

SEXUALIDADE EM IDOSOS: TABUS E PRECONCEITOS

Emily Caroline Thomaz de Paulo¹
Lauranery de Deus Moreno²
Ana Karina Cruz Machado³

INTRODUÇÃO

O envelhecimento é carregado de mudanças corporais, subjetivas e sociais. A sexualidade neste sentido é ainda um tema tabu, sendo muitas vezes ligado erroneamente apenas ao “ato sexual”, se faz relevante discutir esta temática inclusive numa tentativa de garantir a prevenção de doenças tendo em vista que as mudanças ocorridas interferem diretamente na forma como o sujeito se vê, acarretando consequências psicológicas em relação a autoimagem e na forma como é reconhecido socialmente, a partir do estereótipo da velhice enquanto etapa de estagnação.

Para Netto (2000), sexualidade é a maneira como uma pessoa expressa seu sexo. É como a mulher vivencia e expressa o “ser mulher” e o homem o “ser homem”. No final do século 20, vimos uma revolução no conceito da sexualidade, e essas mudanças repercutiram na vida sexual do idoso. Não se concebe, hoje, a sexualidade ligada apenas à função reprodutiva, mas como fonte de prazer e de realização em todas as idades, apesar disso, o idoso ainda é visto como um ser assexuado.

Dialogar sobre sexo na velhice ainda é motivo de vergonha e constrangimento, o que dificulta a busca de informação e a superação de obstáculos para ter uma vida sexual ativa na terceira idade. Para Buksman (2013), é preciso derrubar esse tabu, o autor ressalta ainda que o sexo é muito útil para a autoestima e para diminuir a ansiedade dos idosos.

O presente trabalho visa discutir os mitos e preconceitos vivenciados em torno da sexualidade da pessoa idosa.

METODOLOGIA

Para a construção desse artigo foi realizado um estudo de revisão sistemática de literatura com temáticas relacionadas à sexualidade na velhice. Usando-se, fundamentalmente, a exploração de artigos, em língua portuguesa, publicados em bancos de dados como, Pepsic e Scielo, como também em livros, no período de 2002 a 2019 (últimos dezessete anos).

Para Galvão e Pereira (2014) revisão sistemática de literatura “ Trata-se de um tipo de investigação focada em questão bem definida, que visa identificar, selecionar, avaliar e sintetizar as evidências relevantes disponíveis”.

Os descritores utilizados para a pesquisa das fontes que subsidiaram este trabalho foram: envelhecimento, mudanças corporais, sexo e sexualidade de idosos, Infecções Sexualmente Transmissíveis (IST) /AIDS e saúde do idoso.

A pesquisa foi realizada durante o mês de abril e maio de 2019, foram encontrados 17 artigos sobre o tema, entretanto foram empregados os seguintes critérios para exclusão:

¹ Emily Caroline Thomaz de Paulo, Graduada pelo curso de Psicologia da Universidade Potiguar-UnP, Especializanda em Terapia Cognitivo Comportamental, Pós-Graduanda em Avaliação Psicológica pelo Centro de Ensino Superior Santa Cruz LTDA, emicaatp@gmail.com;

² Lauranery de Deus Moreno, Graduada do Curso de Psicologia da Universidade Potiguar - UnP, lauranerymoreno@hotmail.com

³ Ana Karina Cruz Machado, Gerontóloga, docente de pós graduação Centro de Ensino Superior Santa Cruz (CESAC). Email: karinacruz_rn@yahoo.com.br

anúários em idiomas diferentes do português, artigos que possuíam assuntos que divergiam do alvo deste trabalho e publicações fora do período de 2002 a 2019, tendo sido selecionados 9 trabalhos.

DESENVOLVIMENTO

O envelhecimento é um processo sequencial, individual, cumulativo, irreversível, universal, não patológico, de deterioração de um organismo maduro, próprio a todos os membros de uma espécie (BRASIL, 2006). É um movimento natural que ocorre durante todos os ciclos de vida do ser humano, permeado pelas circunstâncias sociais e escolhas pessoais. Abordar aspectos da sexualidade em sua amplitude de conceito, não fazendo menção apenas ao ato sexual, nesta etapa do ciclo de vida parece ser algo distante em nossa sociedade e que necessita ser repensado como forma inclusive de oferecer qualidade de vida a partir também da vivência sexual, de modo saudável e seguro, tendo em vista que os índices de doenças sexualmente transmissíveis em idosos está aumentando.

Segundo Ruipérez e Llorente (2002), havia uma falsa crença de que na velhice não se existia atividade ou interesse sexual e que se ocorresse era algo doentio ou patológico, sendo que as mudanças ocorridas com o decorrer do tempo, não necessariamente cessará o prazer ou a busca por este, mas que disfunções sexuais podem ser advindas de vários fatores, dentre eles o uso de medicamentos, viuvez, fatores sociais.

Aurélio (2018), define sexo enquanto diferença física ou conformação especial que distingue o macho da fêmea; Conjunto de indivíduos que têm o mesmo sexo; Relação sexual; Órgãos sexuais externos. Enquanto sexualidade, pode ser definida enquanto qualidade do que é sexual e modo de ser próprio do que tem sexo. Deste modo, podemos inferir que os termos se distinguem em sua aplicação, diferindo de conceitos populares.

De acordo com Vieira, Coutinho e Saraiva (2016) existe, em nossa sociedade, um conceito de velhice deteriorado e negativo, especialmente no âmbito sexual. Thiago, Russo e Júnior (2016), abordam que numa sociedade em que é supervalorizado o corpo jovem, saudável e sexualmente ativo, se torna cada vez mais difícil sentir-se atraente durante a velhice apontando as mudanças nas concepções envolvendo o envelhecimento e a sexualidade, onde é citado que com as alterações corporais, tende a ocorrer “uma suposta diminuição do interesse e atividade sexual”. O desconhecimento e à pressão cultural, pode gerar também, em idosos que ainda possuem desejo sexual, sentimento de culpa e vergonha, gerando receio e omissão devido ao preconceito.

Como consequência do preconceito existente e em conjunto com a falta de acesso às informações, muitos idosos acabam praticando o ato sexual sem proteção, acreditando que estão isentos de contrair ISTS/AIDS durante a velhice. Por Infecções Sexualmente Transmissíveis (IST) entende-se, de acordo com a OMS (2017), que são infecções causadas por vírus, bactérias ou outros microrganismos transmitidos, principalmente, por meio do contato sexual, sem o uso de camisinha, com uma pessoa que esteja infectada.

Aguiar et Al. (2018) alerta que o índice de casos de idosos portadores de ISTS/AIDS vem aumentando porque muitas vezes os idosos “(...) deixam de usar o preservativo por vários motivos como, dificuldade para utilizá-lo, pela crença da perda da ereção e da sensibilidade, a crença de que os relacionamentos afetivos ou monogâmicos conferem imunidade, porque tira o prazer e “quebra o clima”.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Falar sobre sexualidade é um tabu em várias sociedades, ainda mais quando este tema parece estar associado diretamente ao ato sexual. Apesar de incluí-lo, a sexualidade envolve discussões com quesitos mais abrangentes, como identidade de gênero, as funções e papéis sociais, orientação sexual, prazer, reprodução, doenças crônicas, uso de medicamentos, viuvez, ISTS, dentre outros e, que podem sofrer influência de fatores biológicos, psicológicos, sociais e religiosos, sendo uma das necessidades básicas do ser humano, que está presente em todos os ciclos da vida e deve ser vivenciada em sua plenitude.

A palavra sexo por sua vez pode designar o gênero social, feminino ou masculino, mas é comumente ligado ao “ato sexual” que, diferente de outras espécies animais, não é apenas um ato para reprodução ou para fins puramente biológicos, pois pode envolver sentimentos e emoções. O ato sexual por sua vez parece estar associado a juventude, sendo os adolescentes o maior público alvo de campanhas de conscientização, políticas públicas e educação sexual. “Será necessário vencer preconceitos e discutir mitos arraigados em nossa cultura, tendo em vista que os profissionais de saúde e a comunidade devem perceber que a promoção não termina quando se faz 60 anos e as ações de prevenção, sejam elas primárias, secundárias ou terciárias, devem ser incorporadas à atenção à saúde, em todas as idades.” (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2006)

Em sua maioria, os estudos existentes abordam questões sobre mudanças fisiológicas no corpo que, por consequência, geram disfunções no funcionamento sexual do homem e da mulher, mudanças fisiológicas ocorridas naturalmente com o tempo irão interferir com a diminuição das respostas aos estímulos apresentados. Na mulher essa diminuição ocorre no período da menopausa, em que há cessação da ovulação e menstruação, devido a diminuição dos níveis de estrogênio; E no homem, durante a andropausa ou, de acordo com Bonaccorsi (2001), durante a insuficiência androgênica, em que há o declínio da produção de testosterona e espermatozoides e, conseqüentemente, diminuição da libido e dificuldades de ereção.

De acordo com Aguiar et al. (2018) “Historicamente a sexualidade dos idosos tem sido negada, entretanto, o registro crescente do número de pessoas idosas contaminadas pelo HIV mostra a necessidade de se discutir sobre esse assunto”. Idosos que vivem com HIV enfrentam barreiras significativas para manterem relações sexuais saudáveis enquanto envelhecem, o que reforça a continuidade de comportamentos sexuais de risco, como a ausência do uso de preservativos, o que pode acarretar a transmissão de IST/AIDS, caso já sejam portadores, a dificuldade para se manter relações aumenta ainda mais, principalmente com as adaptações que necessitam ser feitas em busca de manter relações sexuais.

Dessa forma, é importante entender que a percepção de risco é diferente entre os grupos de pessoas em suas diversas faixas etárias, motivadas pelos aspectos socioeconômicos, demográficos e culturais aos quais estão expostos, porém que se faz necessário trabalhar a promoção de saúde sexual de forma educativa, para todas as idades, com o intuito de proteger e orientar não apenas o jovem, mas a população de forma geral independente da faixa etária.

Segundo Ruipérez e Llorente (2002), “Uma vida sexual saudável, satisfatória e rica em experiências é importante para se manter a auto-estima. A expressão sexual adapta-se, simplesmente, às capacidades remanescentes.” Algumas atitudes podem ajudar na busca por uma vida sexual ativa de modo saudável, podendo evitar futuros problemas como, fazer regularmente consultas médicas, prática de exercícios físicos, alimentação balanceada e uso de preservativos durante o ato sexual.

Atualmente há poucas reflexões acerca da forma como os idosos têm lidado emocionalmente com a sexualidade diante desse processo mudanças. Esta escassez se dá, de acordo com Andrade et al (2012), em virtude do preconceito existente em relação às temáticas

vividas por idosos, em que cria-se uma negação contra a velhice perante a sociedade. Por conseguinte, esse fenômeno colabora com a dificuldade de se pensar políticas específicas para esse grupo.

Covey (2009) em seu estudo, relata que inúmeros mitos, atitudes sociais e estereótipos negativos são atribuídos aos idosos, sendo que os mais intensos são aqueles ligados à sexualidade, dificultando a manifestação do desejo nessa etapa da vida humana. Para Santos (2003), o idoso não perde a sexualidade, mas a redescobre, devendo assim vivenciar esse período com maturidade.

Para Ribeiro (2002), as influências culturais são marcantes em relação ao tabu da sexualidade, porém as pessoas mais cultas vivenciam a sexualidade de maneira bem diferente daquelas mais simples. Acontece, porém, que existe o mito da velhice assexuada, o que reforça a imagem de que o idoso que expressa sexualidade com naturalidade é um desvio, ou seja, se torna um ato insano devido suas características físicas. A mulher idosa que demonstra abertamente interesse sexual é considerada “assanhada” e o homem “tarado”, sendo ridicularizados culturalmente. “Existe pouco conhecimento no que se refere às questões de sexualidade dos idosos, por ser a longevidade um fato ainda novo na história da humanidade” (pág 29).

Na pesquisa de Coelho et. al (2010), com 83 idosos, destaca-se que apenas 6 idosos mantinham com frequência atividade sexual, mesmo 59 deles sendo casados ainda, como principal causa 74% relataram que têm vergonha dos filhos e familiares em casa, ou não se sentem confortáveis morando com os mesmos. Corroborando com essa realidade, Catusso (2005), destaca a inversão dos papéis familiares, os pais que sempre vigiaram as ações dos filhos, na velhice, são os que são vigiados, e o controle das ações, das atividades e até mesmo dos relacionamentos afetivos estão sob o olhar da família que subjuga os sentimentos dos seus idosos. A repressão, parte principalmente dos familiares na maioria das vezes dos filhos.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir desta revisão de literatura, foi possível observar que a produção científica em relação às mudanças naturais vividas por idosos é, ainda, um tema pouco discutido. Observa-se que há uma carência no quesito de políticas públicas, promoção e prevenção da saúde voltada para o público idoso. Além disso, foi possível perceber que os profissionais da área da saúde têm pouco preparo para lidar com os fatores relacionados à sexualidade em idosos, em que, por muitas vezes o preconceito e o conseqüente desconforto gerado impede, cada vez mais, a busca por informações e orientações sobre o assunto.

Conhecer e desmistificar as representações sociais dos idosos acerca da sexualidade na velhice significa compreender uma interpretação da realidade vivida e falada por esse grupo social, que direciona comportamentos, comunicações e experiências, enquanto sujeitos em eterno desenvolvimento, compreendendo o corpo e o sujeito dentro de uma sociedade, respeitando sua subjetividade e ofertando qualidade de vida.

Deste modo podemos compreender que idosos não necessariamente tem uma vida assexual, que apesar das mudanças corporais, que afetam psicologicamente e socialmente, devido inclusive a questões de autoimagem e independência, estes podem e devem ter uma vida ativa em todos os sentidos, incluindo o sexual, mas que para que isto ocorra de forma saudável é necessário se pensar na promoção da saúde, por meio de políticas públicas, visando trabalhar na prevenção das doenças e infecções transmitidas sexualmente, garantindo desta forma os direitos do idoso e promovendo qualidade de vida a estes.

Palavras-chave: Envelhecimento; Sexualidade; Mudança corporal, ISTs/AIDS; Preconceito

(83) 3322.3222

contato@cieh.com.br

www.cieh.com.br

REFERÊNCIAS

AGUIAR, Rosaline Bezerra et al. **Idosos vivendo com HIV – comportamento e conhecimento sobre sexualidade:** Revisão integrativa. 2018. Disponível em: <<http://www.cienciaesaudecoletiva.com.br/artigos/idosos-vivendo-com-hiv-comportamento-e-conhecimento-sobre-sexualidade-revisao-integrativa/16889?id=16889&id=16889&id=16889>> . Acesso em: 19 de Maio de 2019.

ANDRADE, Luana Machado et al. **Políticas públicas para pessoas idosas no Brasil:** Uma revisão integrativa. Ciência e Saúde Coletiva. Dezembro de 2013. Disponível em: <<https://www.scielo.org/article/csc/2013.v18n12/3543-3552/>> . Acesso em: 20 de Maio de 2019.

BONACCORSI, Antonio C. **Andropausa:** insuficiência androgênica parcial do homem idoso. Uma revisão. Arq Bras Endocrinol Metab , São Paulo, v. 45, n. 2, p. 123-133, abril de 2001. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0004-27302001000200003&lng=en&nrm=iso> . Acesso em: 19 de Maio de 2019.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Portaria nº 2.528, de 19 de outubro de 2006.** Diário Oficial da República Federativa do Brasil, Brasília: 2006. Disponível em: http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2006/prt2528_19_10_2006.html. Acesso em: 17 de Maio de 2019.

BUKSMAN, Salo. **Vida sexual não para na velhice, mas é preciso superar obstáculos.** Primeira Edição. Maceió. Maio de 2013. Disponível em: <<http://primeiraedicao.com.br/noticia/2013/05/03/vida-sexual-nao-para-na-velhice-mas-e-preciso-superar-obstaculos>> . Acesso em: 23 de Maio de 2019.

CATUSO, M. C. **Rompendo o silêncio:** desvelando a sexualidade em idosos. Rev. Virtual Textos & Contextos, n.4, dez. 2005. Disponível em: <<http://revistaseletronicas.pucrs.br/ojs/index.php/fass/article/view/996>> . Acesso em: 23 de Maio de 2019.

COELHO, Daniella Nunes Paschoal et al. **Percepção de Mulheres Idosas sobre Sexualidade:** Implicações de Gênero e no Cuidado de Enfermagem. Rev. Rene, v. 11, n.4, p. 163-173. Fortaleza. Outubro/Dezembro de 2010. Disponível em: <<http://periodicos.ufc.br/rene/article/view/4641/3466>> . Acesso em: 23 de Maio de 2019

DICIONÁRIO AURÉLIO. **Sexo.** 2019. Disponível em: <<https://dicionariodoaurelio.com/sexo>> Acesso em: 18 de Maio de 2019.

GALVÃO, Taís Freire; PEREIRA, Mauricio Gomes. **Revisões sistemáticas da literatura:** passos para sua elaboração. 2014. Disponível em: <<http://scielo.iec.gov.br/pdf/ess/v23n1/v23n1a18.pdf>> . Acesso em: 20 de Maio de 2019.

MINISTÉRIO DA SAÚDE (Org.). **Um guia para se viver mais e melhor**. 2006. Disponível em: <http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_viver_mais_melhor_melhor_2006.pdf> . Acesso em: 17 de maio de 2019.

NETTO M. P. **Gerontologia: A velhice e o Envelhecimento e a visão globalizada**. Ed. Atheneu, 2000. Acesso em: 23 de Maio de 2019.

OMS, **Infecções Sexualmente Transmissíveis: o que são e como prevenir**. Disponível em: <<http://portalms.saude.gov.br/saude-de-a-z/infeccoes-sexualmente-transmissiveis-ist>> . Acesso em: 18 de maio de 2019.

RIBEIRO, A. **Sexualidade na Terceira Idade**. In: NETTO, M. P. Gerontologia. A Velhice e o Envelhecimento em Visão Globalizada. São Paulo: Atheneu, 2002. p.124-135.

RUIPÉREZ, Isidoro; LLORENT, Paloma. **Geriatrics**. Editora: MC Graw Hill, 2002. v.1 p.182.

THIAGO, Cristiane da Costa; RUSSO, Jane Araújo; JÚNIOR, Kenneth Rochel Camargo de. **Hormônios, sexualidade e envelhecimento masculino: um estudo de imagens em websites**. Interface (Botucatu), Botucatu, v. 20, n. 56, Março de 2016. Disponível em: <<https://scielosp.org/pdf/icse/2016.v20n56/37-50/pt>> . Acesso em: 19 de Maio de 2019.

VIEIRA, Kay Francis Leal; COUTINHO, Maria da Penha de Lima; SARAIVA, Evelyn Rúbia de Albuquerque. **A Sexualidade Na Velhice: Representações Sociais De Idosos Frequentadores de Um Grupo de Convivência**. Psicologia: Ciência e Profissão. Brasília, v. 36, n. 1. Março de 2016. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/pcp/v36n1/1982-3703-pcp-36-1-0196.pdf>> . Acesso em: 18 de Maio de 2019.