

PALAVRAS PARA LÁ DA PANDEMIA: CEM LADOS DE UMA CRISE

Coord.: José Reis
Um trabalho coletivo do CES

PALAVRAS PARA LÁ DA PANDEMIA: CEM LADOS DE UMA CRISE

Coord.: José Reis
Um trabalho coletivo do CES



Centro de Estudos Sociais
Universidade de Coimbra



UNIVERSIDADE DE
COIMBRA



Organização
das Nações Unidas
para a Educação,
a Ciência e a Cultura



Universidade de
Coimbra - Alta e Sã
inscrita na Lista do Património
Mundial em 2013



PROGRAMA OPERACIONAL COMPETIÇÃO E INOVAÇÃO



UNIÃO EUROPEIA

Fundo Europeu
de Desenvolvimento Regional



Fundação
para a Ciência
e a Tecnologia

PALAVRAS PARA LÁ DA PANDEMIA: CEM LADOS DE UMA CRISE

Coordenador

José Reis

Editor

Centro de Estudos Sociais
Universidade de Coimbra

Revisão Científica

Ana Cordeiro Santos, António Sousa Ribeiro, Carlos Fortuna, João Rodrigues, José Castro Caldas, José Reis, Pedro Hespanha, Vítor Neves

Revisão Linguística

Ana Sofia Veloso, Alina Timóteo

Design e Paginação

André Queda

Julho, 2020

Este trabalho é financiado por Fundos FEDER através do Programa Operacional Factores de Competitividade – COMPETE e por Fundos Nacionais através da FCT – Fundação para a Ciência e a Tecnologia no âmbito do projeto UIDB/50012/2020.

Os dados e as opiniões inseridos na presente publicação são da exclusiva responsabilidade dos/das seus/suas autores/autoras.

ISBN

978-989-8847-25-6

RELAÇÕES AMOROSAS

Ana Paula Relvas, Alda Portugal, Luciana Sotero

O mundo enfrenta a maior pandemia do século XXI: a COVID-19. Em dezembro de 2019 registou-se o primeiro caso em Wuhan, na China; em 11 de março de 2020 a Organização Mundial da Saúde (OMS) declarou a pandemia; em 18 de março foi declarado o estado de emergência em Portugal, renovado duas vezes (3 e 17 de abril). Estes dados permitem contextualizar o problema, ou seja, o confinamento e o confronto inevitável entre o Eu e o Tu na relação amorosa.

A circunscrição à habitação e o isolamento social tornaram-se uma realidade com impacto a vários níveis na vida das famílias e dos casais. Maior assistência aos filhos, redução dos contactos com a família alargada e redes sociais, lazer familiar *indoor* e dificuldade de planeamento a curto/médio prazo, traduziu-se num grande aumento do *stress*. Um estudo desenvolvido pelo CES^{*} evidencia um aumento estatisticamente significativo do *stress*, entre os períodos pré e pós isolamento social, em pessoas que estão numa relação amorosa, em coabitação. Sabe-se que o *stress* pode provocar uma amplificação das dificuldades existentes no casal, como a perceção de menor qualidade conjugal ou aumento do conflito. O contexto criado pela pandemia promove a instabilidade da díade (que, por definição, é em si mesma instável), através do fecho sobre si própria, com redução drástica das habituais e salutares triangulações com os restantes elementos da família ou com o trabalho e os amigos, por exemplo. O problema é então a inevitabilidade da exposição sistemática e continuada do Eu ao Tu (e vice-versa), maximizando as componentes individuais e vulnerabilizando o Nós, ou seja, o coletivo do casal.

As questões de género e poder podem ser afetadas pela excessiva proximidade provocada pelo isolamento, associada à definição tradicional de papéis, ao perfil *multitasking* das mulheres e à sua função de cuidadoras. Não é assim de estranhar que, no referido estudo, 87,7% dos/as participantes que revelam maior preocupação com a pandemia sejam mulheres.

O citado estudo ajuda a identificar uma alternativa: o(s) terceiro(s) e a qualidade do apoio entre o Eu e o Tu na relação.

Apesar de extremamente preocupados/as com a pandemia e atingindo níveis muito elevados de *stress*, os/as participantes mostraram que ter alguém com quem se preocupar para além do outro (do Tu), no mesmo espaço de confinamento, parece ser protetor da relação, permitindo que a perturbação emocional (*stress*, depressão e ansiedade em conjunto) seja menor. Esse alguém, o “terceiro” que ajuda a estabilizar a díade, neste caso, são os filhos, independentemente da sua idade.

O companheirismo e a perceção da qualidade da relação associam-se a maior sensação de controlo sobre a pandemia e a maior bem-estar individual, mas fica claro que esta não interfere transversalmente em todas as relações, pois as mais vulneráveis tendem a ser as mais afetadas negativamente pelo confinamento.

* https://www.ces.uc.pt/ficheiros2/files/RELATORIO_Resultados%20Preliminares%20sobre%20Impacto%20Psicossocial%20da%20COVID-19%20em%20Portugal.pdf