

# Os determinantes da satisfação sexual feminina: um estudo português

Ana Alexandra Carvalheira e Isabel Leal

*Instituto Superior de Psicologia Aplicada. Lisboa. Portugal.*

## RESUMO

O estudo da satisfação sexual tem sido dificultado pela pobre conceptualização do conceito. Contudo, vários instrumentos de medida têm sido desenvolvidos. Consideramos que, nalguma medida, o conhecimento da sexualidade feminina tem sido feito a partir de extrapolações da sexualidade masculina.

Apresentamos um estudo realizado através da Internet, sobre alguns aspectos da função sexual feminina. O principal objectivo é identificar e analisar os factores mais significativos determinantes da satisfação sexual feminina, na perspectiva das próprias mulheres. O estudo é conduzido através da Internet, dirigido a mulheres com idade superior aos 18 anos, a participação foi voluntária, e usámos o método de *snow ball* via e-mail para recolha dos dados.

O trabalho que aqui apresentamos é relativo a uma análise preliminar dos primeiros resultados, numa amostra de 1148 mulheres portuguesas. O estudo encontra-se ainda a decorrer. Estes primeiros resultados revelam factores interpessoais como o principal determinante da satisfação sexual das mulheres. Em segundo lugar, aparecem factores relacionados com o funcionamento físico/sexual.

Este trabalho pode contribuir para uma melhor compreensão dos factores determinantes da satisfação sexual feminina, a partir da perspectiva das próprias mulheres, e não com base nos conhecimentos da sexualidade masculina.

**Palavras-chave:** Satisfação sexual. Sexualidade feminina.

## ABSTRACT

### **Determining factors in female sexual satisfaction: a Portuguese study**

The study of sexual satisfaction has been hampered by poor conceptualization of the concept.

However, various scales have been developed to measure sexual satisfaction. Nevertheless, we recognize how much we have imposed male-oriented criteria of sexual pleasure onto women. But there are some gender differences to consider and we realize how little we understand about the determinants of sexual satisfaction in women.

We present an on-line survey on female sexual function and the determinant factors of female sexual satisfaction. Our major purpose is to identify and analyse the meaningful factors for female sexual satisfaction in the perspective of women themselves.

The study was entirely conducted through the Internet. Voluntary participants over the age of 18 completed an on-line questionnaire concerning demographic data, sexual functioning and determinant factors of sexual satisfaction. We used a snow ball method for recruiting participants by e-mail.

We present some preliminary results in a sample of 1148 Portuguese women.

Preliminary analyses reveal the interpersonal factors as the most important determinant of sexual satisfaction for this women sample. The second factor appears to be related with physical functioning variables. This study may contribute to a better understanding of the determinant factors of female sexual satisfaction.

**Key words:** Sexual satisfaction. Female sexuality.

Trabalho realizado com uma bolsa de investigação da Fundação para a Ciência e a Tecnologia.

**Correspondência:** Prof. Dra. A.A. Carvalheira.  
Instituto Superior de Psicologia Aplicada.  
Fundação para a Ciência e a Tecnologia.  
R. Jardim do Tabaco, 34. 1149-041 Lisboa. Portugal.  
Correio electrónico: ana.carvalheira@ispa.pt

## INTRODUÇÃO

O estudo da satisfação sexual tem sido dificultado pela pobre conceptualização do constructo<sup>1</sup>. Como consequência, a medida da satisfação sexual tem sido igualmente difícil. Contudo, várias escalas têm sido desenvolvidas para medir a satisfação sexual. A Hudson Index of Sexual Satisfaction<sup>2</sup> contém 25 itens na sua versão mais recente. Outra escala é a Whitley Sexual Satisfaction Inventory<sup>3</sup> que inclui itens para avaliação do grau de satisfação sexual em diferentes tipos de actividade sexual. Outros instrumentos que medem a satisfação sexual, são os seguintes: Pinney Sexual Satisfaction Inventory<sup>4</sup>, Sexual Interaction Inventory<sup>5</sup> e ainda Derogatis Sexual Functioning Inventory<sup>6</sup>. Como parte do Interpersonal Exchange Model of Sexual Satisfaction (IEMSS)<sup>7</sup> desenvolveram o Global Measure of Sexual Satisfaction. Nesta escala, é pedida uma classificação da relação sexual em vários adjectivos bipolares, e o instrumento revelou boa fidelidade teste-reteste, elevada consistência interna e está correlacionada com outras medidas da satisfação sexual<sup>1</sup>.

Uma análise cuidadosa destes instrumentos revela alguns problemas e dificuldades metodológicas. Lawrence e Byers<sup>1,7</sup> referem que algumas escalas de satisfação sexual incluem itens relativos a comportamentos (e.g., frequência sexual) que são, nalguns estudos, usados como predictores da satisfação sexual. A inclusão dos mesmos itens (e.g., frequência da actividade sexual; consistência orgástica) ao mesmo tempo como predictores e critério de medida, impede a correcta interpretação da relação entre as variáveis.

Sprecher e Cate<sup>8</sup>, recomendam para a investigação focada na satisfação sexual, o uso de escalas com validade e fidelidade, bem como o uso de um ou mais itens globais para medir as avaliações e sentimentos dos sujeitos sobre a qualidade das suas relações sexuais. Os autores defendem ainda que o uso de uma escala de satisfação sexual, deve estar relacionada com a teoria subjacente à investigação.

O tema da satisfação sexual tem sido amplamente estudado com o objectivo de encontrar os seus predictores. A revisão da literatura revela que a frequência das relações sexuais e a ocorrência do orgasmo, têm sido apontados como indicadores objectivos de satisfação sexual. Alguns estudos têm demonstrado associações positivas entre a frequência sexual e a satisfação sexual<sup>9-12</sup>. Do mesmo modo, a ocorrência e consistência do orgasmo está positivamente associada à satisfação sexual<sup>13-16</sup>. Por outro lado, a satisfação sexual tem sido a variável da sexualidade examinada com mais frequência, pela sua associação com a estabilidade e a satisfação da relação<sup>8</sup>.

A pertinência do estudo sobre a satisfação sexual feminina, que aqui apresentamos, assenta no seguinte:

- A revisão de literatura mostra claramente a dificuldade em operacionalizar o conceito de satisfação sexual;
- Consideramos que não dispomos ainda de um corpo teórico suficiente para a análise e compreensão dos factores que influenciam e determinam a satisfação sexual feminina e masculina.
- A escassez de estudos sobre diferenças de género a nível da satisfação sexual.

Até há bem pouco tempo, a análise da sexualidade feminina era feita a partir de extrapolações da sexualidade masculina, existindo digamos que um modelo unisexo para a sexualidade. Sabemos que existem duas sexualidades, e por conseguinte, também a nível da satisfação sexual se encontram diferenças de género, o que aliás é bastante notório na prática clínica. No entanto, os factores que determinam o prazer e a satisfação sexual feminina não são ainda conhecidos.

O trabalho que aqui apresentamos é parte de um estudo português sobre a função sexual feminina em variáveis psicológicas, sociais e relacionais. Neste artigo, apresentamos apenas uma análise dos dados relativos aos factores determinantes da satisfação sexual feminina. O objectivo é identificar e analisar os aspectos relevantes para o prazer ou satisfação sexual das mulheres, na perspectiva das próprias mulheres. Apresentamos neste trabalho apenas uma análise preliminar, com os primeiros resultados obtidos na amostra resultante dos primeiros 2 meses, pois, o estudo encontra-se ainda a decorrer.

## METODOLOGIA

### Procedimentos

Este estudo foi inteiramente realizado através da Internet. A investigação foi conduzida em 3 fases:

1. Construção de um website para alojar o estudo bem como uma base de dados.
2. Estudo piloto para testar o correcto funcionamento do site e da base de dados, bem como a estrutura do questionário.
3. Divulgação do estudo e recolha da amostra.

Foi ainda elaborado um questionário de auto-resposta que contempla dados sociodemográficos e um conjunto de apartados sobre a função sexual feminina, sendo um deles relativo aos factores determinan-

tes da satisfação sexual das mulheres. Este apartado inclui uma questão central sobre os aspectos que as mulheres consideram importantes para ter satisfação sexual. Para a recolha dos dados, é apresentado um conjunto de itens com uma escala de resposta de tipo Lickert em 5 pontos (1: nada importante; 2: pouco importante; 3: moderadamente importante; 4: muito importante, e 5: fundamental). As restantes questões estão relacionadas com a existência de dificuldades sexuais, o grau de satisfação com a vida sexual no momento presente e o desejo das mulheres melhorarem a sua sexualidade.

Para a recolha da amostra foi utilizado o método snowball via e-mail, em que era divulgado o link de acesso ao estudo. A primeira página incluía um consentimento informado com informação relativa aos objectivos do estudo, a identidade dos investigadores, endereço de correio electrónico, bem como as instruções para participar. Por conseguinte, a participação foi voluntária, tratando-se de uma amostra auto-seleccionada de mulheres utilizadoras da internet.

## Amostra

Os dados que apresentamos são relativos a uma amostra de 1.148 mulheres maiores de 18 anos que completaram o questionário na totalidade. A média de idade é de 30 anos (18-71; DT = 8,07). O nível educacional é elevado sendo que 56,6% das mulheres são licenciadas, 14,8% têm uma pós-graduação, 8,4% têm mestrado, 1,8% têm doutoramento e apenas 18,3% dos sujeitos não têm estudos superiores. Relativamente ao estado civil, 60,8% são solteiras, 16,8% são casadas, 14,5% vivem em união de facto, 7,2% estão divorciadas ou separadas e 0,7% são viúvas. Ainda sobre a situação relacional, 74,9% afirmam ter uma relação de compromisso, 15,3% não têm relação de compromisso nem parceiro sexual e 9,8% não têm relação de compromisso mas têm parceiro sexual. 81% das mulheres são heterossexuais, 9,1% são homossexuais, 9,1% são bissexuais e 0,8% referem a categoria “indefinido”. Quanto à religião, 44,8% afirma ser católica não praticante, 8,5% católica praticante, 2,4% diz ser praticante de outra religião, 3,3% afirma-se não praticante de outra religião e 40,9% sem religião.

## RESULTADOS

Os principais resultados dizem respeito aos factores determinantes da satisfação sexual das mulheres. Contudo, apresentamos primeiramente alguns dados que consideramos relevantes e com algumas implicações clínicas. Um pouco mais de metade das mulheres

(56%) afirmam que gostariam de “receber do parceiro/a mais ou melhor estimulação física, ou seja, receber carícias físicas mais eficazes para se sentirem excitadas”. E 77,2% consideram fundamental “ser acariciada o suficiente antes da penetração”.

Outro dado interessante é que permite uma reflexão sobre a abordagem e o tratamento dos problemas sexuais das mulheres está relacionado com os contextos em que a mulher pode pedir ajuda. Assim, encontramos 43,2% de mulheres que respondem afirmativamente à pergunta: “O seu ginecologista pergunta-lhe sobre a sua vida sexual?”. Apenas 29,2% dos sujeitos afirmam ter a iniciativa para falar com o seu ginecologista sobre a sua vida sexual e possíveis dificuldades.

Na amostra total, 86,76% das mulheres afirma que gostaria de melhorar a sua vida sexual. E essa melhoria seria nos seguintes aspectos: fazer amor mais vezes (41,8%); ter melhor relação com o corpo (22,6%); ter mais desejo e interesse sexual (22,3%); sentir-se mais desinibida para o sexo (21,5%); ser melhor estimulada pelo parceiro/a (20,7%); fortalecer o vínculo emocional com o parceiro/a (18,3%); falar mais sobre sexo como parceiro/a (12,4%); ter orgasmo (12%); ter mais fantasias sexuais (10,5%); ter melhor auto-estima sexual (7,5%); ser capaz de revelar os interesses sexuais ao parceiro/a (8,6%); ter experiências sexuais sem relação de compromisso (7,8%); que o parceiro/a resolva o seu problema sexual (4,6%); ter menos desejo sexual (0,5%); noutros aspectos (15,4%).

Relativamente aos aspectos ou factores que determinam a satisfação sexual das mulheres, ou seja, o que é que as mulheres consideram importante para o seu prazer sexual, apresentamos na tabela 1 os resultados dos diferentes ítems, aparecendo a percentagem dos ítems considerados “muito importantes” ou “fundamentais”.

## DISCUSSÃO

Os dados revelam que a maioria das mulheres não fala com o seu médico especialista sobre a sua sexualidade. Neste estudo, 70,7% das mulheres não toma a iniciativa de falar sobre as suas dificuldades com o seu médico. Apesar de se tratar de uma amostra de mulheres jovens (M = 30) e com um nível educacional elevado, o que à partida pressupõe uma maior abertura para comunicar sobre questões da sexualidade, as mulheres não abordam o tema. Por outro lado, 56,8% refere que os médicos não abordam o tema da sexualidade. Pensamos que este dado pode ser revelador de possíveis dificuldades dos médicos ginecologistas em dar resposta às questões das vivências da sexualidade.

TABELA 1. Factores determinantes da satisfação sexual feminina

| O que considera importante para ter satisfação sexual?    | Muito importante/fundamental (%) |
|---|----------------------------------|
| Sentir-me desejada pelo parceiro/a                        | 98,5                             |
| Receber atenção do parceiro/a                             | 95,9                             |
| Sentir que o meu parceiro/a se preocupa com o meu prazer  | 95,4                             |
| Sentir que sou capaz de satisfazer o meu parceiro/a       | 92,2                             |
| Receber a estimulação física que necessito                | 91,8                             |
| Sentir que o meu parceiro/a gosta do meu corpo            | 90,1                             |
| Satisfazer as necessidades do meu parceiro/a              | 89,2                             |
| Sentir prazer físico                                      | 89,1                             |
| Sentir vontade de ter sexo                                | 87,1                             |
| Sentir-me fisicamente excitada                            | 86,8                             |
| Sentir-me psicologicamente excitada                       | 84,2                             |
| Manter o contacto físico depois do sexo                   | 80,9                             |
| Necessito que o meu parceiro/a saiba o que me excita      | 80,7                             |
| Sentir prazer sem a obrigatoriedade do orgasmo            | 80,0                             |
| Sentir-me bem lubrificada                                 | 79,0                             |
| Ser acariciada o suficiente antes da penetração           | 77,2                             |
| Não sentir vergonha                                       | 77,5                             |
| Não ter sentimentos de culpa                              | 76,9                             |
| Sentir-me segura sem pensar que estou a fazer algo de mal | 72,6                             |
| Ter uma relação romântica                                 | 72,4                             |
| Ter “preliminares” prolongados                            | 69,5                             |
| Não sentir ansiedade antes do sexo                        | 56,8                             |
| Realizar fantasias com o parceiro/a                       | 54,6                             |
| Ter um parceiro/a que tenha as mesmas fantasias que eu    | 43,9                             |
| Imaginar fantasias que me excitam                         | 38,4                             |
| Outros aspectos   | 22,6                             |

Outro dado relevante diz respeito à importância do orgasmo. 80% das mulheres considera muito importante ou fundamental “sentir prazer sem a obrigatoriedade do orgasmo”, o que revela que a consistência orgástica não é um bom indicador da satisfação sexual feminina como defendem alguns estudos, acima citados.

Parece-nos interessante constatar que uma grande maioria de mulheres (87%) gostaria de melhorar a sua vida sexual. As mulheres desejariam melhorar os seguintes aspectos: ter mais actividade sexual; melhorar a relação com o corpo; ter mais desejo e receber mais e melhor estimulação sexual. Estes resultados vão ao encontro dos encontrados noutros estudos, que revelam a falta de desejo sexual como principal queixa das mulheres, o que muitas vezes constitui mesmo um quadro de disfunção sexual. Estes dados mostram ainda a interacção entre o desejo e a excitação, que devem ser entendidas num modelo de circularidade,

como defende Basson<sup>17,18</sup>, e não como duas fases lineares e sequenciais no modelo da resposta sexual.

Parece-nos igualmente relevante o facto de 91,8% das mulheres considerar muito importante ou fundamental para a sua satisfação sexual: “*Receber a estimulação física que necessito*”. A análise deste dado remete-nos para a complexidade do diagnóstico clínico das disfunções. Sendo o diagnóstico das disfunções sexuais um diagnóstico clínico, este dado demonstra a importância de ter em conta no processo de avaliação, o tipo e a qualidade de estimulação que a mulher recebe na relação sexual, a fim de evitar a classificação de determinados problemas ou dificuldades, como disfunções. Por outro lado, este valor tão elevado de mulheres que referem o facto de receber a estimulação sexual que necessitam como algo fundamental, faz-nos questionar se essas mulheres estarão efectivamente a receber a estimulação que desejam, o que nos remete para a importância da comunicação sexual no casal.

## CONCLUSÃO

A análise dos resultados relativos aos aspectos que as mulheres consideram como muito importantes ou fundamentais para a sua satisfação, permite-nos observar que os principais factores determinantes da satisfação sexual nesta amostra de mulheres, são factores interpessoais. Ou seja, são os factores que dizem directamente respeito ao parceiro, que as mulheres mais valorizam para se sentirem sexualmente satisfeitas. Tal facto mostra como a sexualidade feminina é tão contextualizada na relação interpessoal. Neste grupo que intitulamos de factores interpessoais encontram-se os seguintes aspectos: “sentirem-se desejadas”, “receber atenção do parceiro”, “ser capaz de satisfazer o parceiro”, “sentir que o parceiro gosta do seu corpo”. Com menor grau de importância, encontramos um segundo grupo de factores que consideramos serem os factores de funcionamento físico-sexual: “sentir prazer físico”, “sentir excitação física”, “ter vontade de ter sexo”, “sentir a lubrificação”. Estes aspectos são mais individuais e relacionados com o próprio prazer e a função sexual das mulheres, contudo, não são os mais valorizados por elas. Consideramos que estes dados mostram claramente e revelam uma vez mais a importância do contexto relacional e dos factores interpessoais na resposta sexual feminina. E que este facto é assinalável das incontornáveis diferenças de género na sexualidade humana.

Limitações do estudo: como já referimos, apresentamos neste trabalho uns resultados preliminares de um estudo alargado sobre a função sexual feminina e

que está ainda a decorrer. Os dados referentes aos factores determinantes da satisfação sexual obrigam a uma análise factorial que será posteriormente realizada com a amostra final, após o encerramento do estudo. Contudo, podemos apontar já algumas limitações do estudo, nomeadamente a amostra auto-seleccionada de mulheres utilizadoras da Internet, por conseguinte, de um nível educacional elevado e longe de serem representativas da população portuguesa.

## Bibliografia

1. Lawrance K, Byers ES. Interpersonal exchange model of sexual satisfaction questionnaire. En: Davis CM, Yarber WL, Bauserman R, Schreer G, Davis SI, editors. Handbook of sexuality-related measures. Thousand Oaks, CA: Sage; 1998. p. 514-9.
2. Hudson WW. Index of Sexual Satisfaction. En: Davis CM, Yarber WL, Bauserman R, Schreer G, Davis SI, editors. Handbook of sexuality-related measures. Thousand Oaks, CA: Sage; 1998. p. 512-3.
3. Whitley MP. Sexual Satisfaction Inventory. En: Davis CM, Yarber WL, Bauserman R, Schreer G, Davis SI, editors. Handbook of sexuality-related measures. Thousand Oaks, CA: Sage; 1998. p. 519-21.
4. Pinney EM, Gerrard M, Denney NW. The Pinney Sexual Satisfaction Inventory. J Sex Research. 1987;23:233-51.
5. LoPiccolo J, Steger JD. The sexual interaction inventory: A new instrument for assessment of sexual dysfunction. Arch Sex Behav. 1974;3:585.
6. Derogatis LR, Melisaratos N. The DSFI: a multidimensional measure of sexual functioning. J Sex Marital Ther. 1979;5: 244-81.
7. Lawrance K, Byers ES. Sexual satisfaction in long-term heterosexual relationships: The interpersonal exchange model of sexual satisfaction. Personal Relationships. 1995;2:267-85.
8. Sprecher S, Cate RM. Sexual satisfaction and sexual expression as predictors of relationship satisfaction and stability. En: Harvey JH, Wenzel A, Sprecher S, editors. The handbook of sexuality in close relationships. New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates; 2004. p. 235-56.
9. Blumstein P, Schwartz P. American couples. New York: Morrow; 1983.
10. Hunt M. Sexual behavior in the 1970s. Chicago: Playboy Press; 1974.
11. Laumann EO, Gagnon JH, Michael RT, Michaels S. The social organization of sexuality: sexual practices in the United States. Chicago: University of Chicago Press; 1994.
12. Trussell J, Westoff CF. Contraceptive practice and trends in coital frequency. Family Planning Perspectives. 1980;12:246-9.
13. Birnbaum G, Glaubman H, Mikulincer M. Women's experience of heterosexual intercourse – scale construction, factor structure, and relations to orgasmic disorder. J Sex Research. 2001;38:191-204.
14. Hyde JS, DeLamater JD, Durik AM. Sexuality and the dual-career couple, part II: Beyond the baby years. J Sex Research. 2001;38:10-23.
15. Singh D, Meyer W, Zambarano R, Hurlbert D. Frequency and timing of coital orgasm in women desirous of becoming pregnant. Arch Sex Behav. 1998;27:15-29.
16. Young M, Denny G, Young T, Luquis R. Sexual satisfaction among married women. American Journal of Health Studies. 2000;16:73-84.
17. Basson R. The female sexual response: a different model. J Sex Marital Ther. 2000;26:51-65.
18. Basson R. A model of women's sexual arousal. J Sex Marital Ther. 2002;28:1-10.