

Quinta-Feira, 23 de Abril de 2026

Os 10 sinais para saber se seu parceiro é infiel, segundo especialista

Veja a lista aqui

O Globo

Em muitos relacionamentos, momentos de crise podem abrir portas para infidelidades, transformando dúvidas e suspeitas em preocupações constantes. Tom Martin, investigador particular e autor do livro *Seeing Life Through Private Eyes*, compartilha sua visão especializada sobre como identificar uma possível traição.

As emoções por trás da suspeita

De acordo com o portal especializado em psicologia *TerapySide*, as emoções envolvidas em suspeitas de infidelidade são complexas e variadas, incluindo insegurança, medo de perder o parceiro, ansiedade e um estado constante de estresse. Essas emoções podem gerar flutuações entre confiança e desconfiança em relação à pessoa amada.

Os 10 sinais de infidelidade

Tom Martin ressalta que a presença de um ou dois desses comportamentos não indica necessariamente infidelidade, mas identificar mais de quatro pode ser motivo de preocupação:

- 1 Redução da intimidade: Uma queda notável na frequência das relações sexuais pode ser um indicativo
- 2 Atitude defensiva: Seu parceiro se torna defensivo sem razão aparente.
- 3 Mentiras evidentes: Pequenas mentiras podem ser sinais de problemas maiores.
- 4 Mau humor frequente: Alterações de humor abruptas e sem explicação clara.
- 5 Gastos inexplicáveis: Aumento de despesas que não são compartilhadas ou justificadas.
- 6 Contas secretas em redes sociais: Manter perfis ocultos pode indicar que algo está sendo escondido.
- 7 Ocultação de faturas: Especialmente as de cartões de crédito.
- 8 Excessivo cuidado pessoal: Um aumento incomum na preocupação com a aparência.
- 9 Mudança de hábitos: Modificações significativas na rotina diária.
- 10 Horários prolongados fora de casa: Sair cedo e voltar tarde sem justificativas