

**ATAS DO**  
**11º CONGRESSO NACIONAL**  
**DE**  
**PSICOLOGIA DA SAÚDE**



**Isabel Leal, Cristina Godinho, Sibila Marques,  
Paulo Vitória e José Luís Pais Ribeiro (Orgs.)**

**Sociedade Portuguesa de Psicologia da Saúde, Lisboa**

**ATAS DO**  
**11º CONGRESSO NACIONAL**  
**DE**  
**PSICOLOGIA DA SAÚDE**

Editores

Isabel Leal, Cristina Godinho, Sibila Marques,  
Paulo Vitória e José Luís Pais Ribeiro

Organização

ISCTE  Escola de Ciências Sociais e Humanas  
INSTITUTO UNIVERSITÁRIO DE LISBOA



Apoio



Patrocínio



**Ficha Técnica**

Título: Atas do 11º Congresso Nacional de Psicologia da Saúde

Editores: Isabel Leal, Cristina Godinho, Sibila Marques, Paulo Vitoria e José Luís Pais Ribeiro

1ª Edição, Janeiro 2016

ISBN-978-989-98855-3-0

Capa e grafismo: Sociedade Portuguesa de Psicologia da Saúde, Lisboa

Composição: Sociedade Portuguesa de Psicologia da Saúde, Lisboa

## **Perceção de risco no *one-night stand* – Um estudo com adultos emergentes**

*ANA MENDÃO (\*)*  
*CONSTANÇA BISCAIA (\*)*  
*FÁTIMA BERNARDO (\*)*  
*MADALENA MELO (\*)*

### *A Adulter Emergente*

Com as mudanças sócio-culturais ao longo do século XX, a passagem da adolescência para a adultez, tornou-se um processo mais complexo e prolongado no tempo, que levou à emergência duma nova fase no ciclo de vida. Esta fase, que Arnett (2000) procura estudar na sua Teoria da Adultez Emergente, situa-se entre os 18 e os 25 anos e, embora englobe aspetos dos períodos adjacentes (adolescência e adultez), tem características e tarefas que lhe são próprias. Deste modo, a fase da adultez emergente foi definida como sendo: a idade das explorações identitárias, na qual os indivíduos se apresentam mais independentes relativamente ao controlo parental, mas ainda assim livres de compromissos e responsabilidades, encontrando o equilíbrio ideal para explorarem novas possibilidades, clarificando as suas identidades; a idade da instabilidade, associada às explorações características deste período; a idade focada no *self*, promovendo o desenvolvimento de capacidades para o quotidiano e dos pilares essenciais para a vida adulta, com o objetivo de atingir a autossuficiência; a idade do sentimento de indefinição, visto esta ser uma fase de transição onde não se é adulto, mas também já não se é adolescente; e a idade das possibilidades, onde surgem sentimentos de esperança e de desejos de autorrealização.

São os(as) estudantes universitários(as) que constituem a população mais representativa dos adultos emergentes, aparecendo o meio universitário como um espaço fundamental de exploração e de ocasião para a resolução dos conflitos identitários que caracterizam esta fase do desenvolvimento.

### *O adulto emergente e a vivência do One-night stand*

Ao entrar na adultez emergente, muitos(as) jovens que já iniciaram a exploração da sexualidade na adolescência, dão continuidade à mesma, sendo também nesta fase que os(as) jovens procuram a sua independência, tendendo a visão de descompromisso a

---

(\*) Universidade de Évora, Lisboa, Portugal.

refletir-se na maior parte dos relacionamentos. Este fator, em conjunto com o ambiente universitário (experienciado como encorajador das atividades sexuais), leva a uma maior probabilidade de ocorrência de *one-night stands* entre os(as) jovens, visto estes não acarretarem responsabilidades nem compromissos.

O *one-night stand* não tem uma definição universal, sendo possível encontrar diferentes versões em função dos autores. Neste estudo foi utilizada a definição de Paul et al. (2000), para quem o *one-night stand* é um encontro que pode incluir, ou não, relações sexuais, ocorrendo numa única ocasião entre duas pessoas desconhecidas ou pouco conhecidas, embora também possa acontecer entre amigos, colega de turma ou com outras pessoas frequentadoras do mesmo meio (Bogle, 2008; Grello et al., 2006).

O *one-night stand* pode acarretar diversos riscos, sendo que estes aparecem por vezes associados ao consumo de álcool, o fator que a literatura aponta como sendo um dos que tem maior influência quer no sexo ocasional, quer no sexo desprotegido. Contudo, o álcool parece coexistir com outros fatores como as drogas, a influência social dos contextos e dos grupos e a perceção de invulnerabilidade.

Apesar da crescente incidência neste tipo de comportamento sexual nesta fase de desenvolvimento, há ainda uma grande lacuna no seu estudo, motivo que justifica a pertinência de se investigar os comportamentos de *one-night stands*, clarificando nomeadamente, os riscos e a perceção de risco que os(as) estudantes universitários(as) detêm dos mesmos.

#### *Perceção de Risco nas Relações One-night stand*

O conceito de risco assume significados diferentes em função das pessoas e das circunstâncias, o que leva ao conceito de perceção de risco definido enquanto forma como os não especialistas (ou leigos) pensam o risco (Lima, 2005). A investigação tem diferenciado o risco real do risco percebido no que diz respeito à forma como as pessoas percebem e respondem aos riscos. Nos estudos de Slovic (2000) conclui-se que não é o risco real que influencia as decisões das pessoas, mas sim a perceção do risco que as mesmas têm. Para além disso, características como a familiaridade, controlo, potencial catastrófico, equidade e nível de conhecimento, influenciam a relação entre risco percebido, benefício percebido e risco aceite (Fischhoff, Slovic, Lichtensteir, Read et al., 1978).

Por outro lado, tendo em conta que a prática de sexo ocasional é diversas vezes influenciada por fatores sociais, interpessoais e da personalidade é de esperar que o meio onde o indivíduo está inserido e as normas a ele associadas influenciem a sua opinião relativamente ao sexo ocasional. Sendo a universidade vista como um contexto privilegiado no que diz respeito ao sexo ocasional, no qual este parece ser um comportamento normal e aceite, parece fazer sentido considerar que a sua eventual influência na maneira como os(as) estudantes universitários(as) percecionam os riscos advindos deste comportamento.

## MÉTODO

O estudo que aqui se apresenta inseriu-se numa investigação mais ampla que tinha como objetivos estudar o envolvimento dos(as) estudantes universitários(as) no comportamento de sexo ocasional e a percepção de risco que este envolve, procurando ainda compreender a influência que os contextos onde os(as) estudantes universitários(as) estão inseridos (contextos grupais, sociais e familiares) podem ter quer na visão que têm quer do sexo ocasional, quer da percepção dos riscos associados a esse. Nesta comunicação, vamos apresentar os resultados respeitantes à percepção de risco no *one-night stand*, no momento e posteriormente a este e a influência que os meios facilitadores (consumo de álcool e estupefacientes e uso de métodos contraceptivos) têm, quer no envolvimento em sexo ocasional quer na percepção de risco. Serão também, apresentados os resultados relativos aos riscos sentido e às formas de prevenção dos mesmos e, ainda, sobre as relações entre o *one-night stand* e o arrependimento após este comportamento.

### *Participantes e instrumentos de recolha de dados*

Participaram 203 sujeitos, todos eles estudantes do ensino superior pertencentes à Universidade de Évora, com idades entre 18 a 25 anos ( $M=20,65$ ,  $DP=1,82$ ) dos quais 57 (28,1%) eram do sexo masculino e 146 (71,9%) eram do sexo feminino. Dentro destes, 118 (58,13%) referiram já ter praticado um ou mais *one-night stand(s)*, não tendo os outros 85 (41,87%) tido este comportamento.

Na recolha dos dados, para além dum *questionário sociodemográfico* utilizaram-se os seguintes instrumentos:

– *Inventário de Orientação Sociosexual – Revisto (IOS-R)* – versão para investigação traduzida por Varelas (2011) da original revised Sociosexual Orientation Inventory (SOI-R) (Penke & Asendorpf, 2008). Este instrumento tem como objetivo avaliar três facetas da sociosexualidade, correspondendo a cada uma delas três itens: (1) o Comportamento Passado (*Past Behavior*), ou seja, o número de parceiros(as) sexuais ocasionais e a mudança de parceiro(a) sexual; as Atitudes explícitas (*explicit Attitude*) face ao sexo sem compromisso; e, o Desejo (*Desire*) perante pessoas com quem não se detém uma relação romântica. Há que ressaltar que, no presente estudo, este inventário não foi usado na totalidade. Por este motivo, o inventário foi reformulado para efeitos de estudo, sendo excluídos os itens que avaliam a terceira faceta da sociosexualidade, mais especificamente o Desejo (*Desire*).

– *Escala de Percepção de Risco* – baseada na abordagem psicométrica da percepção de risco de Fischhoff et al. (1978). A escala do presente estudo, foi, então, baseada na quarta tarefa do estudo de Fischhoff et al. (1978), que consistia num conjunto de nove escalas com sete pontos, sendo que cada uma representava uma dimensão hipotetizada para influenciar a percepção de risco atual ou aceitável (Lowrance, 1976, citado por Fischhoff et al., 1978).

Esta tarefa foi escolhida de modo a poder-se avaliar a posição dos indivíduos face aos riscos associados às relações sexuais ocasionais, verificando-se, desta forma, até que ponto esses riscos são aceitáveis.

Realizaram-se ainda, um conjunto de *questões adicionais exploratórias* sobre os meios facilitadores e os contextos associados ao *one-night stand*, assim como as consequências advindas deste comportamento, questões estas consideradas necessárias para colmatar a insuficiente informação obtida com os instrumentos supracitados.

## RESULTADOS

Foram encontradas correlações negativas significativas entre a percepção de risco no momento do sexo ocasional e na fase posterior a este ( $r = -0,293, p < 0,01$ ;  $r = -0,400, p < 0,01$ ), parecendo haver ausência de percepção de risco no momento e na fase posterior ao envolvimento em sexo ocasional. Foram também, encontradas diferenças significativas entre a percepção de risco no momento do envolvimento em sexo ocasional e posteriormente a este [ $t(202) = -3,18, p < 0,05$ ]. Desta forma, a percepção de risco é mais elevada na fase posterior ao envolvimento em sexo ocasional, do que no momento do mesmo. No que respeita à relação entre o envolvimento em sexo ocasional e o consumo de bebidas alcoólicas, verificou-se uma correlação positiva significativa ( $r = 0,200, p < 0,01$ ). No entanto, entre o envolvimento em sexo ocasional e o consumo de estupefacientes (ex., drogas leves) os resultados revelam uma correlação negativa não significativa ( $r = -0,93, p < 0,01$ ). Relativamente aos métodos contraceptivos os resultados apontaram para uma correlação positiva significativa entre o envolvimento em sexo ocasional e uso de métodos contraceptivos (ex., preservativo) ( $r = 0,217, p < 0,01$ ). Contrariamente ao que esperado, não se verificou uma correlação estatisticamente significativa entre o arrependimento e o envolvimento em sexo ocasional ( $r = 0,073, p > 0,01$ ).

Por fim, e no que respeita aos riscos sentidos no *one-night stand*, verificou-se que os participantes deram mais ênfase aos riscos físicos, sendo que os mais mencionados foram: as infeções sexualmente transmissíveis (42,96%) e a gravidez inesperada (22,89%), sendo a percentagem de riscos psicológicos sentidos relativamente mais baixa (5,98%). No que diz respeito aos métodos de prevenção dos riscos utilizados, os mais mencionados foram os métodos clínicos, mais especificamente os métodos contraceptivos (66,67%). Os diversos riscos são também avaliados como sendo, no geral, controláveis pelos próprios indivíduos, com exceção dos riscos de gravidez inesperada e do contrair alguma doença.

## DISCUSSÃO

Neste estudo foram levantadas algumas questões iniciais que com o decorrer da análise dos resultados puderam ser respondidas: Como é que os indivíduos percebem os riscos

a que estão sujeitos nesse tipo de relações? Porque é que se expõem voluntariamente a riscos conhecidos? Ou não serão assim tão conhecidos?

No que diz respeito à forma como os indivíduos percebem os riscos, é de notar, o baixo nível de percepção dos riscos que os(as) estudantes universitários(as) têm no momento do *one-night stand*. Este fato poderá, em parte, ser explicado pela percepção de invulnerabilidade advinda do otimismo irreal (i.e., tendência para o indivíduo se perceber como imune face a acontecimentos negativos), pela utilização de heurísticas que “camuflam” os níveis de risco e pela relação que o envolvimento no mesmo tem com o consumo de substâncias e as influências sociais, assim como com os fatores contextuais, advindos da cultura de diversão muito presente no contexto universitário. Porém, depois do sexo ocasional, existe a tendência dos indivíduos considerarem que foi uma má experiência, havendo uma muito maior percepção dos riscos na fase posterior à ocorrência de comportamentos de sexo ocasional.

Os nossos dados permitem-nos também concluir, que as práticas de sexo ocasional se apresentarem muitas vezes sob a influência de álcool, sendo este um grande desinibidor das práticas sexuais e inibidor das práticas sexuais seguras. Apesar disso, verificou-se, também, que muitas vezes os(as) estudantes se envolvem mais facilmente em práticas sexuais por estarem protegidos por métodos contraceptivos, estando assim, o aumento do uso destes associado à capacidade de satisfazer as necessidades sexuais no momento (Stinson, 2010). Contudo, no que diz respeito ao consumo de estupefacientes, na nossa amostra, os(as) estudantes universitários(as) não consideram que o consumo de estupefacientes seja, também, responsável pelo envolvimento em sexo ocasional, contrariando os dados de outros estudos (Kingree & Betz, 2003, cit. in Simons et al., 2009; Kingree, Braithwaite & Woodring, 2000; Tapert et al., 2001).

No que diz respeito ao arrependimento, alguns autores referem que o envolvimento em práticas sexuais ocasionais traz consequências negativas, como o sentimento de arrependimento (Lambert, Kahn & Apple, 2003; Paul et al., 2000; Paul & Hayes, 2002 citados por Eshbaugh & Gute, 2008). Os estudos de Oswalt et al. (2005), indicam que 72% dos alunos universitários já se arrependeram pelo menos uma vez depois de uma atividade sexual e os estudos de Campbell (2008) referem que 23% dos homens e 58% das mulheres indicaram algum arrependimento e referiram não voltar a repetir a experiência. Porém, nesta investigação, os resultados encontrados apontam no sentido contrário, visto que os valores de arrependimento não se revelaram significativos, parecendo indicar que este envolvimento poderá ser visto pelos(as) estudantes universitários(as) como um comportamento normal e aceite, e, por isso, não gerador de arrependimento.

Em termos dos riscos mais sentidos, verificou-se que são referidos sobretudo riscos físicos, especialmente a gravidez inesperada e as infeções sexualmente transmissíveis, existindo um desconhecimento/desvalorização de outro tipo de riscos, principalmente dos riscos psicológicos. Este desconhecimento/desvalorização dos riscos mais emocionais poderá, em parte, estar relacionada com os níveis, abaixo do esperado, de arrependimento, que acaba por ser uma das grandes causas dos riscos psicológicos mencionados neste estudo, como a culpabilização e a diminuição da autoestima.

Associadas ao trabalho desenvolvido estão, necessariamente presentes, algumas limitações. Uma primeira limitação identificada prende-se com a amostra, que deveria ter sido mais alargada, de forma a ser mais representativa da população em questão. Outra limitação encontrada esta relacionada com a construção do questionário, que mesmo tendo sido um bom instrumento de trabalho, deveria ser aprimorado em função da equidade dos tipos de resposta de modo a facilitar a análise de dados. Há que salientar, também, que recaindo a nossa escolha sobre instrumentos que não se encontram aferidos à população portuguesa e que carecem de estudos prévios com vista a engrandecer a sua robustez psicométrica, poder-se-ão encontrar limitações dos mesmos para o estudo da população deste trabalho. Por fim, pensamos que foi útil introduzir os indivíduos que não se envolveram em *one-night stand*, visto que contribuiu para uma análise das diferenças intergrupais, porém verificou-se na recolha de dados que esses mesmos indivíduos apresentaram dificuldades ao se colocarem numa situação de *one-night stand*.

Crê-se, então, que este estudo possa ter colaborado para a expansão do conhecimento no campo das relações sexuais do adulto emergente, na população portuguesa, especificamente, no contexto universitário e principalmente, ter ajudado na compreensão da perceção que os(as) jovens universitários detêm acerca dos fatores de influência (álcool, drogas, contextos) e dos riscos físicos e psicológicos associados ao *one-night stand*.

Deste modo, o presente estudo pode revelar-se uma mais-valia no desenvolvimento de estratégias preventivas tanto na comunidade universitária, como na comunidade em geral no que diz respeito aos comportamentos de risco associados ao sexo ocasional. Revela-se essencial que a intervenção neste âmbito seja feita através de uma abordagem multidisciplinar com programas direcionados às necessidades específicas das determinadas comunidades, não incidindo só na prevenção de infeções sexualmente transmissíveis e no apoio e orientação relativamente à contraceção, mas também no conhecimento de si mesmo e das relações com os outros.

Especificamente na universidade, seria importante, uma implementação da necessidade da educação sexual, que se encontra inexistente ou em níveis muito baixos, apostando em programas definidos e elaborados pelas entidades de saúde competentes, universidade e estudantes universitários que incluíssem formação, prevenção adequada e consultas de planeamento familiar inseridas no apoio médico prestado pela universidade aos estudantes. Seria importante que fosse um programa voltado para as influências sociais transmitidas pelos amigos, familiares e colegas universitários, visto que a perceção e a aceitação dos riscos tem as suas raízes em fatores sociais e culturais, sendo a avaliação dos riscos uma construção social em que indivíduo atua como um ser social. Desta forma, para além de se ter de abordar a sexualidade duma perspetiva mais psicológica e menos biológica, isto é, não enfatizar tanto os conceitos reprodutivos (que ao longo dos anos escolares se vão adquirindo), para dar lugar aos fatores psicológicos e sociais da sexualidade, como a imagem de nós próprios em relação à sexualidade e a educação para os afetos, também, dever-se-á, alertar para os riscos físicos, mas essencialmente para os riscos psicológicos, visto serem os menos conhecidos e os mais desvalorizados e que podem trazer consequências emocionais.

Por fim, vê-se como importante dar a continuidade a este estudo, visto que esta temática em específico é pouco abordada, sendo os resultados encontrados um alerta das atuais vivências universitárias.

## REFERÊNCIAS

- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, *55*, 469-480.
- Bogle, K. A. (2008). *Hooking up: Sex, dating, and relationships on campus*. New York: New York University Press.
- Campbell, A. (2008). The morning after the night before affective reactions to one-night stands among mated and unmated women and men. *Human Nature*, *19*, 157-173
- Eshbaugh, E. M., & Gute, G. (2008). Hookups and sexual regret among college women. *The Journal of Social Psychology*, *148*(1), 77-89.
- Fishhoff, B., Slovic, P., Liechteinstein, S., Read, S., & Coombs, B. (1978). How safe is safe enough? A psychometric study of attitudes toward technological risks and benefits. *Policy Science*, *9*, 127-152.
- Grello, C. M., Welsh, D. P., & Harper, M. S. (2006). No strings attached: The nature of casual sex in college students. *The Journal of Sex Research*, *43*(3), 255-267.
- Lima, M. (2005). Percepção de riscos ambientais. In L. Soczka (Ed.), *Contextos humanos e Psicologia Ambiental* (pp. 203-217). Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian.
- Oswalt, S., Cameron, K., & Koob, J. (2005). Sexual regret in college students. *Archives of Sexual Behavior*, *34*(6), 663-669. doi: 10.1007/s10508-005-7920-y.
- Paul, E. L., McManus, B., & Hayes, A. (2000). “Hookups”: Characteristics and correlates of college students’ spontaneous and anonymous sexual experiences. *The Journal of Sexual Research*, *37*, 76-88.
- Penke, L., & Asendorpf, J. B. (2008). Beyond global sociosexual orientations: A more differentiated look at sociosexuality and its effects on courtship and romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, *95*(5), 1113-1135.
- Simons, J., Maisto, S., & Wray, T. (2009). Sexual risk taking among young adult dual alcohol and marijuana users. *Addictive Behaviors*, *35*, 533-536.
- Slovic, P. (2000). *The perception of risk*. London: Earthscan.

- Stinson, R. (2010). Hooking up in young adulthood: A review of factors influencing the sexual behavior of college students. *Journal of College Student Psychotherapy*, 24(2), 98-115. doi: 10.1080/87568220903558596.
- Varelas, D. (2011). “*One-night stands*”: *Vinculação, estilos de amor, género e consumo de álcool – Um estudo com alunos universitários*. Universidade de Évora, Évora.