

A SEXUALIDADE PRESENTE NO PROCESSO DE ENVELHECIMENTO HUMANO

Andrielly Silva dos Santos¹; Bruna Kajeline de Assis Gomes²; Charlles Mauricio Barros dos Santos³; Tania Maria Alves Bento⁴.

¹Acadêmica de enfermagem do Centro Universitário Tiradentes- UNIT (andri_silva03@hotmail.com); ²Acadêmica de enfermagem do Centro Universitário Tiradentes- UNIT (brunakajeline@hotmail.com); ³Acadêmico de enfermagem do Centro Universitário Tiradentes – UNIT (mauriciocharlles@gmail.com); Orientadora, Enfermeira graduada, docente no Centro Universitário Tiradentes- UNIT (alves0816@globocom.com)

RESUMO

INTRODUÇÃO: O envelhecimento envolve uma série de alterações fisiológicas e biológicas, tanto em homens como em mulheres, que também são visíveis na sexualidade, contudo, estas mudanças não significam que a senilidade está associada à doença. Atividade sexual, esta ligada a uma melhor qualidade de relacionamentos íntimos, menores taxas de sintomas depressivos, melhor saúde cardiovascular e menos obesidade em homens e mulheres. A respeito da prática sexual na velhice, mesmo nos tempos atuais com a revolução da temática e da sua prática, o que ainda vemos são preconceito e resistência. **OBJETIVO:** Analisar a relação da sexualidade no processo de envelhecimento enfatizando os seus benefícios. **METODOLOGIA:** Trata-se de uma revisão integrativa de caráter qualitativo. A coleta de dados foi feita a partir dos descritores: “sexualidade”, “envelhecimento”, “atividade sexual”, “fatores culturais” e “idoso com critérios de inclusão e exclusão para a escolha dos artigos. O estudo buscou identificar a importância da sexualidade para o envelhecimento. **RESULTADOS E DISCUSSÃO:** Entre os estudos encontrados, a maioria confirma que disfunção sexual é altamente prevalente entre os mais idosos e comorbidades acentuam essa tendência. Em relação aos homens, fatores orgânicos e relacionais passam a ter um impacto maior no desencadeamento da disfunção erétil durante o envelhecimento, já em relação às mulheres os hormônios são apenas um dos muitos fatores relacionados a sua função sexual. **CONCLUSÃO:** Conclui-se que sexualidade é um assunto relevante em qualquer etapa da vida, pois ela ajuda na qualidade de vida, no relacionamento social e na satisfação pessoal, com isso ajuda a melhorar a saúde evitando o declínio físico, o isolamento e doenças tais com a depressão.

Descritores: Envelhecimento; sexualidade; idoso; fatores culturais.

INTRODUÇÃO

A Organização Mundial da Saúde/OMS considera idoso o indivíduo com idade maior ou igual há 60 anos para os países em desenvolvimento e 65 anos para os desenvolvidos.¹ O Brasil apresenta taxa de envelhecimento populacional elevada, associada a um processo de transição demográfica. Conforme o censo demográfico realizado em 2010, a população brasileira era de 190.755.799 habitantes, dos quais 20.590.599 eram considerados idosos, correspondendo a 10,8% desta população.²

O envelhecimento envolve uma série de alterações fisiológicas e biológicas, tanto em homens como em mulheres, que também são visíveis na sexualidade, contudo, estas mudanças não significam que a senilidade está associada à doença. Falar sobre sexo na terceira idade é uma tarefa árdua por ser um assunto pouco abordado e, em muitos casos, torna-se abusivo por parte da sociedade. Este é um tema que muitos consideram um tabu, incluindo os próprios idosos e boa parte dos profissionais de saúde.³

A população de pessoas acima de 60 anos, na sociedade brasileira, está em franco crescimento. Associando-se a esse fenômeno, os rápidos avanços da medicina e da tecnologia favorecem para que as pessoas envelheçam de forma mais saudável e com melhor qualidade de vida, inclusive, prolongando sua atividade sexual.⁴

O impacto negativo que determinadas doenças e medicamentos exercem sobre a função sexual de homens e mulheres acima de 55 anos tem sido bem estudado. Entretanto, o interesse pelo estudo da sexualidade em idosos saudáveis é bastante recente. Preconizava-se que indivíduos mais velhos e saudáveis não tinham ou não estavam interessados em sexo,⁵ mas, atualmente, já está bem estabelecido que a regularidade da atividade sexual garante o bem-estar físico e psicológico, além de contribuir para a redução de problemas físicos e de saúde mental associados com o envelhecimento.⁶

Atividade sexual, esta ligada a uma melhor qualidade de relacionamentos íntimos, menores taxas de sintomas depressivos, melhor saúde cardiovascular e menos obesidade em homens e mulheres.² Estudo desenvolvido em 29 países, envolvendo mais de 27.000 homens e mulheres entre 40 e 80 anos, identificou a importância da manutenção da atividade sexual para 80% dos homens e 60% das mulheres.⁷

A sexualidade dos idosos possui muitos estereótipos e merece ser mais discutida, pois ainda é grande a negligência da sociedade e de alguns profissionais de saúde ao abordar o assunto, apesar da sua importância. Mesmo com o receio ao tocar no assunto, estudos revelam que idosos a cada dia quebram preconceitos relacionados à sexualidade, e o profissional de saúde deverá estar atento para auxiliá-lo quando o mesmo referir algum problema relacionado à temática.⁸

A respeito da prática sexual na velhice, mesmo nos tempos atuais com a revolução da temática e da sua prática, o que ainda vemos são preconceito e resistência. O culto ao corpo jovem, idealizado pela mídia, perpetua a convicção de que a sexualidade esteja ligada à beleza jovial.⁹ Nessa perspectiva, surgem estereótipos voltados, principalmente, para a imagem corporal: o corpo que envelhece, portanto, não produz mais interesse, é retratado sem desejo, sem atração física e em um estado de declínio. Assim, as pessoas que envelhecem são, na maioria das vezes, rotuladas de assexuadas ou incapazes de sentirem desejo, tornando evidente que o assunto da sexualidade do idoso está impregnado de rótulos, tabus e preconceitos, expressando os fatores socioculturais e históricos envolvidos.¹⁰

A pesquisa mostra que há uma grande falta de informação das pessoas com relação à sexualidade e o envelhecimento humano. Estudos apontam que o envelhecimento não é um fator determinante, mas que existem vários outros fatores que explicam a perda da prática sexual em idoso.

Diante desse contexto a pesquisa tem como objetivo, analisar a relação da sexualidade no processo de envelhecimento enfatizando seus benefícios.

METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão integrativa de caráter qualitativo, elaborada a partir da definição da questão de pesquisa: Como a sexualidade pode auxiliar no processo do envelhecimento saudável?

A coleta de dados foi feita a partir dos descritores: “sexualidade”, “envelhecimento”, “atividade sexual”, “fatores culturais” e “idoso”. Os critérios de inclusão para a escolha dos artigos primários foram artigos publicados na íntegra, no período de 2010 a 2017, idioma português e artigos que tinham relação com o tema proposto. Artigos que falavam sobre sexualidade sem relação com o envelhecimento, ou que não tinham haver com o tema foram excluídos da pesquisa. Foram selecionados 20 artigos, mas apenas 5 respondiam a questão de pesquisa.

O estudo buscou identificar a importância da sexualidade para o envelhecimento. A busca ocorreu no período de setembro a outubro de 2017.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

Entre os estudos encontrados, a maioria confirma que disfunção sexual é altamente prevalente entre os mais idosos e comorbidades acentuam essa tendência. Em relação aos homens, fatores orgânicos e relacionais passam a ter um impacto maior no desencadeamento da disfunção erétil durante o envelhecimento.¹¹ Entre esses, apenas 22,2% buscam tratamento, sendo que menos da metade dos que se tratam (36,9%) toma medicação adequada. Muitos atribuem a disfunção ao estresse e ao cansaço.¹²

Em relação às mulheres, há tendência de aumento do desejo sexual hipotativo entre os 60 e 70 anos, enquanto o desconforto com essa condição diminui com a idade.¹³ Além do desejo, a frequência do orgasmo e da atividade sexual declinam com a idade,¹⁴ caracterizando o impacto de fatores psicológicos, relacionais, sociais, culturais e biológicos no bem-estar sexual durante o envelhecimento.¹⁵

As maiores influências no declínio da função sexual feminina são: padrão anterior da função sexual, mudanças na parceria (perda ou novo relacionamento), sentimentos em relação ao parceiro, humor e a diminuição nos níveis do estradiol, sendo o padrão anterior e os aspectos relacionais mais importantes do que fatores hormonais.¹⁶

Fatores psicossociais, estilos de vida e frequência da atividade sexual variam entre mulheres de diferentes países europeus, cabendo aos aspectos relacionais, ao estado menopausal e ao estresse as maiores influências sobre a função sexual,¹⁷ da mesma forma que saúde, condições psicológicas, importância dada ao

sexo, etnicidade, bem-estar e atividade física também são considerados.¹⁸ Além do envelhecimento, a duração do relacionamento com o parceiro está associada ao declínio da função sexual.¹⁶

O European Male Ageing Study identificou que mais de 50% dos homens, entre 40 e 79 anos, apresentavam uma ou mais morbidades. As mais comuns eram: hipertensão (29%), obesidade (24%) e doenças cardíacas (16%). As disfunções sexuais acometiam 36% dos homens (30% com disfunção erétil e 6% com impedimentos para o orgasmo) e estavam associadas ao envelhecimento e a essas comorbidades. No entanto, apenas 38% daqueles com disfunção erétil preocupavam-se com essa condição.¹⁹

O estudo identificou associação entre ereção matinal comprometida, pouco desejo sexual e disfunção erétil com níveis diminuídos de testosterona, caracterizando um critério mínimo para identificação de hipogonadismo tardio.²²

Os hormônios são apenas um de muitos fatores relacionados à função sexual feminina.^{21,22} Já na população idosa do sexo masculino o que pesa é a alta prevalência de comorbidades e a associação dessa condição com o comprometimento da função sexual que confirmam o crescente desinteresse da satisfação sexual nessa população.¹⁹

CONCLUSÃO

Por meio desta pesquisa, identificou-se que a sexualidade quando relacionada ao envelhecimento, ainda enfrenta bastante preconceito. Mesmo que estudos comprovem que manter uma vida sexual ativa ofereça uma melhor qualidade de vida para o idoso, esse assunto tem se mostrado pouco referenciado e discutido.

Os idosos têm desejos sexuais e podem sim, manter em atividade sexual, porém a sociedade impõe ao indivíduo com idade avançada que ele não necessita de sexo e com isso muitos acabam abdicando do seu prazer para não serem julgados pela mesma.

A função sexual deste indivíduo fica comprometida, mas isso não implica em dizer que o mesmo não possam manter relações sexuais por estar em uma idade avançada. Conclui-se que sexualidade é um assunto relevante em qualquer etapa da vida, pois ela ajuda na qualidade de vida, no relacionamento social e na satisfação pessoal, com isso ajuda a melhorar a saúde evitando o declínio físico, o isolamento e doenças tais com a depressão.

REFERÊNCIA

1. Organização Mundial de Saúde. Envelhecimento ativo: uma política de saúde. Brasília: OMS; 2005.
2. Ministério do Planejamento, Orçamento e Gestão (BR), Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Anuário Estatístico do Brasil. Rio de Janeiro: IBGE; 2010.

3. Vasconcellos D, Novo R F, Castro O P, Vion-Dury K , Ruschel A, Couto MCPP, et al. A sexualidade no processo do envelhecimento: novas perspectivas - comparação transcultural. *Estud psicol (Natal)*. 2004; 9(3): 413-19.
4. Andrade HAS, Silva SK, Santos MIPO. AIDS em idosos: vivências dos doentes. *Esc Anna Nery Rev Enferm [Internet]*. 2010 Oct/Dec [cited 2015 May 12];14(4):712-9. Available from: <http://www.scielo.br/pdf/ean/v14n4/v14n4a 09>
5. DeLamater J. Sexual expression in later life: a review and synthesis. *J Sex Res*. 2012;49(2-3):125-41.
6. Brody S. The relative health benefits of different sexual activities. *J Sex Med*. 2010;7(4 Pt 1):1336-61.
7. Laumann EO, Nicolosi A, Glasser DB, et al. Sexual problems among women and men aged 40-80 y: prevalence and correlates identified in the Global Study of Sexual Attitudes and Behaviors. *Int J Impot Res*. 2005;17(1):39-57.
8. Catusso MC. Rompendo o Silêncio: Desvelando a Sexualidade em Idosos. *Rev. Virtual Textos & Contextos*. 2005.[Acesso 21 de Setembro de 2017]; 4. Disponível em: <http://revistaseletronicas.pucrs.br/ojs/index.php/fass/article/viewFile/1996/776>.
9. Goldenberg M. Mulheres e envelhecimento na cultura brasileira. *Cad. Espaço Feminino, Uberlândia*, v. 25, n. 2, p. 46-56, 2012.
10. Coelho DNP. et al. Percepção de mulheres idosas sobre sexualidade: implicações de gênero e no cuidado de enfermagem. *Rev. Rene, Fortaleza*, v. 11, n. 4, p. 163-173, 2010.
11. Corona G, Mannucci E, Mansani R, et al. Aging and pathogenesis of erectile dysfunction. *Int J Impot Res*. 2004;16(5):395-402.
12. Costa P, Avances C, Wagner L. Dysfonction érectile: connaissances, souhaits et attitudes. Résultats d'une enquête française réalisée auprès de 5.099 hommes âgés de 18 ans à 70 ans [Erectile dysfunction: knowledge, wishes and attitudes. Results of a French study of 5.099 men aged 17 to 70]. *Prog Urol*. 2003;13(1):85-91.
13. Hayes RD, Dennerstein L, Bennett CM, et al. Relationship between hypoactive sexual desire disorder and aging. *Fertil Steril*. 2007;87(1):107-12.
14. Hayes R, Dennerstein L. The impact of aging on sexual function and sexual dysfunction in women: a review of population-based studies. *J Sex Med*. 2005;2(3):317-30.
15. Lamont J. Female sexual health consensus clinical guidelines. *J Obstet Gynaecol Can*. 2012;34(8):769-75.
16. Dennerstein L, Lehert P, Burger H, Guthrie J. Sexuality. *Am J Med*. 2005;118 Suppl 12B:59-63.
17. Dennerstein L, Lehert P. Women's sexual functioning, lifestyle, mid-age, and menopause in 12 European countries. *Menopause*. 2004;11(6 Pt 2):778-85.

18. Avis NE, Brockwell S, Randolph JF Jr, et al. Longitudinal changes in sexual functioning as women transition through menopause: results from the Study of Women's Health Across the Nation. *Menopause*. 2009;16(3):442-52
19. Corona G, Lee DM, Forti G, et al. Age-related changes in general and sexual health in middle-aged and older men: results from the European Male Ageing Study (EMAS). *J Sex Med*. 2010;7(4 Pt 1):1362-80.
20. Wu FC, Tajar A, Beynon JM, et al. Identification of late-onset hypogonadism in middle-aged and elderly men. *N Engl J Med*. 2010;363(2):123-35.
21. Davis SR, Guay AT, Shifren JL, Mazer NA. Endocrine aspects of female sexual dysfunction. *J Sex Med*. 2004;1(1):82-6.
22. Wierman ME, Nappi RE, Avis N, et al. Endocrine aspects of women's sexual function. *J Sex Med*. 2010;7(1 Pt 2):561-85.
23. Nascimento EKS, Albuquerque LPA, Marinelli NP et al. História de vida de idosos com HIV/AIDS. *Rev enferm UFPE on line.*, Recife.[Acesso 29 de Setembro de 2017] 11(4):1716-24, abr., 2017 1716. Disponível em: http://www.revista.ufpe.br/revistaenfermagem/index.php/revista/article/view/8481/pdf_2925 .
24. Heloisa JF , Carmita HNA. Envelhecimento, doenças crônicas e função sexual Envelhecimento, doenças crônicas e função sexual. *Diagn Tratamento*. 2012.[Acesso 10 de Outubro de 2017];17(4):201-5. Disponível em: <http://files.bvs.br/upload/S/1413-9979/2012/v17n4/a3340.pdf>.
25. Mariana S, Silva M, Sonia MVB, Lígia C, Vanessa DAB. A vivência da sexualidade por idosas viúvas e suas percepções quanto à opinião dos familiares a respeito. *Saúde soc*. 2015 São Paulo July/Sept.[Acesso 13 de Outubro de 2017]; 3(24) . Disponível em:
http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-12902015000300936.
26. Adão CGL, Ana LGM , Gilvan FF, Emmanuela MT, Maria JS, Marília BM. Comportamento sexual de idosos assistidos na estratégia saúde da família. *J. res.: fundam. care. online* 2015. abr./jun. [Acesso 21 de Setembro de 2017];7(2):2229-2240. Disponível em: <file:///C:/Users/Almerindo/Downloads/3580-24563-2-PB.pdf>