeleço, com facilidade, relações com as pessoas"); e (3) confiança nos outros, ou seja, a que nível a pessoa tem confiança nos outros e na sua necessidade, quando necessária (e.g., "Sinto-me bem dependendo dos outros"). Este questionário é composto por 18 itens com uma escala tipo Likert de 5 pontos (1 = *Nada característico em mim*; 5 = *Extremamente característico em mim*). Os α de Cronbach, na escala original foram de .75 na dimensão de Confiança, .72 na dimensão de Ansiedade e .69 no Conforto. Já na versão portuguesa, os α de Cronbach foram .54 na dimensão de Confiança, .67 na dimensão de Conforto, .84 na dimensão da Ansiedade. No presente estudo o alfa de Cronbach na dimensão de Ansiedade foi de .87, na dimensão de Conforto de .65, e na dimensão de Confiança .61.

Escala da Satisfação Sexual (A Nova Escala da Satisfação Sexual - Versão Curta (NSSS-S; Štulhofer et al., 2010; Pechorro et al., 2016) avalia a satisfação sexual, através um fator total e dois subfatores: a experiência sexual pessoal subjetiva (foco na própria pessoa, e.g., "A qualidade dos meus orgasmos") e a experiência sexual interpessoal (foco na parceria e na atividade sexual, e.g., "O equilíbrio entre o que eu dou e o que eu recebo durante o sexo"). Incorpora 12 itens que permitem a resposta através de uma escala Likert de 5 pontos (1 = *Nada satisfeito/a*; 5 = *Totalmente satisfeito/a*). Os α de Cronbach foram considerados excelentes, com a escala total de .95 e .94, satisfação centrada no eu .92 e .92, e a satisfação centrada no/a parceiro/a e na atividade sexual .94 e .89, tanto para a versão original como para a portuguesa. No presente estudo o alfa de Cronbach na subescala centrada no eu é de .92, centrada no/a parceiro/a é de .93.

Participantes

A amostra de participantes deste estudo foi composta por 80 pessoas pertencentes a grupos sexuais minorizados com mais de 18 anos *(M* = 27.30*; DP* = 7.17*)* dos quais 42 são mulheres cisgénero (52.5%), 34 homens cisgénero (42.5%), 2 mulheres transgénero (2.5%), 1 pessoa não-binária (1.3%) e 1 pessoa em questionamento (1.3%). A nacionalidade predominante é a portuguesa (88.8%). Em relação à orientação sexual, a maioria dos/das participantes identifica-se como bissexual (36.3%), seguida como gays (25%), pansexuais (22.5%) e lésbicas (16.3%). O estado civil predominante foi solteiro/a (81.3%), dos quais 43 (53.8%) não estão numa relação amorosa e 75 (93.8%) não têm filhos/as. Dos/as participantes, 19 (23.8%) têm um diagnóstico de neurodiversidade, sendo que 11 (13.8%) correspondem a casos de dislexia. No que toca à área de residência

40% encontram-se em Lisboa e Vale do Tejo, 33.8% são do Centro, 12.5% do Norte, 6.3% do Algarve, 3.8% da Região Autónoma da Madeira, 2.5% residem no estrangeiro e 1.3% da Região Autónoma dos Açores. A maioria dos/as participantes têm o ensino secundário (38,8%) ou a licenciatura (33,8%). No que respeita ao nível socioeconómico, 37.5% reportou nível baixo, 33.8% nível médio, e 28,8% nível alto. Os dados sociodemográficos estão apresentados mais detalhadamente na Tabela 1.

Tabela 1

Características sociodemográficas dos/as participantes (N = 80)

Variável	Amostra total
	***n* (%)**
Nacionalidade	
Portuguesa	71 (88.8)
Brasileira	7 (8.8)
Outra	2 (2.5)
Identidade de género	
Mulher cisgénero	42 (52.5)
Homem cisgénero	34 (42.5)
Mulher transgénero	2 (2.5)
Não-binário	1 (1.3)
Em questionamento	1 (1.3)
Orientação sexual	
Monosexual	33 (41.3)
Plurisexual	47 (58.8)
Estado civil	
Solteiro/a	65 (81.3)
Em união de facto	7 (8.8)
Casado/a	3 (3.8)
Divorciado/a	4 (5.0)
Viúvo/a	1 (1.3)
Relação amorosa	
Sim	37 (46.3)
Não	43 (53.8)
Área de residência	
Norte	10 (12.5)
Centro	27 (33.8)
Lisboa e Vale do Tejo	32 (40.0)
Algarve	5 (6.3)
Madeira (RA)	3 (3.8)
Açores (RA)	1 (1.3)
Residente no estrangeiro	2 (6.3)
Zona	
Urbana	39 (48.8)
Semi-urbana	18 (22.5)
Rural	23 (28.7)

Habilitações literárias	
Secundário ou Inferior	32 (40.1)
Licenciatura	32 (40.1)
Mestrado ou superior	16 (20.0)
Situação profissional	
Desemprego	7 (8.8)
Estudante	21 (26.3)
Trabalhador/a-Estudante	12 (15.0)
Empregado/a tempo parcial	6 (7.5)
Empregado/a tempo inteiro	34 (42.5)
Nível socioeconómico	
Baixo	30 (37.5)
Médio	27 (33.8)
Alto	23 (28.8)

Análise Estatística

Todos os procedimentos estatísticos, incluindo análises descritivas, de confiabilidade, correlacionais, de regressão e de mediação, foram realizados através do *software* IBM SPSS Statistics, versão 30. O estudo apresenta natureza transversal, dado que os dados foram recolhidos num único momento de avaliação, sendo exclusivamente de natureza quantitativa.

A normalidade das distribuições foi avaliada através do teste de Shapiro–Wilk (SW), considerando a dimensão da amostra, bem como através da análise dos valores de assimetria e curtose. De acordo com a literatura, considera-se que a distribuição é aproximadamente normal quando o teste não é significativo ($p > .05$) ou quando os valores de assimetria e curtose se encontram dentro dos limites aceitáveis (< 3 e < 10, respetivamente).

Para a comparação entre dois grupos independentes, foi utilizado o teste *t* de Student, sendo reportado também o tamanho do efeito através do *d* de Cohen, cuja magnitude foi interpretada segundo os valores de referência: pequeno (0.20), médio (0.50) e grande (0.80). A homogeneidade das variâncias foi previamente avaliada com o teste de Levene. Nos casos em que se pretendia comparar três ou mais grupos independentes, recorreu-se à ANOVA unidirecional, complementada por testes *post hoc* de comparações múltiplas (Bonferroni ou Tukey, consoante a homogeneidade das variâncias). O tamanho do efeito foi avaliado pelo Eta Quadrado (η^2), considerando-se valores pequenos (0.01), médios (0.06) e grandes (0.14).

As associações entre variáveis foram analisadas através do coeficiente de correlação de Pearson, sendo a magnitude interpretada segundo os critérios de Dancey e

Reidy (2020): perfeita (|1|), forte (|.99–.70|), moderada (|.69–.40|) e fraca (|.39–.10|). Por fim, para explorar os mecanismos subjacentes às relações entre as variáveis, foram conduzidas análises de mediação, recorrendo ao procedimento de regressão múltipla com *bootstrapping* (5.000 reamostragens). Este método permitiu avaliar o efeito indireto das variáveis mediadoras sobre a relação entre preditores e variáveis dependentes, sendo considerado estatisticamente significativo quando o intervalo de confiança a 95% não incluía o valor zero.

RESULTADOS

Análise Preliminar de Dados

A normalidade das distribuições das variáveis de interesse foi avaliada através do teste de SW. Os resultados indicaram que as subescalas de satisfação sexual e a dimensão de vinculação confiança não apresentaram distribuição normal. Contudo, a análise dos valores de assimetria e curtose revelou que todas as variáveis se encontravam dentro dos limites considerados aceitáveis (assimetria < 3; curtose < 10). Assim, optou-se pela utilização de testes paramétricos nas análises subsequentes. Adicionalmente, não foram identificados *outliers* severos, pelo que nenhum caso foi removido, preservando-se a variabilidade natural da amostra.

Variáveis Psicológicas em Função das Variáveis Sociodemográficas

Foram examinadas as diferenças nas variáveis psicológicas em função do género, da orientação sexual, do nível socioeconómico e das habilitações literárias (Tabela 2). De forma geral, apenas foram encontradas diferenças estatisticamente significativas em duas variáveis: (1) a satisfação sexual focada no eu, em função das habilitações literárias ($F(2,77) = 3.741$, $p = .028$, $\eta^2 = .09$), com níveis mais elevados reportados pelos/as participantes com mestrado ou superior; e (2) o conforto na vinculação, também em função das habilitações literárias ($F(2,77) = 6.240$, $p = .003$, $\eta^2 = .14$), onde os/as participantes com maior escolaridade apresentaram valores mais elevados.

Nas restantes comparações; género, orientação sexual e nível socioeconómico, não foram observadas diferenças estatisticamente significativas em nenhuma das variáveis avaliadas. No que se refere às correlações entre a idade e as variáveis psicológicas analisadas, não foram observadas associações estatisticamente significativas.

Análise de Correlações

Tabela 2.

Comparações entre grupos

	Género		*T (gl)*	*p*	*d*
	Mulher cis (n = 42)	Homem cis (n = 34)			
Satisfação sexual focada no eu (NSSS-S), M (DP)	20.76 (6.62)	21.35 (5.92)	-.41 (74)	.686	.094
Satisfação sexual focada no parceiro/a (NSSS-S), M (DP)	21.02 (6.49)	21.26 (5.75)	-.17 (74)	.866	.039
Vinculação Ansiedade (EVA), M (DP)	17.60 (5.44)	16.91 (5.28)	.55 (74)	.583	.128
Vinculação Conforto (EVA), M (DP)	18.74 (3.53)	18.97 (4.19)	-.26 (74)	.794	.059
Vinculação Confiança (EVA), M (DP)	18.21 (3.28)	17.91 (4.14)	.36 (74)	.723	.080
Experiências de calor e afeto na infância (EMWS), M (DP)	47.81 (18.44)	45.62 (15.92)	.55 (74)	.586	.127
	Orientação sexual				
	Mono (n = 33)	Pluri (n = 47)			
Satisfação sexual focada no eu (NSSS-S), M (DP)	20.18 (6.34)	21.28 (6.16)	-.77 (78)	.442	.176
Satisfação sexual focada no parceiro/a (NSSS-S), M (DP)	20.12 (6.21)	21.51 (6.00)	-1.01 (78)	.318	.229
Vinculação Ansiedade (EVA), M (DP)	17.67 (5.44)	17.38 (5.33)	.23 (78)	.817	.054
Vinculação Conforto (EVA), M (DP)	18.30 (4.07)	18.98 (3.60)	-.78 (78)	.436	.177
Vinculação Confiança (EVA), M (DP)	17.61 (3.94)	18.00 (3.63)	-.46 (78)	.646	.103
Experiências de calor e afeto na infância (EMWS), M (DP)	47.67 (17.17)	44.94 (17.37)	.70 (78)	.492	.158
	Nível socioeconómico			*F (gl)*	*p*	*η²*
	Baixo (n = 30)	Médio (n = 27)	Alto (n = 23)			
Satisfação sexual focada no eu (NSSS-S), M (DP)	20.17 (6.47)	21.37 (5.82)	21.04 (6.55)	.281 (2.77)	.756	.005
Satisfação sexual focada no parceiro/a (NSSS-S), M (DP)	20.30 (6.03)	21.26 (5.85)	21.39 (6.62)	.261 (2.77)	.771	.006
Vinculação Ansiedade (EVA), M (DP)	18.33 (5.07)	17.52 (6.19)	16.39 (4.60)	.858 (2.77)	.428	.022
Vinculação Conforto (EVA), M (DP)	17.80 (3.56)	19.26 (4.05)	19.22 (3.70)	1.367 (2.77)	.428	.027
Vinculação Confiança (EVA), M (DP)	17.27 (3.70)	18.26 (4.09)	18.09 (3.44)	.564 (2.77)	.571	.011
Experiências de calor e afeto na infância (EMWS), M (DP)	41.23 (17.60)	49.00 (18.61)	48.91 (14.04)	1.930 (2.77)	.152	.041
	Habilitações literárias					
	12º ou inferior (*n* = 32)	Licenciatura (*n* = 32)	Mestrado ou superior (*n* =16)			
Satisfação sexual focada no eu (NSSS-S), M (DP)	18.69 (6.75)	21.72 (5.45)	23.31 (5.51)	3.741 (2.77)	.028	.028
Satisfação sexual focada no parceiro/a (NSSS-S), M (DP)	19.47 (6.90)	21.75 (5.46)	22.25 (5.24)	1.613 (2.77)	.206	.020
Vinculação Ansiedade (EVA), M (DP)	17.97 (4.87)	18.06 (5.44)	15.44 (5.87)	1.513 (2.77)	.227	.027
Vinculação Conforto (EVA), M (DP)	17.19 (3.39)	19.09 (3.20)	20.94 (4.06)	6.240 (2.77)	.003	.103
Vinculação Confiança (EVA), M (DP)	17.34 (3.82)	17.78 (3.52)	18.94 (4.06)	.970 (2.77)	.384	.038
Experiências de calor e afeto na infância (EMWS), M (DP)	41.41 (13.78)	47.84 (18.18)	51.81(20.01)	2.304 (2.77)	.107	.107

Nota. NSSS-S = Nova Escala de Satisfação Sexual – Versão curta; EVA = Escala de Vinculação do Adulto; EMWS = Escala de memórias Precoces de Calor e Segurança; M = Média; DP = Desvio Padrão

A Tabela 3 apresenta as correlações entre as variáveis em estudo. Observou-se uma associação positiva muito forte entre a satisfação sexual focada no eu e a satisfação sexual focada no/a parceiro/a (r = .851, p < .001). A ansiedade na vinculação apresentou correlação positiva, embora fraca, com a satisfação sexual focada no eu (r = .238, p = .033), não se verificando relação significativa com a satisfação sexual focada no/a parceiro/a (r = -.188, p = .095).

Relativamente ao conforto na vinculação, este mostrou associações positivas com a satisfação sexual focada no eu (r = .372, p < .001) e no/a parceiro/a (r = .233, p = .038), bem como uma correlação negativa de magnitude moderada com a ansiedade (r = -.595, p < .001). De forma semelhante, a confiança apresentou correlações positivas com a satisfação sexual focada no eu (r = .234, p = .037) e no/a parceiro/a (r = .231, p = .039), além de associações fortes e positivas com o conforto (r = .594, p < .001) e negativas com a ansiedade (r = -.546, p < .001).

Tabela 3.

Análise de Correlações (N = 80)

	1.	2.	3.	4.	5.	6.
1. Satisfação sexual focada no eu (NSSS-S)	1	-	-	-	-	-
2. Satisfação sexual focada no parceiro/a (NSSS-S)	.851***	1	-	-	-	-
3. Vinculação Ansiedade (EVA)	.238*	-.188	1	-	-	-
4. Vinculação Conforto (EVA)	.372***	.233*	-.595***	1	-	-
5. Vinculação Confiança (EVA)	.234*	.231*	-.546***	.594***	1	-
6. Experiências de calor e afeto na infância (EMWS)	.305**	.277*	-.309**	.526***	.526***	1

Nota. *p < .05, **p < .01, ***p < .001; NSSS-S = Nova Escala de Satisfação Sexual – Versão curta; EVA = Escala de Vinculação do Adulto; EMWS = Escala de memórias Precoces de Calor e Segurança

As experiências de calor e afeto na infância revelaram correlações positivas com a satisfação sexual focada no eu (r = .305, p = .006) e no/a parceiro/a (r = .277, p = .013), bem como com o conforto (r = .526, p < .001) e a confiança na vinculação (r = .526, p < .001). Adicionalmente, verificou-se uma correlação negativa com a ansiedade na vinculação (r = -.309, p = .005), sugerindo que memórias precoces de afeto se associam a padrões vinculatórios mais seguros na vida adulta.

Análise do Papel Mediador da Vinculação Adulta na Relação Entre Experiências Precoces e Satisfação Sexual.

Dois modelos de mediação foram testados para analisar o efeito das experiências de calor e segurança na infância na satisfação sexual focada no eu e focada no parceiro, e analisar o papel mediador das três variáveis de vinculação adulta.

O primeiro modelo (Figura 1) explicou 15.31% da satisfação sexual focada no eu, $F_{(4, 75)} = 3.466$, $p = .012$. O efeito direto das experiências de calor e segurança na infância foi significativo na vinculação conforto (a1), confiança (a2) e ansiedade (a3). Porém, o seu efeito direto não foi significativo na satisfação sexual focada no eu (c' = 0.056, IC 95% [-0.03, 0.15], $p = .250$). Por sua vez, apenas o conforto na vinculação apresentou um efeito direto significativo na satisfação sexual focada no eu (b1). Relativamente ao efeito total do modelo, ele foi significativo (c = 0.110, IC 95% [0.04, 0.18], $p = .004$), e unicamente explicado pelo efeito indireto através do conforto na vinculação.

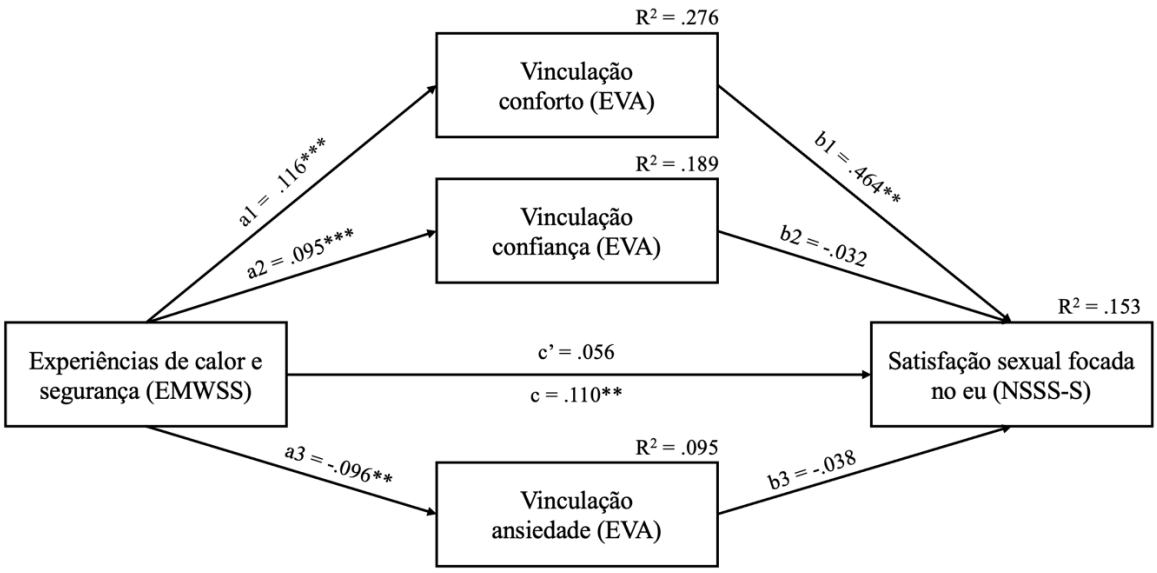


Figura 1. Modelo de mediação a predizer a satisfação sexual focada no eu com valores não estandardizados ($N = 80$).

Nota. *$p < .05$, **$p < .01$, ***$p < .001$. EMWSS = Escala de Memórias Precoces de Calor e Segurança; EVA = Escala de Vinculação do Adulto; NSSS-S = Nova Escala da Satisfação Sexual - Versão Curta

Relativamente ao segundo modelo (Figura 2), a predizer a satisfação sexual focada no parceiro/a, ele não foi significativo, $F_{(4, 75)} = 1.985$, $p = .105$), apresentando uma

variância explicada de 9%. Os efeitos diretos das experiências de calor e segurança e das três variáveis de vinculação adulta não foram significativos na satisfação sexual focada no parceiro/a.

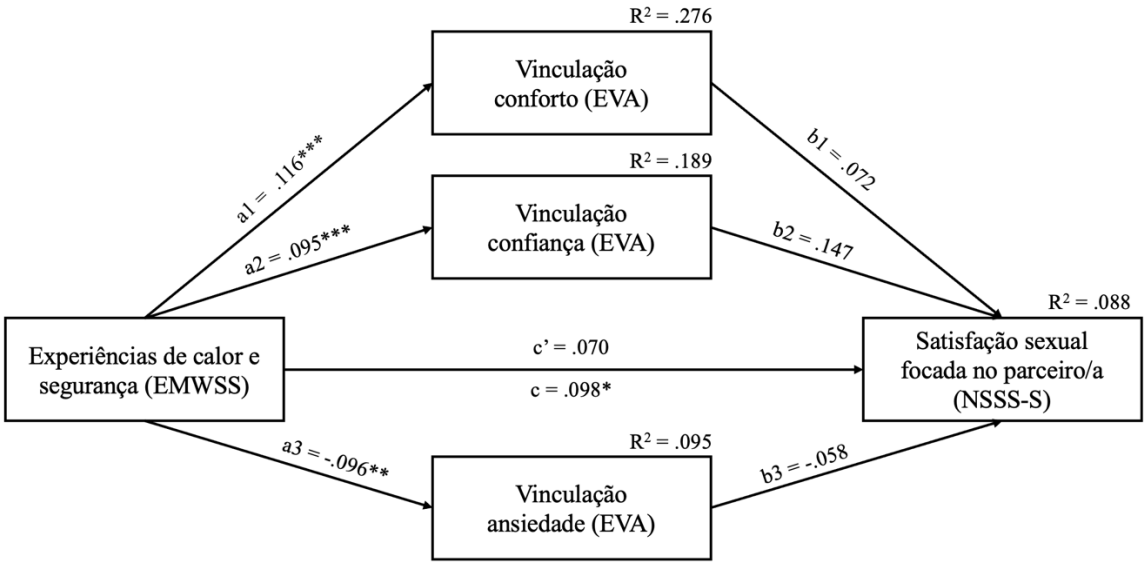


Figura 2. Modelo de mediação a predizer a satisfação sexual focada no parceiro/a com valores não estandardizados (N = 80).

Nota. *p < .05, **p < .01, ***p < .001. EMWSS = Escala de Memórias Precoces de Calor e Segurança; EVA = Escala de Vinculação do Adulto; NSSS-S = Nova Escala da Satisfação Sexual - Versão Curta

DISCUSSÃO

A literatura tem vindo a demonstrar de forma consistente que as experiências precoces de cuidado e afeto exercem um papel determinante na construção de modelos internos de funcionamento que orientam os vínculos emocionais e sexuais ao longo da vida adulta (Bowlby, 1988; Mikulincer et al., 2016). Diversos estudos apontam que a responsividade parental positiva está associada a maior segurança na vinculação, traduzindo-se em níveis superiores de confiança, intimidade e satisfação nas relações interpessoais e sexuais (Kumar et al., 2016; Yadav et al, 2024). Contudo, estudos que explorem este fenómeno em populações sexuais minorizadas permanecem escassos, apesar da relevância acrescida que fatores relacionais precoces podem assumir nesta população. Neste sentido, o presente estudo procurou compreender de que forma a

vinculação do adulto influencia a relação entre experiências precoces de calor e afeto e a satisfação sexual em pessoas LGB+.

Relativamente à influência de variáveis sociodemográficas nas variáveis psicológicas em estudo, os resultados mostraram que apenas foram encontradas diferenças ao nível das habilitações literárias. Mais especificamente, participantes com maior nível de escolaridade reportaram níveis mais elevados de satisfação sexual centrada no eu e maior conforto na vinculação. Este resultado pode dever-se ao facto de a escolaridade poder representar não só maior literacia emocional e sexual, mas também acesso a contextos socioculturais mais inclusivos, favorecendo relações interpessoais mais seguras (Mark et al., 2019). Para indivíduos LGB+, a escolaridade pode funcionar como fator protetor, ampliando o acesso a redes de apoio e reduzindo a vulnerabilidade perante contextos discriminatórios. Por outro lado, não se observaram diferenças em função do género, da orientação sexual ou do nível socioeconómico, o que sugere que, nesta amostra, estas variáveis não influenciaram a perceção das experiências precoces, a vinculação na idade adulta ou a satisfação sexual.

As correlações observadas foram consistentes com a literatura, confirmando parte das hipóteses de investigação. A satisfação sexual centrada no eu e no/a parceiro/a estiveram fortemente associadas, evidenciando a interdependência entre perceções individuais e interpessoais da experiência sexual (Feeney et al., 1990). Em linha com a *H1* (vinculação segura na vida adulta está positivamente associada à satisfação sexual na população LGB+), dimensões seguras da vinculação (conforto e confiança) estiveram positivamente associadas à satisfação sexual, enquanto a ansiedade de vinculação apresentou correlação negativa, corroborando estudos que indicam que estilos de vinculação inseguros podem dificultar o desenvolvimento de relações íntimas (Sánchez-Fuentes et al., 2014). A *H2* (memórias de calor e afeto durante a infância estão positivamente associadas à vinculação segura na vida adulta) também foi confirmada: memórias precoces de calor e afeto associaram-se vinculação de maior conforto e confiança e de menor ansiedade, demonstrando que experiências relacionais positivas na infância sustentam vínculos mais seguros na idade adulta. Do mesmo modo, a *H3* (memórias de calor e afeto na infância estão positivamente associadas à satisfação sexual na vida adulta) foi corroborada, já que memórias de cuidado precoce se associaram positivamente à satisfação sexual.

Estes resultados assumem particular relevância na população LGB+, uma vez que esta pode enfrentar obstáculos adicionais na construção de vínculos seguros. De acordo

com o Modelo do Stress Minoritário (Meyer, 2003), a vivência de estigmas e preconceitos (sejam eles distais, como episódios de discriminação, ou proximais, como o estigma internalizado; Herek, 2009) pode gerar níveis acrescidos de ansiedade e insegurança em relações sociais. Estudos prévios indicam que experiências de discriminação, rejeição familiar e homonegatividade internalizada estão associadas a maiores níveis de vinculação ansiosa e evitante (Greenan et al., 2003; Alla et al., 2017). Assim, o facto de se ter verificado uma ligação significativa entre experiências precoces de cuidado e padrões de vinculação mais seguros nesta amostra reforça a ideia de que a qualidade das relações iniciais pode funcionar como fator de resiliência, mitigando parcialmente os efeitos negativos do stress minoritário sobre a vida íntima e sexual.

A análise de mediação permitiu testar a *H4* (vinculação na vida adulta atua como uma variável mediadora na relação entre memórias de calor e afeto na infância e a satisfação sexual na população LGB). Apesar de se terem verificado diferenças em relação à satisfação sexual centrada no eu e conforto na vinculação em função do nível de escolaridade, não se considerou pertinente incluir esta variável como controlo no modelo de mediação subsequente. Esta decisão decorre da ausência de evidência teórica e empírica consistente que identifique a escolaridade como confundidora das relações em análise. Ademais, considerando o tamanho modesto da amostra, a inclusão de mais variáveis e relações no modelo poderia comprometer o seu ajustamento e a parcimónia, tendo sido, deste modo, privilegiada a clareza interpretativa.

Posto isto, os resultados do modelo mediacional mostraram que o conforto na vinculação mediou significativamente a relação entre experiências precoces de calor e satisfação sexual centrada no eu, confirmando parcialmente a *H4*. O modelo explicou 15.31% da variabilidade desta dimensão, apresentando um efeito indireto significativo, e um efeito direto não significativo. Uma vez que o efeito total foi significativo, isto sugere uma mediação total. Estes dados indicam que, para pessoas LGB+, a perceção de segurança relacional e a capacidade de lidar com a intimidade na idade adulta constituem mecanismos fundamentais que estabelecem uma ligação entre experiências relacionais precoces e o bem-estar sexual atual (Birnbaum et al., 2015). Por outro lado, as dimensões de vinculação ansiedade e confiança não apresentaram efeito mediador. Uma explicação possível é que estas dimensões refletem aspetos mais gerais da insegurança ou da dependência interpessoal, menos diretamente relacionados com a experiência subjetiva da sexualidade. Já o conforto com a proximidade capta de forma mais específica a

qualidade da experiência de intimidade, mostrando-se determinante para explicar como o cuidado precoce influencia a satisfação sexual centrada no eu.

Por sua vez, o modelo relativo à satisfação sexual centrada no/a parceiro/a não foi significativo. Este dado sugere que a vivência sexual interpessoal pode ser mais influenciada por outros fatores que não as experiências precoces ou a vinculação do adulto, como por exemplo a comunicação, a negociação de expectativas ou as experiências de discriminação vividas no contexto relacional (Byers, 2005; Impett et al., 2010). A ausência de mediação no domínio interpessoal pode refletir a complexidade acrescida das relações na população LGB+, frequentemente atravessadas por desafios externos como preconceito social, rejeição familiar e invisibilidade cultural, que impactam a forma como os indivíduos experienciam a sexualidade em casal.

No seu conjunto, os resultados confirmam as hipóteses *H1*, *H2* e *H3*, e confirmam parcialmente a *H4*, uma vez que a mediação apenas foi observada na satisfação sexual centrada no eu. Teoricamente, estes dados reforçam a centralidade da vinculação segura como mecanismo que traduz experiências precoces em bem-estar sexual adulto (Bowlby, 1988). Aplicadamente, os resultados sublinham a importância de intervenções dirigidas à população LGB+ que promovam competências relacionais e de vinculação segura, comunicação emocional e negociação interpessoal, especialmente em contextos de stress minoritário, funcionando como ferramentas de proteção contra os efeitos da discriminação e do estigma (Allan et al., 2017). A literatura atual reforça ainda que desenvolver relações íntimas de qualidade está diretamente associado à melhoria da saúde mental, bem-estar e qualidade de vida em indivíduos com orientações sexuais minorizadas (Rai et al., 2025). Além disso, experiências de discriminação desde a infância e adolescência podem impactar a formação do sentido de identidade e a capacidade de construir relações saudáveis, tornando essencial o fortalecimento de vínculos seguros e relações de qualidade (Silva et al., 2022). Assim, promover relacionamentos íntimos de segurança, cuidado e afeto emerge como uma necessidade central para mitigar possíveis efeitos do stress minoritário e potenciar o bem-estar psicológico e a satisfação sexual na população LGB+.

Limitações e Estudos Futuros

O presente estudo apresenta algumas limitações que devem ser consideradas na interpretação dos resultados. Primeiramente, o desenho transversal não permite inferir relações causais entre experiências precoces, vinculação adulta e satisfação sexual, sendo possível apenas identificar associações. Além disso, a utilização de instrumentos de autorrelato pode ter introduzido vieses de desejabilidade social, influenciando a forma como os/as participantes reportaram suas experiências e perceções. Outro ponto relevante diz respeito ao tamanho da amostra, que, embora adequado para as análises estatísticas realizadas, limita a generalização dos resultados para outras populações e contextos culturais. Adicionalmente, no presente estudo, o alfa de Cronbach obtido para a dimensão de Ansiedade foi de .87, indicando uma boa consistência interna. Por outro lado, nas dimensões de Conforto (.65) e de Confiança (.61), os valores foram mais baixos, o que pode ter comprometido parcialmente a fiabilidade das medidas nessas dimensões. Ainda assim, alguns autores defendem que coeficientes de consistência interna entre .60 e .70 podem ser considerados aceitáveis em fases exploratórias da investigação ou em estudos com construtos complexos, sendo, portanto, razoável trabalhar com estes valores. Esse aspeto deve ser tido em conta na interpretação dos resultados relacionados à vinculação. Por fim, algumas variáveis potencialmente relevantes, como a duração das relações ou a qualidade da comunicação conjugal, não foram avaliadas, o que pode ter influenciado a interpretação das relações observadas, especialmente no modelo de satisfação sexual focada no/a parceiro/a.

Em termos de investigações futuras, recomenda-se a adoção de estudos longitudinais, que permitam explorar de forma mais robusta as trajetórias de vinculação e satisfação sexual ao longo do tempo, possibilitando inferências causais. A inclusão de metodologias mistas, combinando dados quantitativos e qualitativos, poderia enriquecer a compreensão das experiências individuais e relacionais de pessoas LGB+, capturando nuances não acessíveis por medidas padronizadas. Além disso, estudos futuros poderiam ampliar a amostra, incluindo diferentes faixas etárias, contextos socioeconómicos e culturais, bem como investigar outros fatores mediadores e moderadores, como a comunicação interpessoal, o suporte social e a satisfação relacional, a fim de compreender de forma mais abrangente os mecanismos que vinculam experiências precoces à satisfação sexual na vida adulta.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Allan, B., Peplau, L. A., & Spalding, L. R. (2017). *Stress and coping in same-sex relationships: Implications for health and well-being*. Journal of Social and Personal Relationships, 34(5), 647–665. https://doi.org/10.1177/0265407516663094

Allan, R., & Westhaver, A. (2017). Attachment theory and gay male relationships: A scoping review. *Journal of GLBT Family Studies.* Advance online publication. https://doi.org/10.1080/1550428X.2017.1347076

Alla, J., Agyapong, V. I. O., Shalaby, R., & Hrabok, M. (2017). Social support and attachment in sexual minority youth: Implications for mental health. *Journal of Gay & Lesbian Mental Health, 21*(4), 327–345. https://doi.org/10.1080/19359705.2017.1320740

Andrade, D. A. F. S. (2016). Validação da Escala de Memórias Precoces de Calor e Segurança em relação ao grupo de pares (EMPCSPares) [Dissertação de mestrado, Instituto Superior Miguel Torga]. https://repositorio.ismt.pt/server/api/core/bitstreams/f9fe9d44-3a05-4ec4-bb96-bb5828eb9d92/content

Ato, J., Carneiro, N. S., & Fontaine, A. M. (ano). Contributo para uma revisitação histórica e crítica do preconceito contra as pessoas não heterossexuais. *Revista de Cultura Política*.

Birnbaum, G. E., Mikulincer, M., Szepsenwol, O., Shaver, P. R., & Mizrahi, M. (2015). What sexual satisfaction means to attachment-insecurities and why it does not mean the same to everyone. *Journal of Research in Personality, 57*, 31–43. https://doi.org/10.1016/j.jrp.2015.04.003

Bowlby, J. (1988). *A secure base: Parent-child attachment and healthy human development*. Basic Books.

Bowlby, J. (1988). *A secure base: Parent-child attachment and healthy human development*. Routledge.

Byers, E. S. (2005). Relationship satisfaction and sexual satisfaction: A longitudinal study of individuals in long-term relationships. *Journal of Sex Research, 42*(2), 113–118. https://doi.org/10.1080/00224490509552264

Canavarro, M. C., Dias, P., & Lima, V. A avaliação da vinculação do adulto: Uma revisão crítica a propósito da aplicação da Adult Attachment Scale-R (AAS-R) na população portuguesa. https://doi.org/10.17575/rpsicol.v20i1.381

Cunha, L. N. S. (2019). Escala de Memórias Precoces de Calor e Segurança: Invariância do modelo de medida por género em adultos portugueses [Dissertação de mestrado, Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade de Coimbra]. Repositório da Universidade de Coimbra https://hdl.handle.net/10316/94825

Garcia, A. R. T. (2024). Como eu me encontro nos outros: A autoestima como mediadora da relação entre a vinculação do adulto e a intimidade nas relações amorosas. http://hdl.handle.net/10400.12/10302

Edwards, C., Allan, R., Taylor, S., & Graves, C. (2025). *Lesbian women and attachment theory: A scoping review*. *Journal of Lesbian Studies*. Advance online publication. https://doi.org/10.1080/10894160.2024.2448794

Feeney, J. A., & Noller, P. (1990). Attachment style as a predictor of adult romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology, 58*(2), 281–291. https://doi.org/10.1037/0022-3514.58.2.281

Gato, J. (2022). Discriminação contra pessoas LGBTI+: Uma revisão de literatura nacional e internacional.

Gonçalves, J. A. R., Costa, P. A., & Leal, I. (2018). *Silver Rainbow: Estigma em homens gays idosos, uma perspetiva de stress minoritário*. Psicologia, Saúde & Doenças, 19(1), 80–86. https://doi.org/10.15309/18psd190112

Guerra, W. S. T. (2020). Orgulho e preconceito dentro da comunidade LGBTQIA+. Boletim de Conjuntura (BOCA), 2(3), 96. Recuperado de www.revista.ufrr.br/boca

Greenan, D. E., Benson, M. J., & Leszczynski, J. P. (2003). The relationship between internalized homophobia and patterns of attachment in gay men. *Journal of Homosexuality, 45*(2–4), 147–159. https://doi.org/10.1300/J082v45n02_08

Herek, G. M. (2009). Sexual stigma and sexual prejudice in the United States: A conceptual framework. In D. A. Hope (Ed.), *Contemporary perspectives on lesbian, gay, and bisexual identities* (pp. 65–111). Springer. https://doi.org/10.1007/978-0-387-09556-1_4

Impett, E. A., Muise, A., & Peragine, D. (2010). Sexuality in the context of relationships. In M. Mikulincer & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (pp. 434–456). Guilford Press.

Meston, C., & Trapnell, P. (2005). Development and validation of a five-factor sexual satisfaction and distress scale for women: The Sexual Satisfaction Scale for Women (SSS-W). *The Journal of Sexual Medicine, 2*(1), 66-81. https://doi.org/10.1111/j.1743-6109.2005.20107.x

Meyer, I. H. (2003). Prejudice, social stress, and mental health in lesbian, gay, and bisexual populations: Conceptual issues and research evidence. *Psychological Bulletin, 129*(5), 674–697. https://doi.org/10.1037/0033-2909.129.5.674Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2016). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change* (2nd ed.). Guilford Press.

Nascimento, P. S. (2017). Vinculação, ajustamento e satisfação conjugal em heterossexuais e homossexuais (Dissertação de mestrado). ISPA – Instituto Universitário. https://www.researchgate.net/profile/Paulo-Nascimento-16/publication/349819272_Vinculacao_Ajustamento_e_Satisfacao_Conjugal_em_Heterossexuais_e_Homossexuais/links/60422f8e92851c077f18c1ff/Vinculacao-Ajustamento-e-Satisfacao-Conjugal-em-Heterossexuais-e-Homossexuais.pdf

Rai, S., & Sethi, R. (2025). *Relationship quality, romantic status, and mental well-being among LGB and heterosexual adults*. Journal of LGBTQ+ Mental Health, 19(3), 210–225. https://doi.org/10.1080/19419899.2025.2490913

Sánchez-Fuentes, M. del M., Santos-Iglesias, P., & Sierra, J. C. (2014). A systematic review of sexual satisfaction. *International Journal of Clinical and Health Psychology, 14*(1), 67-75. https://doi.org/10.1016/S1697-2600(14)70038-9

Silva, F., Costa, M., & Oliveira, R. (2022). *Experiences of discrimination and identity formation in LGBTQ+ youth: Implications for well-being*. Diver: Revista de Diversidade e Inclusão, 10(1), 45–61. https://revistas.ufpr.br/diver/article/view/92801

Trachtenberg-Ray, D., & Modesto, O. (2021). Attachment and relationship satisfaction among gay men: The mediating role of well-being. *Sexuality Research and Social Policy, 19*(6), 2475–2486. https://doi.org/10.1007/s13178-021-00634-2

Kumar, S. A., & Mattanah, J. F. (2016). Parental attachment, romantic competence, relationship satisfaction, and psychosocial adjustment in emerging adulthood. *Personal Relationships, 23*(4), 801–817. https://doi.org/10.1111/pere.12161

Yadav, A., & Singh, P. (2024). Relationship between parental attachment styles, emotional regulation and relationship satisfaction in adult romantic relationship. *International Journal of Interdisciplinary Approaches in Psychology, 1*(1), 58–70. https://psychopediajournals.com/index.php/ijiap/article/view/224