

## **SEXUALIDADE: APENAS PARA JOVENS? – UMA REVISÃO BIBLIOGRAFICA**

**Juliana Renally Viana Nascimento<sup>1</sup>**  
**Alexciana Santos da Silva<sup>2</sup>**  
**Letícia da Mata Veríssimo<sup>3</sup>**  
**Thaynara Figueiredo Grismino<sup>4</sup>**  
**Louise Passos Vigolvinho Macêdo<sup>5</sup>**

### **RESUMO**

Esse estudo tem como objetivo buscar na literatura aspectos enfrentados pelos idosos em relação à sua sexualidade. Trata-se de uma revisão bibliográfica realizada nas bases de dados como a Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e Scientific Eletronic Library Online (SciELO). Na estratégia de busca, foram utilizados os Descritores em Ciência da Saúde (DECs): Sexualidade, Idoso, Atividade sexual, Envelhecimento. O envelhecimento é um processo natural da espécie humana e carrega consigo modificações biológicas, psicossociais e culturais. O processo de envelhecimento é crescente e quando se trata de sexualidade, tanto a sociedade quanto os próprios idosos ainda possuem preconceitos e tabus socioculturais relacionados à sexualidade da pessoa idosa, ocasionando efeitos negativos na vida sexual daqueles que estão nessa fase da vida. Os aspectos enfrentados pelos idosos encontrados na literatura são as modificações fisiológicas que acometem os idosos e podem interferir diretamente nas relações sexuais, a cultura da assexualidade e o preconceito por parte da sociedade também afeta as práticas sexuais dos mesmos. Faz-se necessário criar estratégias para educação em saúde, onde profissionais e idosos possam abordar a sexualidade de forma mais simples e harmoniosa, só assim os mitos e tabus serão deixados de lado, e eles irão viver sua sexualidade de forma segura.

**Palavras-chave:** Sexualidade, Idoso, Atividade sexual, Envelhecimento.

### **INTRODUÇÃO**

O envelhecimento, antigamente era considerado um fenômeno raro, atualmente, pertence a realidade da maioria das sociedades. O mundo está envelhecendo e no Brasil, estima-se que existam, atualmente, cerca de 30 milhões de idosos, em 2040 a estimativa do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística - IBGE é de que chegue aos 57 milhões de idosos.

<sup>1</sup>Graduanda do Curso de Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande - UFCG, [julianaviana0808@gmail.com](mailto:julianaviana0808@gmail.com);

<sup>2</sup>Graduanda do Curso de Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande - UFCG, [alexciana.santos@hotmail.com](mailto:alexciana.santos@hotmail.com);

<sup>3</sup>Graduanda do Curso de Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande - UFCG, [leticia.damata@gmail.com](mailto:leticia.damata@gmail.com);

<sup>4</sup>Graduanda do Curso de Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande - UFCG, [thayfgrismino@gmail.com](mailto:thayfgrismino@gmail.com);

<sup>5</sup>Professora orientadora: Mestre, Universidade Federal de Campina Grande – UFCG, [louise.pv@hotmail.com](mailto:louise.pv@hotmail.com).

O envelhecimento populacional é um feedback das transformações ocorridas nos indicadores de saúde, principalmente a queda da fecundidade e da mortalidade e o aumento da expectativa de vida. Não é um processo semelhante para todos os seres humanos, sofrendo influência dos processos de discriminação e exclusão associados ao gênero, à etnia, ao racismo, às condições sociais e econômicas, à região geográfica de origem e à localização de moradia. (MINISTERIO DA SAÚDE, 2007).

Segundo a Organização Pan-Americana de Saúde (OPAS) o envelhecimento é “um processo sequencial, singular, acumulativo, irreversível, universal, não patológico, de deterioração de um organismo maduro, próprio a todos os seres membros de uma espécie”.

O envelhecimento é um processo natural da espécie humana e carrega consigo modificações biológicas, psicossociais e culturais. Cada pessoa tem sua maneira individual de envelhecer, o que requer uma atenção especial e distinta por parte dos profissionais de saúde aos indivíduos dessa faixa etária. (CUNHA et al, 2015). Portanto é importante entender que envelhecer não significa transformar-se assexuado, no entanto mitos e tabus socioculturais sobre sexualidade na terceira idade impedem os idosos de viver a sua vida de maneira integral, visto que as alterações fisiológicas do envelhecimento (disfunção erétil nos homens, disfunção sexual nas mulheres e a flacidez tegumentar), preceitos religiosos, opressões familiares e aspectos individuais fortalecem esse estigma social. (UCHÔA et al, 2016)

O Ministério da Saúde (2007) reconhece a importância de lidar com a questão sexual da população idosa, não só pelo envelhecimento da população e o aumento de doenças transmissíveis entre os indivíduos com mais de 60 anos de idade, mas também porque é um aspecto fundamental para a qualidade de vida dessas pessoas. Percebe-se que os idosos que superam as possíveis barreiras referente ao envelhecimento a fim de viver uma sexualidade satisfatória são aqueles que recebem uma assistência acolhedora por parte dos profissionais de saúde, que informam os eventos do envelhecimento e dedica mais atenção às suas dúvidas e inseguranças. (ARAÚJO et al, 2017)

<sup>1</sup>Graduanda do Curso de Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande - UFCG, [julianaviana0808@gmail.com](mailto:julianaviana0808@gmail.com);

<sup>2</sup>Graduanda do Curso de Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande - UFCG, [alexiana.santos@hotmail.com](mailto:alexiana.santos@hotmail.com);

<sup>3</sup>Graduanda do Curso de Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande - UFCG, [leticia.damata@gmail.com](mailto:leticia.damata@gmail.com);

<sup>4</sup>Graduanda do Curso de Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande - UFCG, [thayfgrismino@gmail.com](mailto:thayfgrismino@gmail.com);

<sup>5</sup>Professora orientadora: Mestre, Universidade Federal de Campina Grande – UFCG, [louise.pv@hotmail.com](mailto:louise.pv@hotmail.com).

Os profissionais de saúde necessitam estar sempre atentos e preparados para dar o suporte devido aos idosos, eles não devem ser tratados como um ser limitado, cheios de restrições e uma visão distorcida do seu ser, mas, pelo contrário, devem contribuir para que eles entendam esse novo ciclo da vida.

Diante da complexidade desse tema e pela dimensão da sexualidade ser é indispensável para a integridade humana, justifica-se a importância desse estudo. O objetivo dessa pesquisa foi buscar na literatura aspectos enfrentados pelos idosos em relação à sua sexualidade.

## **METODOLOGIA**

Trata-se de uma revisão bibliográfica, a qual se efetivou através de uma busca por artigos científicos realizada durante os meses de janeiro a maio do ano de 2019 nas bases de dados como a Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e Scientific Electronic Library Online (SciELO). Na estratégia de busca, foram utilizados os Descritores em Ciência da Saúde (DECs): Sexualidade, Idoso, Atividade sexual, Envelhecimento.

Para a escolha dos mesmos, foram utilizados como critérios de inclusão: pesquisas bibliográfica e de campo, disponíveis online, nos idiomas português e inglês, entre os anos de 2014 a 2018, e que tivesse maior afinidade com o tema. Os critérios de exclusão foram trabalhos que fugiam ao tema e que não atendiam ao tema. Foram encontrados 64 artigos, os quais após análise através de leitura de título e resumo, excluiu-se 52 por não atenderem os objetivos desse estudo. Por tanto, foram analisados criteriosamente 12 artigos que compuseram essa revisão bibliográfica.

## **DISCUSSÃO E RESULTADOS**

<sup>1</sup>Graduanda do Curso de Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande - UFCG, [julianaviana0808@gmail.com](mailto:julianaviana0808@gmail.com);

<sup>2</sup>Graduanda do Curso de Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande - UFCG, [alexiana.santos@hotmail.com](mailto:alexiana.santos@hotmail.com);

<sup>3</sup>Graduanda do Curso de Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande - UFCG, [leticia.damata@gmail.com](mailto:leticia.damata@gmail.com);

<sup>4</sup>Graduanda do Curso de Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande - UFCG, [thayfgrismino@gmail.com](mailto:thayfgrismino@gmail.com);

<sup>5</sup>Professora orientadora: Mestre, Universidade Federal de Campina Grande – UFCG, [louise.pv@hotmail.com](mailto:louise.pv@hotmail.com).

O processo de envelhecimento humano no mundo é crescente e quando se trata de sexualidade, tanto a sociedade quanto os próprios idosos ainda possuem preconceitos e tabus socioculturais relacionados à sexualidade da pessoa idosa, ocasionando efeitos negativos na vida sexual daqueles que estão nessa fase da vida.

Segundo Foucault (1988) “A sexualidade não pode ser compreendida como um fenômeno inerte, pelo contrário, a sexualidade é construída por meio da experiência, resultado da vivência cultural, histórica, dos campos de saberes, subjetividade, contendo uma sucessão de formas para expressar-se e vivenciar o prazer. Está relacionada com o amor, ternura e afetos. Não se refere unicamente ao ato sexual, como projetado equivocadamente pela sociedade.”

No estudo de Uchôa (2016) é possível observar que a maioria dos idosos não sabem diferenciar o sexo que refere a definição dos órgãos genitais, masculino ou feminino, ou também pode ser compreendido como uma relação sexual, enquanto a sexualidade está ligada a tudo aquilo que somos capazes de sentir e expressar, sendo essa concepção equivocada, já que todos nascem como seres sexuados, podendo a sua sexualidade ser desfrutada de várias maneiras e de acordo com cada ciclo da vida.

Decorrente de um processo histórico, a sexualidade sofre influência de instituições, como a escola, igreja e mídia. Ainda é visto como algo impuro, sendo o sexo, relacionado somente à reprodução e não ao prazer. Conceitos como esses podem limitar diálogos entre pais e filhos, entre profissionais de saúde e pacientes, tornando um tema complicado para ser abordado, principalmente com pessoas idosas. (UCHÔA et al, 2016).

Devido a essa limitação de informações, muitos começam a vida sexual sem estar preparado e buscam orientações com outros que também não tem vasta referência, Uchôa (2016) em seu estudo diz que quando os idosos iniciaram a vida sexual não tinha conhecimento nenhum sobre Infecções Sexualmente Transmissíveis (IST), atualmente, a maioria das campanhas de prevenção das IST estão voltadas para os jovens, sendo isso uma falha dos gestores e profissionais de saúde, que consideram os idosos como assexuados e, como tal, sem

<sup>1</sup>Graduanda do Curso de Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande - UFCG, [julianaviana0808@gmail.com](mailto:julianaviana0808@gmail.com);

<sup>2</sup>Graduanda do Curso de Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande - UFCG, [alexiana.santos@hotmail.com](mailto:alexiana.santos@hotmail.com);

<sup>3</sup>Graduanda do Curso de Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande - UFCG, [leticia.damata@gmail.com](mailto:leticia.damata@gmail.com);

<sup>4</sup>Graduanda do Curso de Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande - UFCG, [thayfgrismino@gmail.com](mailto:thayfgrismino@gmail.com);

<sup>5</sup>Professora orientadora: Mestre, Universidade Federal de Campina Grande – UFCG, [louise.pv@hotmail.com](mailto:louise.pv@hotmail.com).

possibilidade de adquirir IST. Constata-se a necessidade de capacitação dos profissionais para que assim consigam inserir abordagem da história sexual aos serviços de saúde para essa população, pois isso pode ampliar a autopercepção de risco e a necessidade de assumir comportamentos seguros. (ANDRADE et al, 2017)

Existem algumas mudanças fisiológicas sexuais no envelhecimento, seja no sexo feminino ou masculino, podendo interferir na resposta sexual. As alterações na fisiologia masculina incluem: ereção mais flácida, sendo necessário mais tempo para alcançar o orgasmo; ereções involuntárias noturnas diminuem; ejaculação retardada e redução do líquido pré-ejaculatório. Já nas mulheres as transformações ocorrem na fase da menopausa com a diminuição dos hormônios pelos ovários; a pele torna-se fina e seca; a lubrificação vaginal diminui, podendo ocorrer a dispareunia; o orgasmo tem duração menor devido às contrações vaginais encontrarem-se mais fracas e em menor número. Devido a essas alterações na função sexual, os idosos optam por outros meios que não sejam necessariamente o coito. As carícias e o toque exercem o papel fundamental no exercício da sexualidade, por isso descobrir o poder do carinho, do beijo, da fala pode diferenciar a vivência do sexo. (ALENCAR et al, 2014)

Outro fator que influencia na diminuição ou ausência da atividade sexual é a presença de enfermidades no parceiro ou no próprio idoso, alguns das patologias que podem afetar o desempenho sexual são: artrite que causa dor intensa, edema nas articulações e fadiga acarreta na diminuição do interesse sexual, diabetes que não é tratada corretamente pode causar uma disfunção erétil, incontinência urinária causa desconforto no ato sexual e a pessoa tem receio pelo seu parceiro, preferindo evitar as relações sexuais. É preciso fazer uma análise sobre o impacto que cada patologia pode influenciar na sexualidade do idoso, pois eles ficam mais propensos a problemas emocionais e isolamento social. (ALENCAR et al, 2014)

A insatisfação corporal também é um fator bastante preocupante, atingindo principalmente as mulheres, que tem a diminuição ou ausência nas relações com o seu parceiro, por não aceitar as mudanças corporais, particularmente o aumento de peso.

<sup>1</sup>Graduanda do Curso de Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande - UFCG, [julianaviana0808@gmail.com](mailto:julianaviana0808@gmail.com);

<sup>2</sup>Graduanda do Curso de Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande - UFCG, [alexiana.santos@hotmail.com](mailto:alexiana.santos@hotmail.com);

<sup>3</sup>Graduanda do Curso de Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande - UFCG, [leticia.damata@gmail.com](mailto:leticia.damata@gmail.com);

<sup>4</sup>Graduanda do Curso de Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande - UFCG, [thayfgrismino@gmail.com](mailto:thayfgrismino@gmail.com);

<sup>5</sup>Professora orientadora: Mestre, Universidade Federal de Campina Grande – UFCG, [louise.pv@hotmail.com](mailto:louise.pv@hotmail.com).

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os aspectos enfrentados pelos idosos referentes à sua sexualidade que foram encontrados na literatura são as modificações fisiológicas que acometem os idosos e podem interferir diretamente nas relações sexuais, a cultura da assexualidade e o preconceito por parte da sociedade também afeta as práticas sexuais dos mesmos. Constatou-se também que a compreensão sobre sexualidade por parte do idoso ainda é muito limitada, e parte da responsabilidade é dos profissionais de saúde que nas consultas ou visitas domiciliares não aborda o assunto.

Faz-se necessário criar estratégias para educação em saúde, onde profissionais e idosos possam abordar a sexualidade de forma mais simples e harmoniosa, só assim os mitos e tabus serão deixados de lado, e eles irão viver sua sexualidade de forma segura.

## REFERÊNCIA

ALENCAR, D. L.; MARQUES, A. P. O.; LEAL, M. C. C.; VIEIRA, J. C. M. Factors that influence the sexuality of the elderly: an integrative review. **Ciência & Saúde Coletiva**. v.19, n.8, p.3533-3542, 2014. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/csc/v19n8/1413-8123-csc-19-08-03533.pdf>. Acesso em: 28 jan. 2019.

ALENCAR, D. L.; MARQUES, A. P. O.; LEAL, M. C. C.; VIEIRA, J. C. M. Exercício da sexualidade em pessoas idosas e os fatores relacionados. **Rev. Bras. Geriatr. Gerontol.** Rio de Janeiro. v. 19, n. 5, p. 861-869, 2016.

<sup>1</sup>Graduanda do Curso de Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande - UFCG, [julianaviana0808@gmail.com](mailto:julianaviana0808@gmail.com);

<sup>2</sup>Graduanda do Curso de Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande - UFCG, [alexciana.santos@hotmail.com](mailto:alexciana.santos@hotmail.com);

<sup>3</sup>Graduanda do Curso de Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande - UFCG, [leticia.damata@gmail.com](mailto:leticia.damata@gmail.com);

<sup>4</sup>Graduanda do Curso de Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande - UFCG, [thayfgrismino@gmail.com](mailto:thayfgrismino@gmail.com);

<sup>5</sup>Professora orientadora: Mestre, Universidade Federal de Campina Grande – UFCG, [louise.pv@hotmail.com](mailto:louise.pv@hotmail.com).



ANDRADE, J.; AYRES, J. A.; ALENCAR, R. A.; DUARTE, M. T. C.; PARADA, C. M. G. L. Vulnerabilidade de idosos a infecções sexualmente transmissíveis. **Acta Paul Enferm.** v. 30, n. 1, p. 8-15, 2017.

ARAÚJO, M. I. R.; MOREIRA, A. C. A.; SILVA, M. J.; ARAGÃO, A. E. A.; FREITAS, C. A. S. L.; MONTEIRO, P. A. A. Sexuality and aging: identified needs for construction of an educational technology. **J Nurs UFPE online.** Recife. v. 10, n. 7, p. 2674-82, 2017.

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Envelhecimento e saúde da pessoa idosa** / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica – Brasília: Ministério da Saúde, 2007.

CUNHA, L. M.; MOTA, W. S.; GOMES, S. C.; FILHO, M. A. R., BEZERRA, Í. M. P.; MACHADO, M. F. A. S.; QUIRINO, G. S. Grandma and grandpa also love: sexuality in theelderly. **Rev Min Enferm.** v. 19, n. 4, p. 901-906, 2015.

GOIS, A. B.; SANTOS, R. F. L.; SILVA, T. P. S.; AGUIAR, V. F. F. **Percepção do homem idoso em relação a sua sexualidade.** Enferm. v. 8, n. 3, p. 14-18, 2017.

BRASIL, IBGE. **Estimativa/Projeção da População, 2018.** Disponível em: <http://www.ibge.gov.br/home/>. Acesso em: 19 maio 2019.

LUZ, A. C. G.; MACHADO, A. L. G.; FELIPE, G. F.; TEIXEIRA, E. M.; SILVA, M. J.; MARQUES, M. B. Sexual behavior in the elderly watched family health strategy. **J. res.: fundam. care. online.** v. 7, n. 2, p. 2229-2240, 2015.

<sup>1</sup>Graduanda do Curso de Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande - UFCG, [julianaviana0808@gmail.com](mailto:julianaviana0808@gmail.com);

<sup>2</sup>Graduanda do Curso de Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande - UFCG, [alexiana.santos@hotmail.com](mailto:alexiana.santos@hotmail.com);

<sup>3</sup>Graduanda do Curso de Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande - UFCG, [leticia.damata@gmail.com](mailto:leticia.damata@gmail.com);

<sup>4</sup>Graduanda do Curso de Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande - UFCG, [thayfgrismino@gmail.com](mailto:thayfgrismino@gmail.com);

<sup>5</sup>Professora orientadora: Mestre, Universidade Federal de Campina Grande – UFCG, [louise.pv@hotmail.com](mailto:louise.pv@hotmail.com).

ROZENDO, A. S., ALVES, J. M. Sexualidade na terceira idade: tabus e realidade. **Revista Kairós Gerontologia**. São Paulo. v. 18, n. 3, p. 95-107, 2015.

UCHÔA, Y. S.; COSTA, D. C. A.; JUNIOR, I. A. P. S.; SILVA, S. T. S. E.; FREITAS, W. M. T. M.; SOARES, S. C. S. A sexualidade sob o olhar da pessoa idosa. **Rev. Bras. Geriatr. Gerontol.**, Rio de Janeiro, 2016; 19(6): 939-949. Disponível em: [http://www.scielo.br/pdf/rbgg/v19n6/pt\\_1809-9823-rbgg-19-06-00939.pdf](http://www.scielo.br/pdf/rbgg/v19n6/pt_1809-9823-rbgg-19-06-00939.pdf). Acesso em: 04 fev. 2019.

VENTURINI, L., BEUTER, M., LEITE, M. T., BRUINSMA, J. L., BACKES, C. Atuação da equipe de enfermagem frente à sexualidade de idosas institucionalizadas. **Rev. esc. enferm. USP** vol.52 Epub 25-Jun-2018.

<sup>1</sup>Graduanda do Curso de Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande - UFCG, [julianaviana0808@gmail.com](mailto:julianaviana0808@gmail.com);

<sup>2</sup>Graduanda do Curso de Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande - UFCG, [alexciana.santos@hotmail.com](mailto:alexciana.santos@hotmail.com);

<sup>3</sup>Graduanda do Curso de Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande - UFCG, [leticia.damata@gmail.com](mailto:leticia.damata@gmail.com);

<sup>4</sup>Graduanda do Curso de Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande - UFCG, [thayfgrismino@gmail.com](mailto:thayfgrismino@gmail.com);

<sup>5</sup>Professora orientadora: Mestre, Universidade Federal de Campina Grande – UFCG, [louise.pv@hotmail.com](mailto:louise.pv@hotmail.com).