

FATORES QUE INFLUECIAM A SEXUALIDADE DA MULHER IDOSA: REVISÃO INTEGRATIVA DE LITERATURA

Kamylla Amanda Almeida Araújo Campelo ¹
Maria Francinete de Oliveira ²

RESUMO

A sexualidade é um aspecto da vivência humana que se manifesta por uma necessidade fisiológica e emocional do indivíduo, e se expressa de diferentes maneiras, durante toda a vida. Apesar disso, as mulheres idosas enfrentam preconceitos quando demonstram o desejo de continuar expressando a sua sexualidade, advindos da própria família, da sociedade em geral, e até mesmo da comunidade acadêmica e profissionais de saúde. Dessa forma, o presente estudo tem como objetivo identificar, por meio de uma revisão integrativa de literatura, os principais fatores que influenciam o exercício da sexualidade por mulheres idosas, quais profissões publicam artigos sobre esse assunto e a metodologia utilizada. A partir da análise das publicações que fazem parte da amostra final do estudo, foi identificado que o fator que mais influencia a sexualidade da mulher idosa é o status conjugal, além de outros, como o relacionamento com a família, religião, nível educacional e disfunções biológicas, também foram citados pelos autores e autoras. Conclui-se, portanto, que a sexualidade da mulher idosa é multidimensional e está atrelada a diversos fatores que a inibem ou cessam sua expressão. Além disso, a realização de pesquisas sobre a sexualidade da mulher idosa é importante para auxiliar no seu atendimento de Enfermagem na Atenção Básica, como também proporcionar aos profissionais de saúde conhecimentos que podem melhorar a sua percepção sobre esse tópico, fornecendo informações embasadas em dados científicos quando necessário e auxiliando na quebra de preconceitos e tabus a respeito da sexualidade na velhice.

Palavras-chave: Envelhecimento, Sexualidade, Mulher idosa.

INTRODUÇÃO

A sexualidade é um processo natural que se manifesta por uma necessidade fisiológica e emocional do indivíduo, e se expressa de diferentes maneiras nas diversas fases do desenvolvimento humano (VIEIRA; COUTINHO; SARAIVA, 2016). É uma característica inerente a todos os seres humanos e não se limita às relações sexuais, englobando gestos, atitudes, comportamentos, predisposições e interações (CREMA; TILIO; CAMPOS, 2017). Segundo Uchoa (2016), a qualidade de vida da pessoa idosa é direta e positivamente influenciada pela sexualidade, e possibilitada pela compreensão plena dos indivíduos dessa variável multidimensional.

¹ Graduando do Curso de Enfermagem da Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN, myllacampelo18@gmail.com;

² Graduado pelo Curso de Enfermagem da Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN, francineteoliveira1@gmail.com;

Apesar de ser uma característica vital do ser humano em todas as fases da vida, a sociedade em geral ainda possui concepções diferentes sobre o amor e a sexualidade na velhice, persistindo em considerar que o interesse sexual desaparece com o tempo (BELIVACQUA et al, 2013). Há a ideia prevalente de que, ao passar dos anos, as pessoas se tornam assexuadas, mas segundo Pires (2005, p. 2):

A sexualidade está presente no indivíduo desde o nascimento até a morte, percorrendo um caminho que faz e se refaz, um caminho instável, não encontrando nem na infância, nem na adolescência e nem na velhice um ponto final, porque a sexualidade sendo uma dimensão humana está em constante processo de transformação, assim como as pessoas, pois é parte indissociável delas.

Dessa forma, são sentimentos e desejos que permanecem durante toda a vida do ser humano, seguindo as particularidades de cada pessoa. As concepções antissexualidade evidenciam a forma como a sociedade enxerga os mais velhos, em especial as mulheres idosas, caracterizando-as como seres em decadência biológica, frágeis e andrógenas, que não devem desfrutar dos prazeres de sua sexualidade. Para a sociedade, em todos os seus extratos sociais, a vida sexual ativa limita-se às pessoas jovens, com boa saúde e fisicamente atraentes. Em adição, quando há a manifestação de sexualidade por uma mulher idosa, tal ato é visto como algo errado, “sem-vergonha”, ridículo (PIRES, 2005). A respeito disso, Butler (1985, p. 13) faz uma avaliação perspicaz:

Uma senhora de idade que mostre um interesse evidente, e talvez até mesmo vigoroso, com relação ao sexo, é frequentemente considerada como alguém que sofre de problemas ‘emocionais’; e se ela evidentemente mostrar que está de posse de suas faculdades mentais e ativa sexualmente, corre o risco de ser chamada de ‘depravada’ ou, de maneira mais delicada, ouvir que está assegurando pateticamente sua juventude perdida.

Mas, apesar dessa carga negativa estereotipada, a sexualidade não deve ser considerada como incompatível com o envelhecimento. Ao invés disso, deveria haver um esforço maior da comunidade acadêmica e da sociedade em geral para compreender como ela se expressa durante o envelhecimento feminino, assim como quais fatores (cultura, gênero, educação, religião, entre outros) influenciam nesse processo e determinam sua expressividade nessa fase da vida (ALENCAR et al, 2016).

De acordo com Trompeter, Bettencourt e Barret-Connor (2012), a maioria dos estudos que abordam a prática sexual de mulheres idosas avalia o tema por meio da perspectiva de ter ou não um parceiro, bom estado de saúde e a influência das doenças crônicas nessa prática, e

uso recorrente de estrogênio. A produção de estudos que procuram entender e expor sobre expressão da sexualidade, satisfação sexual, desejo, excitação e orgasmo em mulheres idosas, assim como a perspectiva das mesmas em relação ao assunto, é limitada (HEIDARI, 2016).

Adeoti, Ojo e Ajayi (2015), relatam que as mulheres idosas tendem a não discutirem com profissionais de saúde sobre os desafios que enfrentam para exercer a sua sexualidade. Isso pode ser explicado, entre outros motivos, pelo despreparo e negligência desses profissionais em abordar essa área de cuidado e investigar o histórico sexual da mulher, focando apenas nas suas queixas e doenças, e não em sua saúde como um todo (UCHÔA et al, 2016).

Portanto, a realização de pesquisas que explorem e identifiquem os fatores envolvidos na sexualidade da mulher idosa, é de suma importância para que profissionais da saúde tenham o embasamento necessário para iniciar a conversa com essas mulheres e prestar assistência de forma humanizada, livre de preconceitos e constrangimentos, e serem capacitados a sanar dúvidas e mostrar dados científicos sobre os diversos assuntos que a sexualidade engloba. Além disso, é imperativo que os profissionais se dediquem a quebrar ou reduzir os mitos, os tabus e os estereótipos que são atribuídos à sexualidade da mulher, ao invés de fazerem parte da parcela da sociedade que prolifera tais estigmas (VIERA; COUTINHO; SARAIVA, 2016; ALENCAR et al, 2016).

Dessa forma, justifica-se a necessidade de um estudo que investigue a sexualidade da mulher idosa, por meio de uma revisão integrativa de literatura, com o propósito de analisar o que foi até então publicado sobre o assunto, expondo a área de conhecimento dos pesquisadores responsáveis por gerar conteúdo, assim como os métodos de pesquisa utilizados por eles e destacando quais os fatores que influenciam a expressão da sexualidade são mais citados.

METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura científica, que consiste na construção de uma análise ampla da literatura, contribuindo para discussões sobre métodos e resultados de pesquisas, assim como reflexões sobre a realização de futuros estudos. Este método tem como propósito obter um profundo entendimento de um determinado fenômeno, baseando-se em estudos anteriores, a fim de encorajar a utilização dos resultados encontrados no processo

de assistência em saúde e reforçar a importância da pesquisa para a prática profissional (BROOME, 2000; CULLUM et al, 2010).

O processo para a elaboração de uma revisão integrativa pode ser dividido em seis etapas: 1) identificação do tema e elaboração da pergunta norteadora da pesquisa, 2) busca nas bases de dados e busca de textos na íntegra, 3) avaliação dos dados das publicações encontradas na pesquisa/categorização das publicações, 4) avaliação crítica dos estudos incluídos, 5) interpretação e discussão dos resultados e, por fim, 6) apresentação da revisão do conhecimento (SOUZA; SILVA; CARVALHO, 2010; ROMAN, FRIEDLANDER, 1998).

Norteadando-se pela pergunta “Quais fatores influenciam a sexualidade da mulher idosa?”, definiu-se os descritores ou palavras-chave para a execução da busca dos estudos nas bases de dados, assim como os critérios de inclusão e exclusão que determinarão quais publicações irão constituir a amostra da pesquisa (ROMAN, FRIEDLANDER, 1998). Se for inviável a inclusão de todos os artigos encontrados a partir das combinações de descritores, define-se critérios de inclusão e exclusão, expostos e discutidos de forma objetiva a seguir, em concordância com a pergunta norteadora e considerando-se os resultados de interesse (SOUZA; SILVA; CARVALHO, 2010). O procedimento de inclusão e exclusão de artigos foi realizado de maneira cautelosa, já que a representatividade da amostra é um indicador da profundidade, qualidade e confiabilidade das conclusões finais da revisão (MENDES; SILVEIRA; GALVÃO, 2008).

A busca sistemática de artigos foi realizada nas bases de evidências da Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), na *Scientific Electronic Library Online* (SCIELO), e no Sistema Online de Busca e Análise de Literatura Médica (MEDLINE), a fim de garantir a abrangência da revisão. Foram utilizados os seguintes descritores em português e seus correspondentes em inglês: Envelhecimento (ageing), sexualidade (sexuality), sexualidade feminina (female sexuality), mulher (woman/women) e idosa (elder/elderly). Ao todo, foram 6 combinações realizadas com estes descritores e seus correspondentes em inglês, por meio do operador booleano “and”: Envelhecimento (or ageing) AND sexualidade (or sexuality); Envelhecimento (or ageing) AND sexualidade feminina (or female sexuality); Envelhecimento (or ageing) AND mulher (or woman/women); Sexualidade (or sexuality) AND mulher (or woman/women); Sexualidade (or sexuality) AND idosa (or elder/elderly).

A busca nas bases foi realizada de fevereiro a abril de 2019, utilizando como critérios de inclusão: artigos disponibilizados na íntegra e redigidos nos idiomas português e inglês;

artigos publicados entre janeiro de 2009 a janeiro de 2019; artigos que tiveram como público alvo mulheres com idade a partir de 60 anos na amostra; e artigos com temática compatível com as questões norteadoras e o objetivos da revisão. Os critérios de exclusão foram: todos que não atendiam aos critérios de inclusão citados acima, além de publicações que não eram artigos (livros, capítulos, monografias, dissertações, teses, resenhas, cartas e notícias), artigos que abordavam apenas mulheres com idade inferior a 60 anos; artigos repetidos; e, por fim, artigos que apresentavam os descritores, mas não respondiam à questão norteadora e o objetivo da revisão.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A busca nas bases de dados com os descritores e suas combinações, resultou em um total de 7904 artigos, divididos de tal forma: 1375 na base de dados LILACS, 365 na base de dados SCIELO e 6164 na base de dados MEDLINE. A descrição da quantidade artigos gerados, a partir da combinação dos descritores, em cada base de dado utilizada pode ser observada no Quadro 1.

Quadro 1: combinações de descritores e artigos encontrados.

Descritores/Bases de dados	LILACS	SCIELO	MEDLINE
Envelhecimento e Sexualidade	132	52	235
Envelhecimento e Sexualidade Feminina	73	8	152
Envelhecimento e Mulher	306	75	3732
Sexualidade e Mulher	661	230	948
Sexualidade e Idosa	203	0	1097

Fonte: autora do estudo, 2019.

Após a leitura minuciosa dos títulos das publicações localizadas a partir dos descritores citados, foram excluídos os artigos que não correspondiam aos critérios de inclusão e os motivos das exclusões foram listados. Em seguida, procedeu-se a leitura dos resumos dos artigos restantes e foram realizados os mesmos procedimentos de exclusão aplicados aos títulos. Por fim, os artigos selecionados foram recuperados e lidos na íntegra. Desse modo, após avaliação destas publicações apenas os artigos diretamente relacionados ao

tema e à questão norteadora desta revisão foram selecionados para compor o acervo final de análise.

Do total de artigos encontrados ($n = 7904$), a maioria foi excluída porque não foram publicados no período definido como critério de inclusão, de janeiro de 2009 a fevereiro de 2019 ($n = 5354$ ou 67,7%). Em segundo lugar, encontra-se a exclusão de artigos pelo título da publicação ($n = 2489$ ou 31,5%), dos quais a maioria ($n = 2295$ ou 92,2%) ocorreu por não corresponderem ao tema da pesquisa. Outros motivos de exclusão com base nos títulos foram: os títulos repetidos entre as bases ($n = 79$, ou 3,1%), as publicações em idiomas diferentes dos estipulados ($n = 11$, ou 0,44%) e títulos indisponíveis gratuitamente ($n = 104$, ou 4,13%).

Após as exclusões com base nos títulos passou-se à leitura dos resumos dos 61 artigos restantes, dos quais 35 (57,3%) foram excluídos. As principais razões para essas exclusões foram: não tratar especificamente da pergunta norteadora desta pesquisa ($n = 12$, ou 34,2%), falar sobre sexualidade por um ângulo que diverge do tema da pesquisa ($n = 14$ ou 40%) e por serem revisões de literatura ($n = 6$ ou 17,4%); também foram excluídos os artigos que representavam outros tipos de estudo, como editoriais, totalizando três artigos (8,5%).

O perfil da amostra final, com o total de 15 artigos, é composta por 11 (73,3%) artigos recuperados da base de dados LILACS, 2 (13,3%) da SCIELO e 2 (13,3%) da MEDLINE, sendo 10 artigos em português (66,6%) e 5 em inglês (33,4%). Este resultado demonstra a expressividade da produção acadêmica brasileira sobre o assunto, que representam mais da metade da amostra, demonstrando uma participação importante voltada para os estudos sobre a sexualidade da mulher idosa, mesmo que, em geral, ainda seja escasso o escopo de publicações a respeito desse tópico (BASTOS et al, 2012).

Baseado nos artigos selecionados para compor a amostra final da revisão, a produção de estudos sobre a sexualidade da mulher idosa limita-se às áreas da Medicina, Enfermagem, Psicologia e Fisioterapia. De forma detalhada, dos 15 artigos, seis (40%) foram elaborados por profissionais da área de Medicina, sendo um em conjunto com profissionais da área de Enfermagem e outro em conjunto com profissionais da Psicologia. Por sua vez, os profissionais de Enfermagem são responsáveis, individualmente, pela produção de três (20%) estudos, enquanto os da Psicologia produziram quatro (26,6%) artigos da amostra. Já na área de Fisioterapia foi produzido um (6,6%) dos artigos da amostra. Por fim, não foi possível identificar área de conhecimento dos profissionais que realizaram o estudo de título “Sexualidade na percepção e experiência de mulheres idosas de um grupo de convivência”.

Avaliando o perfil metodológico dos artigos que compõem a amostra final, conclui-se que dez (66,6%) estudos apresentam uma abordagem qualitativa. Destes, oito (80%) utilizaram delineamento descritivo. Os cinco artigos restantes, que correspondem a 33,3% da amostra, foram desenvolvidos com delineamento transversal, sendo 3 (60%) destes com abordagem qualitativa e 2 (40%) com abordagem quantitativa.

No que diz respeito aos principais resultados apresentados pelos artigos da amostra, foram citados diversos fatores, em âmbitos biológico e psicossocial, que podem ter influência significativa na sexualidade da mulher da idosa. Relações de gênero, religião, percepções sociais, relacionamento com a família, nível educacional, autoestima e autoimagem, experiências prévias traumáticas, alterações corporais e hormonais, diminuição da libido, dispareunia, doenças crônicas e a prática de exercícios físicos, entre outros. É uma quantidade abrangente de fatores, o que demonstra as várias dimensões da sexualidade e a sua atuação em praticamente todas as esferas da vivência humana.

No entanto, de acordo com 11 das 15 publicações, o fator que prevalece como o que mais afeta a continuidade da expressão da sexualidade pela mulher na velhice, é a sua situação conjugal. Conseqüentemente, grande parte das mulheres idosas participantes das pesquisas relata cessar completamente a prática sexual a partir do momento em que perdem seu parceiro romântico, seja por separação, divórcio ou viuvez.

Para compreender esse relato, é necessário avaliar a percepção que essas mulheres possuem sobre a própria sexualidade e como elas a definem, pois são aspectos que estão diretamente conectados. (VIERA; MIRANDA; COUTINHO, 2012; RODRIGUES et al, 2018). Segundo Belivacqua et al (2013), Bastos et al (2012) e Uchôa et al (2016), a maioria delas têm dificuldade em diferenciar sexo e sexualidade, considerando a prática sexual a forma exclusiva de exercício da mesma.

Dessa forma, o status conjugal torna-se um fator de grande influência pelo simples fato de as mulheres não reconhecerem outras formas de expressar a sua sexualidade, limitando-a as vontades do parceiro (OLIVEIRA; NEVES; SILVA, 2018; FLEURY, ABDO, 2015; ALENCAR et al, 2016). Conseqüentemente, essa cultura de submissão da mulher ao comportamento sexual do homem, na qual ele é a razão para a existência da atividade sexual e também para o seu término, acarreta no desconhecimento de suas próprias necessidades e preferências, resultando em uma vida de insatisfação sexual (OLIVEIRA; NEVES; SILVA, 2018; FLEURY, ABDO, 2015; ALENCAR et al, 2016).

Além disso, mesmo que a mulher idosa se encontre em um relacionamento, ainda há a possibilidade de inexistência da prática sexual ocasionada pelas mudanças fisiológicas advindas do envelhecimento, como o surgimento de doenças crônicas, o uso de medicamentos, diminuição da libido, atrofia e ressecamento vaginal, dispareunia, entre outros. (ADEOTI; OJO; AJAYI, 2015; UCHÔA et al, 2016; BASTOS et al, 2012; MARQUES et al, 2015; ALENCAR et al, 2016). Segundo o estudo de Rodrigues et al (2018), 78% das mulheres apresentam comorbidades e 64% relatam que seus parceiros têm algum fator que impede a atividade sexual, como limitações físicas e/ou impotência.

Portanto, a forma como a mulher vivenciou a sexualidade ao longo da vida e o reducionismo da mesma ao ato sexual, compromete significativamente como ela será experienciada na velhice, podendo gerar uma aversão por parte da mulher, como resultado de anos de subordinação a estereótipos machistas, que limitam suas atividades sexuais ao propósito de servir ao outro ou à obrigação da manutenção do casamento (QUEIROGA; MAGALHÃES; NOGUEIRA, 2018; MARQUES et al, 2015; OLIVEIRA; NEVES; SILVA, 2018; NASCIMENTO et al, 2016).

Esse comportamento passivo sobre a própria sexualidade é consequência de uma orientação tendenciosa em sua juventude, feita associando os comportamentos sexuais aos papéis de gênero, onde sua existência na vida da mulher tinha como propósito principal a procriação, o que contribui para a negação do prazer, a falta de liberdade e de iniciativa sexual, como também para o aumento do sentimento de culpa face aos seus desejos e pensamentos sexuais (SOUZA et al, 2015; QUEIROGA; MAGALHÃES; NOGUEIRA, 2018).

Consequentemente, para essas mulheres que viviam o sexo apenas com o objetivo de satisfazer as vontades do cônjuge, onde não eram estimuladas de forma satisfatória por eles, praticando o sexo de forma mecânica e não prazerosa, não atingindo muitas vezes o orgasmo, a abstinência na velhice após a perda do mesmo representa um momento avidamente aguardado e visto com alívio. (VIEIRA; MIRANDA; COUTINHO, 2012; BELIVACQUA et al, 2013; THOMAS; HESS; THURSTON, 2015).

A rejeição à sexualidade por essa parcela de mulheres idosas contribui para a sedimentação de preconceitos acerca do assunto, por meio da generalização de que todas apresentam declínio do desejo sexual como o passar dos anos, tornando-se assexuadas na velhice. A autoestima ganha certa importância nessa fase vida, em que ocorrem mudanças físicas e hormonais significativas, e o exercício da sexualidade não está mais atrelada à

fertilidade e reprodução. As mulheres que mantêm o desejo sexual sentem-se reprimidas pelos estereótipos da sociedade, que consideram essa prática na velhice inadequada e fora de lugar. (FLEURY, ABDO, 2015; ALENCAR et al, 2016; SOUZA et al, 2015).

A família, geralmente, é a principal responsável por perpetuar a repressão da sexualidade a partir do momento em que as mulheres tornam-se viúvas. Apoiada pelos preceitos e normas impostos pela sociedade e pela religião, as revestem de idealização e desejo em manter a imagem de senhoras de cabelos brancos, que não devem continuar expressando suas sexualidades ou iniciarem novos relacionamentos (UCHÔA et al, 2016).

A opressão conjunta da família, sociedade e religião é tamanha, que a mulher idosa passa a alimentar a concepção de que por ser velha, não possui mais atrativos, nem o direito de amar e expressar livremente a sua sexualidade, aderindo aos estigmas impostos sobre ela, por medo de ser julgada e considerada indecente (NASCIMENTO et al, 2017; SOUZA et al, 2015). Dessa forma, poucas são as que têm chance de refazer uma vida afetiva com um novo parceiro, pois acabam suprimindo qualquer desejo em dar continuidade à vida sexual, realizando a transferência de submissão que pertencia ao marido, para a família (SOUZA et al, 2015; UCHÔA et al, 2016).

Entretanto, de acordo com Rodrigues et al (2018), mais de 80% das mulheres idosas entrevistadas em sua pesquisa afirmam manter desejo sexual apesar das mudanças ocasionadas pelo envelhecimento, já que relatam se adaptar a elas alterando o seu comportamento sexual, colocando mais ênfase em outros aspectos da sexualidade, como proximidade emocional, carícias, beijos, companheirismo, entre outros (THOMAS; HESS; THURSTON, 2015; BELIVACQUA et al, 2013).

A partir disso, é possível destacar a influência que o nível de educação tem sobre o exercício da sexualidade da mulher idosa. Pois, por meio da compreensão das dimensões que ela engloba e das ferramentas que podem ser utilizadas para otimizá-la, é possível experienciá-la durante toda a vida, independente dos obstáculos que a velhice possa impor (THOMAS; HESS; THURSTON, 2015; NASCIMENTO et al, 2016; RODRIGUES et al, 2018).

Dentro deste âmbito educacional, quase todos os estudos da amostra relatam a importância dos profissionais de saúde, em especial os profissionais de Enfermagem, que são os primeiros a terem contato com as idosas na assistência básica, em buscarem conhecimento e possuírem iniciativa para incentivar a discussão sobre as questões associadas à sexualidade, assim como investigar quais os desafios enfrentados por cada uma delas, a fim de esclarecer

dúvidas, fornecer informações, desmistificar conceitos errôneos e quebrar tabus acerca desse assunto (THOMAS; HESS; THURSTON, 2015; NASCIMENTO et al, 2016; RODRIGUES et al, 2018; SOUZA et al, 2015; UCHÔA et al, 2016; QUEIROGA; MAGALHÃES; NOGUEIRA, 2018; ADEOTI; OJO; AJAYI, 2015; UCHÔA et al, 2016; BASTOS et al, 2012; MARQUES et al, 2015; ALENCAR et al, 2016).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo ajudou a compreender como as relações sociais e de gênero, juntamente com as mudanças físicas, hormonais e psicológicas do envelhecimento, afetam a expressão e a percepção da sexualidade pela mulher idosa, por meio da investigação dos fatores que a influenciam, assim como as áreas de conhecimento dos pesquisadores que publicaram sobre esse assunto e as metodologias utilizadas por eles para a construção dos estudos.

Utilizando como metodologia a revisão integrativa de literatura, pode se perceber que a expressão da sexualidade pela mulher idosa ocorre permeada de mudanças físicas e hormonais, e de preconceitos tanto de senso comum, quanto de cunho científico. Assim, apesar de a sexualidade ser um aspecto inerente à vivência humana, o estereótipo mais comum é o de que a mulher velha torna-se um ser assexuado e despojado de sensualidade. A dificuldade de aceitação de que essas mulheres mantêm o desejo sexual apesar das modificações naturais advindas do envelhecimento, está embasada em relações sociais, culturais e de gênero.

É um aspecto multidimensional e está atrelado a diversos fatores, que raramente exercem sua influência de forma isolada. Na maioria dos casos, pode ser identificada uma combinação de dois ou mais desses fatores atuando negativamente sobre a sua vivência, de forma que a mulher sente-se oprimida a ponto de nem mesmo conseguir discutir sobre as suas necessidades e desafios que enfrenta para exercê-la.

Portanto, a realização de pesquisas sobre a sexualidade da mulher idosa se tornam extremamente importantes para auxiliar a prática profissional, principalmente da Enfermagem, que, geralmente, são os primeiros a terem contato com a população idosa na atenção básica. Por meio delas, os profissionais de saúde podem melhorar a sua percepção sobre esse tópico, que raramente é abordado em cuidados de saúde da pessoa idosa, fornecendo informações embasadas em dados científicos quando necessário e auxiliando na quebra de preconceitos e tabus a respeito da sexualidade na velhice.

O acolhimento profissional e a educação em saúde podem transformar a forma como essas mulheres experienciam o sexo e a sexualidade como um todo, ajudando-as a compreender as diversas maneiras que ela pode ser expressa e orientando-as em relação a ferramentas alternativas que podem ser utilizadas, como lubrificante para mulheres que enfrentam problemas de atrofia e ressecamento vaginal ou o autoestímulo e autoconhecimento para as que não se encontram em um relacionamento e não desejam iniciar um novo, a fim de garantir a continuidade dessa vivência que é tão importante para a saúde e qualidade de vida do indivíduo em todos os anos de sua existência.

REFERÊNCIAS

- ADEOTI, Adenkunle Olatayo; OJO, Osaze; AJAYI, Ebenezer Adekunle. *Sexuality in Nigerian Older Adults. The Pan African Medical Journal*, 2015. Disponível em: <http://www.panafrican-med-journal.com/content/article/22/315/full/>. Acesso em: 18 Maio 2019.
- ALENCAR, Danielle Lopes de et al. The exercise of sexuality among the elderly and associated factors. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, Rio de Janeiro, 2016. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-98232016000500861&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 15 Maio 2019.
- BASTOS, Carina Corrêa et al. Importância atribuída ao sexo por idosos do município de Porto Alegre e associação com a autopercepção de saúde e o sentimento de felicidade. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, Rio de Janeiro, 2012. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-98232012000100010&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 19 Maio 2019.
- BELIVACQUA, Gabriele; LEITE, Marinês Tambara; HILDEBRANDT, Leila Mariza; JAHN, Alice do Carmo. *Sexuality in the perception and experience of elderly women members of a living group*. Maringá, 2013. Disponível em <http://www.periodicos.uem.br/ojs/index.php/ActaSciHealthSci/article/view/10700/pdf>. Acesso em: 15 Maio 2019.
- BROOME, Marion. *Integrative literature reviews of the development of concepts. In Concept development in Nursing: Foundations, Techniques and Applications*. 2 ed., Filadelfia, 1993.
- Cullum N; Ciliska D; Haynes RB, Marks S. *Enfermagem Baseada em evidências*. Porto Alegre: Artmed, 2010.
- CREMA, Izabella Lenza; TILIO, Rafael De; CAMPOS, Maria Teresa de Assis. *Repercussões da Menopausa para a Sexualidade de Idosas: Revisão Integrativa da Literatura. Psicologia: Ciência e Profissão*, Brasília, 2017. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-98932017000300753&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 14 Maio 2019.
- FLEURY, Heloisa Junqueira; ABDO, Carmita Helena Najjar. *Sexualidade da mulher idosa. Diagnóstico e Tratamento*. São Paulo, 2015. Disponível em: <http://files.bvs.br/upload/S/1413-9979/2015/v20n3/a4902.pdf>. Acesso em: 20 Maio 2019.
- GALVAO, Cristina Maria; SAWADA, Namie Okino; TREVIZAN, Maria Auxiliadora. *Revisão sistemática: recurso que proporciona a incorporação das evidências na prática da enfermagem. Revista Latino-Americana de Enfermagem*, Ribeirão Preto, 2004. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-11692004000300014&lng=en&nrm=iso Acesso em: 18 Maio 2019.
- HEIDARI, Shirin. *Sexuality and older people: a neglected issue. Reproductive Health Matters*, Suécia, 2016. Disponível em: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1016/j.rhm.2016.11.011>. Acesso em: 29 Maio 2019.
- MARQUES, Antonio Dean Barbosa et al. A vivência da sexualidade de idosos em um centro de convivência. *R. Enferm. Cent. O. Min.*, 2015. Disponível em: <http://www.seer.ufsj.edu.br/index.php/recom/article/view/913/930>. Acesso em: 19 Maio 2019.
- MAYOR, Andrea Soutto; ANTUNES, Ester Santiago Duarte Carqueijeiro; ALMEIDA, Thiago de. O “devir” do amor e da sexualidade no processo do envelhecimento. *In Anais da VII Jornada Apoiar: Saúde Mental e Enquadres Grupais: a pesquisa e a clínica (pp. 286-293)*, São Paulo, 2009. Disponível em: https://www.academia.edu/1059981/o_devir_do_amor_e_da_sexualidade_no_processo_do_envelhecimento. Acesso em: 15 Maio 2019.

- NASCIMENTO, Renata Fernandes do et al. Vivência da sexualidade por mulheres idosas. **Revista de Enfermagem**, UERJ, Rio de Janeiro, 2017. Disponível em: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/enfermagemuerj/article/view/20892>. Acesso em: 20 Maio 2019.
- OLIVEIRA, Estephania de Lima; NEVES, André Luiz Machado das; SILVA, Iolete Ribeiro da. Sentidos de sexualidade entre mulheres idosas: relações de gênero, ideologias mecanicistas e subversão. **Psicol. Soc.**, Belo Horizonte, 2018. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-71822018000100232&lng=en&nrm=iso. Acesso em 19 Maio 2019.
- PIRES, Rosa Cristina Cavalcante de Albuquerque. Sexualidade feminina, envelhecimento e educação: algumas aproximações necessárias. **Revista UDESC**, Florianópolis, 2005. Disponível em <http://www.periodicos.udesc.br/index.php/linhas/article/viewFile/1326/1135>. Acesso em: 15 Maio 2019.
- QUEIROGA, Sara; MAGALHAES, Sara Isabel; NOGUEIRA, Conceição. Vivências e percepções de sexualidade de portuguesas com mais de 65 anos. **Rev. Estud. Fem.**, Florianópolis, 2018. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-026X2018000300215&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 19 Maio 2019.
- RODRIGUES, Luara Ramos et al. Análise do comportamento sexual de idosas atendidas em um ambulatório de ginecologia. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, Rio de Janeiro, 2018. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-98232018000600724&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 18 Maio 2019.
- ROMAN, Arlete Regina; FRIEDLANDER, Maria Romana. Revisão integrativa de pesquisa aplicada à enfermagem. **Cogitare Enfermagem**, Curitiba, 1998. Disponível em: <https://revistas.ufpr.br/cogitare/article/view/44358/26850>. Acesso em: 18 Maio 2019.
- SOUZA, Marcela Tavares de; SILVA, Michelly Dias da; CARVALHO, Rachel de. Revisão integrativa: o que é e como fazer. **Einstein**. São Paulo, 2010. Disponível em: http://www.scielo.br/pdf/eins/v8n1/pt_1679-4508-eins-8-1-0102.pdf. Acesso em: 18 Maio 2019.
- SOUZA, Mariana de et al. A vivência da sexualidade por idosas viúvas e suas percepções quanto à opinião dos familiares a respeito. **Saúde Social**, São Paulo, 2015. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-12902015000300936&lng=en&nrm=iso. Acesso em 19 Maio 2019.
- THOMAS, H.N.; HESS R.; THURSTON R.C.; *Correlates of Sexual Activity and Satisfaction in Midlife and Older Women*. **Ann Fam Med**, 2015. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4508174/?tool=pubmed>. Acesso em: 18 Maio 2019.
- TROMPETER, Susan; Bettencourt, Ricki; Barrett-Connor, Elizabeth. Sexual activity and satisfaction in healthy community-dwelling older women. **American Journal of Medicine**, Califórnia 2012. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3246190/>. Acesso em: 13 Maio 2019.
- UCHOA, Yasmim da Silva et al. *Sexuality through the eyes of the elderly*. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, Rio de Janeiro, 2016. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-98232016000600939&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 13 Maio 2019.
- URSI, Elizabeth Silva; GAVAO, Cristina Maria. Prevenção de lesões de pele no perioperatório: revisão integrativa da literatura. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, Ribeirão Preto, 2006. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-11692006000100017&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 18 Maio 2019.
- VIEIRA, Kay Francis Leal; COUTINHO, Maria da Penha de Lima; SARAIVA, Evelyn Rúbia de Albuquerque. A Sexualidade Na Velhice: Representações Sociais De Idosos Freqüentadores de Um Grupo de Convivência. **Psicologia: Ciência e Profissão**, Brasília, 2016. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-98932016000100196&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 13 Maio 2019.
- VEIRA, Kay Francis Leal; MIRANDA, Rosane de Sousa; COUTINHO, Maria da Penha de Lima. Sexualidade na velhice: um estudo de representações sociais. **Psicologia e Saber Social**, 2012. Disponível em: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/psi-sabersocial/article/view/3250/2257>. Acesso em: 15 Maio 2019.