

A PERSPECTIVA DO IDOSO SOBRE A SEXUALIDADE NA TERCEIRA IDADE

Thaís Henrique Silva¹; Suênya Batista de Lima²

¹*Bióloga graduada pela Universidade Federal de Campina Grande - UFCG*

(thaishenrique86@yahoo.com.br);

²*Acadêmica de enfermagem da Escola de Ensino Superior do Agreste Paraibano –*

EESAP(suenya93lima@gmail.com)

RESUMO

INTRODUÇÃO: No Brasil, a população de idosos vêm aumentando significativamente. O envelhecimento biológico é um processo de alteração progressista, onde o sistema biológico vai sofrendo alterações. Para os idosos o envelhecimento gera questionamentos sobre a vida sexual. Apesar da sua importância, o tema sexualidade na terceira idade por muitas vezes é negligenciado pela sociedade como também por parte de alguns profissionais da área de saúde. **OBJETIVO:** Analisar trabalhos publicados nos últimos cinco anos que retratam a importância do autoconhecimento do idoso a respeito de sua sexualidade. **METODOLOGIA:** Trata-se de uma revisão bibliográfica de caráter qualitativo, elaborada a partir do seguinte questionamento: Qual a perspectiva do idoso em relação a sexualidade na terceira idade? Foram selecionados 10 artigos publicados nos últimos cinco anos, no período de 2015 a 2019. **RESULTADOS E DISCUSSÃO:** Entre os estudos encontrados, grande parte afirma que os idosos tem pouco conhecimento sobre a sexualidade na terceira idade, a maioria dos conhecimentos adquiridos são por vivências pessoais. Há pouca procura por informação profissional e os artigos confirmam que os profissionais da saúde devem ter um olhar mais específico para o idoso e a sua sexualidade, afim de quebrar preconceitos e tabus impostos pela sociedade e pela cultura. **CONCLUSÃO:** O presente trabalho mostrou que o pensamento do idoso sobre sua sexualidade ainda é baseada na sua maioria em fatores socioculturais. A sexualidade do idoso é uma temática que requer mais pesquisas, principalmente na área das ciências biológicas, como também na área da saúde.

Descritores: Idoso, Envelhecimento, Sexualidade.

INTRODUÇÃO

O envelhecimento da população mundial vem crescendo de maneira acelerada e contínua, de acordo com as estatísticas da Organização Mundial da Saúde-OMS (WHO, 2014). No Brasil, a população de idosos vêm aumentando significativamente, segundo dados do Instituto Brasileiro de Geografia e estatística (IBGE) estima-se que em 2050

cerca de 19% da população será de idosos (IBGE, 2015). Para a OMS, o indivíduo é considerado idoso quando atinge idade igual ou superior a 65 anos (OMS, 2005). O envelhecimento biológico é um processo de alteração progressista que ocorre nas células dos tecidos e nos órgãos, onde com o passar do tempo, o sistema biológico vai sofrendo alterações, como a diminuição da produção de hormônios e a diminuição da produção de proteínas como colágeno, queratina e elastina, como também a diminuição dos telômeros dos cromossomos. (TEIXEIRA, 2010).

Outros fatores que são determinantes para o envelhecimento biológico são a diminuição de vitaminas e enfraquecimento do sistema imunitário. O envelhecimento ocorre de maneira complexa e ao contrario do que as pessoas pensam não representa sinônimo de incapacidade funcional e sexual do organismo, mesmo diante de perdas relacionadas ao envelhecimento, é possível vivenciar uma velhice bem sucedida de saudável (VIEIRA, 2016).

Para os idosos o envelhecimento gera questionamentos sobre a vida no campo profissional, ou seja, a preocupação com a inserção ou permanência no mercado de trabalho, a relação com a família e a possibilidade de estar sexualmente ativo. Portanto, a preocupação com a qualidade de vida nesta etapa tem aumentado, o que proporciona uma melhor oportunidade de pesquisa (VIEIRA, 2016).

Apesar da sua importância, o tema sexualidade na terceira idade por muitas vezes é negligenciado pela sociedade como também por parte de alguns profissionais da área de saúde, por esse motivo a sociedade cria muitos estereótipos relacionados a sexualidade do idoso, sendo assim este tema deve ser mais discutido (SANTOS 2017).

É fato que existe um certo receio ao falar sobre este assunto, no entanto, estudos revelam que a cada dia os idosos vem quebrando este tabu relacionado à sexualidade, e o profissional da área da saúde deve aprimorar seus conhecimentos a respeito dessa questão, afim de desconstruir certos tipos de pensamentos do senso comum que se tornaram sólidos ao longo do tempo (GOLDENBERG 2012).

Quando se trata de sexo na velhice, ainda encontramos muitos mitos, preconceitos e tabus, resultando numa sociedade que acredita que pessoas da terceira idade são pessoas assexuadas, ou seja, que não pensam ou praticam o ato sexual. Existem muitos estereótipos voltados principalmente para a imagem do corpo jovial, o que muitas vezes não significam potencialidade sexual (ALENCAR 2014). Para o idoso a imagem de um corpo jovem é sinônimo de vida sexual ativa, por este motivo é nítido

que o assunto sexualidade está vinculado a rótulos. O envelhecimento não é apenas um fator biológico, mas também é um fator biopsicossociocultural (DELAMATER 2012).

Acreditava-se que os indivíduos mais velhos não tinham interesse em sexo, mas sabe-se que atualmente a prática da atividade sexual garante o bem-estar físico e psicológico, bem como ajuda na redução de problemas físicos (BRODY 2010).

De acordo com o estudo realizado por Catusso 2005, a atividade sexual está diretamente ligada a uma melhor qualidade nos relacionamentos íntimos, assim como também melhora a saúde cardiovascular. Este estudo desenvolvido em 29 países, que envolvei cerca de 27.000 homens e mulheres entre 40 e 80 anos, descreveu a importância da continuidade da atividade sexual em 80% nos homens e 60% nas mulheres.

Face ao número de pessoas idosas e a necessidade de um maior cuidado e atenção para a qualidade de vida das pessoas da terceira idade, são necessários estudos voltados para a área do conhecimento, que abordem não apenas fatores relacionados a doenças, deve-se investir em estudos relacionados aos fatores biológicos, psicológicos e sociais. Portanto, o presente estudo objetivou analisar trabalhos publicados nos últimos cinco anos que retratam a importância do autoconhecimento do idoso a respeito de sua sexualidade.

METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão bibliográfica de caráter qualitativo, elaborada a partir do seguinte questionamento: Qual a perspectiva do idoso em relação a sexualidade na terceira idade? Para a coleta de dados foram utilizados os seguintes descritores: “Idoso”, “Envelhecimento” e “Sexualidade”. Foram selecionados na totalidade 35 artigos distribuídos entre os anos de 2010 a 2019.

As bases de pesquisa utilizadas foram o Google Acadêmico e a plataforma online Scielo-Scientific Electronic Library Online. Foi utilizado como critério de inclusão para este estudo os artigos cujo conteúdo tem relação ao tema proposto. Os artigos que não falavam sobre o tema ou que não possuíam relação com o idoso e sua perspectiva sobre a sexualidade foram excluídos da pesquisa. Dos 35 artigos apenas 10 correspondiam ao tema proposto, também foi utilizado como critério de inclusão artigos publicados nos últimos cinco anos, no período de 2015 a 2019, sendo selecionados dois artigos por ano.

Este estudo buscou identificar e descrever o conhecimento do idoso sobre a sua sexualidade, a relação entre o envelhecimento e a atividade sexual e a importância do conhecimento do idoso a respeito da velhice associada com a sexualidade. A busca ocorreu nos períodos de Abril a Maio de 2019.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

Todos os artigos selecionados foram listados na tabela abaixo, onde foram registrados o nome do autor, o ano de publicação dos trabalhos e o tema proposto.

AUTOR	ANO	TEMA
PEIXER, Tessa Chagas, et. Al;	2015	Sexualidade na terceira idade: percepção de homens idosos de uma estratégia de saúde da família.
SANTOS, Alanna Silva dos, et. Al;	2015	SEXUALIDADE NA TERCEIRA IDADE: UMA REFLEXÃO PSICOSSOCIAL
UCHÔA, Yasmim da Silva, et. Al;	2016	A sexualidade sob o olhar da pessoa idosa.
VIEIRA, Kay Francis Leal, et. Al;	2016	A sexualidade na velhice.
SANTOS, Andrielly Silva dos, et. Al;	2017	A SEXUALIDADE PRESENTE NO PROCESSO DE ENVELHECIMENTO HUMANO
MEDEIROS, Fabiana, et. Al;	2017	A SEXUALIDADE EM IDOSOS: MITOS E PRECONCEITO

OLIVEIRA, Francisco Fabrício Firmino de, et. Al;	2018	SEXUALIDADE NA LONGEVIDADE E SUA SIGNIFICAÇÃO EM QUALIDADE DE VIDA0
GOMES, Renara Meira, et. Al;	2018	Sexualidade na Terceira Idade: as Representações sobre Sexo
RODRIGUES, DMMR, et. Al;	2019	Desvelamento crítico em sexualidade entre idosas como dispositivo de avaliação educativa dialógica.
CABRAI, NES, et. Al;	2019	Compreensão de sexualidade por homens idosos de área rural.

Tabela 1. Lista com os artigos selecionados para revisão bibliográfica.

Todos os artigos selecionados foram lidos e descritos relacionando os resultados entre os mesmos. O estudo realizado por Peixer et, al; teve como objetivo identificar os fatores que interferem a sexualidade dos homens idosos a partir de 60 anos. Os indivíduos selecionados para estudo tiveram idade média de 73 anos, o trabalho teve como resultados os relatos dos idosos a respeito de sua satisfação sexual. Os idosos demonstraram satisfeitos sua vida sexual e abordaram também o fato de não haver questionamentos nesse sentido quando os mesmos vão a consultas médias.

Como consideração final o estudo ressaltou as limitações relacionadas a discursão e esclarecimento dos fatores relacionados a sexualidade. No estudo realizado por Santos e Silva 2015, a sociedade é recheada de preconceitos e tabus sobre a sexualidade na terceira idade e atribui a falta de informação e conhecimento aos profissionais, o trabalho tem como conclusão a ressalta de que faz-se necessário o rompimento deste paradigma relacionado ao sexo, para que os idosos possam usufruir abertamente e satisfatoriamente de sua sexualidade

UCHÔA, et. Al; realizou uma pesquisa afim de identificar a percepção dos idosos a respeito da sua sexualidade, cmo fatores de inibição entre outros. Realizou-se uma pesquisa com cerca de 200 idosos, os mesmos com idade média de 72 anos, 28%

dos pesquisados relataram ter alguma disfunção sexual e mais da metade (52,6%) não buscava orientação médica. 17,5% Citaram que os profissionais da saúde estão preparados para abordar o tema, porém, eles são quase a última fonte de informação consultada quando o assunto é sexualidade. O trabalho conclui que existem muitos fatores que quebram o mito de que os idosos são assexuados, o acesso limitado a informações sobre o próprio corpo está relacionado a preconceitos religiosos e opressão familiar e que os profissionais da área da saúde são os últimos a serem consultados.

Em 2016 Vieira et. Al; realizou uma pesquisa afim de apreender representações sociais dos idosos acerca da sexualidade. A pesquisa teve a participação de 30 idosos onde os mesmos discutiram questões como as mudanças decorrentes do envelhecimento, a importância das vivências sexuais para a pessoa idosa, e a percepção negativa dessas práticas por parte da sociedade em geral. Observou-se uma grande compreensão dos idosos acerca do tema abordado.

Santos et. Al; e Medeiros et. Al; realizaram um trabalho com o objetivo de analisar outros trabalhos acerca do estudo sobre sexualidade, conclui-se que este assunto é de extrema relevância para o relacionamento social e a satisfação pessoal do idoso, assim como ajuda a melhorar a saúde.

Em 2018 estudos realizados por Oliveira e colaboradores realizaram uma revisão bibliográfica onde ressaltaram a importância sobre a quebra de mitos e preconceitos sobre a sexualidade e as vivências sexuais entre as pessoas da terceira idade, o trabalho ressalta a importância de um envelhecimento com uma boa qualidade de vida. Utilizando do mesmo gancho, e corroborando com Oliveira 2018, Gomes 2018 acrescenta que o profissional da saúde tem um papel importantíssimo em relação aos idosos, pois os profissionais podem auxiliar neste processo de autoconhecimento.

Nos trabalhos de Cabral 2019 e Rodrigues 2019, são evidenciados as percepções e o conhecimento que os idosos tem sobre sua sexualidade e os fatores sociais e culturais que estão intrínsecos. Ambos os artigos ressaltam a importância do conhecimento vivido pelo idoso e a construção desses conhecimentos ao longo dos anos, onde fatores conjugais, e a vida amorosa serviu de aprendizado.

CONCLUSÃO

Conclui-se que envelhecimento é um fenômeno natural, os indicadores, sejam de ordem biológica, social ou psicológica, nos indicam a necessidade de obter uma redefinição de conceitos e valores associados ao envelhecimento e sexualidade. É necessário uma maior compreensão do processo de envelhecimento associado à sexualidade, onde deve-se esclarecer dúvidas e quebrar paradgmas e conceitos e preconceitos sobre o sexo e o idoso.

Por meio desta pesquisa pode-se observar que existe o aumento de busca nessa área, principalmente por parte dos próprios idosos, onde os mesmos carregam uma bagagem cultural que influencia diretamente na sua vida sexual. Esta pesquisa mostrou também que deve existir uma atenção maior por parte dos profissionais da área de gerontologia, para que possam estar atentos as situações e casos que possam ocorrer.

De maneira geral o presente trabalho mostrou que o pensamento do idoso sobre sua sexualidade ainda é baseada na sua maioria em fatores socioculturais. A sexualidade do idoso é uma temática que requer mais pesquisas, principalemnte na área das ciências biológicas, como também na área da saúde.

REFERÊNCIAS

Alencar, Danielle Lopes de; Marques, Ana Paula de Oliveira ; Leal, Márcia Carréra Campos; Vieira, Júlia de Cássia Miguel. **Fatores que interferem na sexualidade de idosos: uma revisão integrativa.** Ciência & Saúde Coletiva, 19(8):3533-3542, 2014

Brody S. **The relative health benefits of different sexual activities.** J Sex Med. 2010;7(4 Pt 1):1336-61.

Cabral NES, Pereira GCS, Souza US, Lima CFM, Santana GMS, Castañeda RFG. **Compreensão de sexualidade por homens idosos de área rural.** Rev baiana enferm. 2019;33:e28165.

Catusso MC. **Rompendo o Silêncio: Desvelando a Sexualidade em Idosos.** Rev. Virtual Textos & Contextos. 2005.

DeLamater J. Sexual expression in later life: a review and synthesis. J Sex Res. 2012;49(2-3):125-41. Goldenberg M. **Mulheres e envelhecimento na cultura brasileira.** Cad. Espaço Feminino, Uberlândia, v. 25, n. 2, p. 46-56, 2012.

Gomes Renara Meira; Cidreira Joserlane Meira; Santos Maria da Conceição Quirino

dos; Norma Lopes de Magalhães Velasco Bastos; Santos Kay Amparo; Santos Maria Lucia Quirino dos **Sexualidade na Terceira Idade: as Representações sobre Sexo Mult. Psic. V.12, N. 40. 2018**

IBGE. (2015). *Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística*. Disponível em: <http://www.ibge.gov.br/home/>.

Medeiros, Fabiana; Araújo, Joyce Isabel. **A SEXUALIDADE EM IDOSOS: MITOS E PRECONCEITO**. 2017.

Oliveira Francisco Fabrício Firmino de; Vieira Kay Francis Leal. **SEXUALIDADE NA LONGEVIDADE E SUA SIGNIFICAÇÃO EM QUALIDADE DE VIDA** Sociedade Brasileira de Estudos em Sexualidade Humana RBSH 2018, 29(1); 103-109.

Organização Mundial de Saúde. *Envelhecimento ativo: uma política de saúde*. Brasília: OMS; 2005.

PEIXER, Tessa Chagas, CEOLIN Teila, GROSSELLI Fernanda, VARGAS Natália Rosiely Costa, Sidnéia Tessmer CASARIN. **Sexualidade na terceira idade: percepção de homens idosos de uma estratégia de saúde da família**. *journal of nursing and health*. 2015.

Rodrigues DMMR, Nogueira IS, Higarashi IH, Heidemann ITSB, Baldissera VDA. **Desvelamento crítico em sexualidade entre idosos como dispositivo de avaliação educativa dialógica**. *Rev baiana enferm*. 2019;33:e27754.

Santos, Alanna Silva dos; Silva, Geilza Carla de Lima. **SEXUALIDADE NA TERCEIRA IDADE: UMA REFLEXÃO PSICOSSOCIAL**. *Anais CIEH (2015) – Vol. 2, N.1 s CIEH (2015) – Vol. 2, N.1*

Santos, Andrielly Silva dos; Gomes, Bruna Kajeline de Assis; Santos; Charlles, Mauricio Barros dos; Bento, Tania Maria Alves. **A SEXUALIDADE PRESENTE NO PROCESSO DE ENVELHECIMENTO HUMANO**. 2017.

Uchôa, Yasmim da Silva; Costa, Dayara Carla Amaral da; et. Al; . **A sexualidade sob o olhar da pessoa idosa**. *Rev. Bras. Geriatr. Gerontol.*, Rio de Janeiro, 2016; 19(6): 939-949

Vieira, Kay Francis Leal; Coutinho, Maria Da Penha De Lima; Saraiva, Evelyn Rúbia De Albuquerque. **A sexualidade na velhice**. *psicologia: ciência e profissão* jan./mar. de 2016 | 36 (1), 196-209

World Health Organization (WHO). *World Health Statistics 2014*. Disponível em: http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/112739/1/WHO_HIS_HSI_14.1_eng.pdf?ua=1.