

SEXUALIDADE E A MULHER IDOSA: A IMPORTÂNCIA DESSA ABORDAGEM

Jayana Gabrielle Sobral Ferreira ¹
Anne Wirginne de Lima Rodrigues ²
Quézia Ellen da Silva Santos ³
Igor Luiz Vieira de Lima Santos ⁴

RESUMO

A sexualidade sempre foi e atualmente continua sendo tratada com um assunto proibido e indiscutível, devido a isto temos tanta falta de conhecimento a partir da educação sexual, que está passível dos mais diversos erros e incoerências da população mundial. Junto a isto, podemos afirmar que esse tabu se faz ainda maior quando levamos para o lado da sexualidade feminina, de forma que a mulher sempre foi apenas relacionada a geração de filhos e o ato do prazer e desejos sexuais referenciava um pensamento criminoso, ainda mais mulheres idosas, que se auto privam de conhecer suas vontades e necessidades sexuais para a saúde do corpo. Com o objetivo de aprofundar os conhecimentos sobre essa relação entre sexualidade e envelhecimento feminino, o presente trabalho utilizou de um levantamento bibliográfico em bases de dados como NCBI, Google Acadêmico e SciELO, com busca de artigos que levam a resultados mostrando que, a partir do desequilíbrio entre conhecimentos das necessidades sexuais do organismo e ao bloqueio da sociedade de admitirem que mulheres idosas também tem necessidades sexuais, isto causa condições de diminuição da libido, afetividades e condições psicológicas desfavoráveis para estas mulheres, que precisam ser assistidas e auxiliadas quando as suas necessidades igual qualquer outra jovem mulher. Nessa perspectiva, poucos autores buscam alcançar esse objetivo, devido a pouca abrangência desse tema, que é focado em desvendar tal processo de envelhecimento e suas alterações, desequilíbrios e as relações com as necessidades de sexualidade, mesmo que marcada por limitações físicas e biológicas.

Palavras-chave: Sexualidade da mulher idosa, Envelhecimento feminino, Sexualidade da mulher.

INTRODUÇÃO

Sendo um processo irreversível, universal, não patológico e definido como um acúmulo de alterações que o corpo humano sofre de forma danosa, essa última fase do

¹ Graduanda do Curso de **Enfermagem** da Universidade Federal de Campina Grande- UFCG, jayanagsf@gmail.com;

² Graduanda do Curso de **Enfermagem** da Universidade Federal de Campina Grande- UFCG, annewirginne@gmail.com;

³ Graduanda do Curso de **Enfermagem** da Universidade Federal de Campina Grande- UFCG, elleen.quezia@gmail.com;

⁴ Professor orientador: Doutor em Biotecnologia, Universidade Federal de Campina Grande-Centro de Educação e Saúde, igorsantosufcg@gmail.com.

ciclo vital traz algumas perdas psicomotoras ao indivíduo, restrições físicas, cognitivas e de relações sociais a partir desta deterioração do organismo. Em seu sentido etimológico, velhice refere-se ao avançar da idade, estado ou condição de ser velho, com um acúmulo de danos, perdas e aumento da probabilidade de morte (NERI, 2002).

Como vivemos em sociedade, aprendemos a conviver da melhor e mais respeitosa forma com a terceira idade e a nos adaptar às necessidades que essa parte da população demanda. Diante disso, adaptações físicas em ambientes do cotidiano foram aplicadas, na realidade de muitas famílias, ambiente de assistência à saúde em todo mundo e dentro da vivência de cada família em que se inserem avôs, avós, pais, tios, filhos, dentre outros.

Todavia, ainda que as adaptações tenham o objetivo de proporcionar, para qualquer grupo vulnerável, uma possibilidade de se inserirem na sociedade sem segregação, as barreiras culturais e sociais ainda limitam a capacidade dos idosos em muitas rotinas da vida, especialmente quando falamos de sexualidade. O sexo sempre foi visto, para a mulher exclusivamente, como algo apenas ligado a reprodução, onde a busca pelo prazer neste meio deveria ser reprimido por ser um alto condenável e que demonstrava falta de moral.

A sexualidade em si é um termo que pode abranger muitas vertentes e interpretações, de forma que esse conceito não se restringe apenas ao ato sexual, e sim pelos fenômenos que envolvem a compreensão e condições biológicas humanas, relacionadas as suas experiências, compartilhamento dessa intimidade com outros indivíduos, preferências, manifestações e desejos. Estas variações e diferenças são também condenadas ou negadas e o debate sobre as identidades e as práticas sexuais torna-se cada vez mais abrangente, levantando certos incômodos aqueles que não abrem sua mente diante destes processos e identidades (SILVA, 2019).

Refletir sobre essa sexualidade, especialmente a feminina, é difícil devido a tantas barreiras aplicadas na mentalidade e na cultura do povo. O tabu da sexualidade ronda gerações e continentes, as limitações às mulheres são 3 vezes maiores, quando trazemos este campo então para mulheres idosas, torna-se então uma discussão praticamente impossível e incoerente, na visão de muitos. Todavia, o avançar da idade ainda contempla um desejo de apreender e vivenciar efeitos e expressões da sexualidade.

As correntes teóricas sobre sexualidade tendem a se basearem da importância do desenvolvimento e vida psíquica dos indivíduos, relacionado a necessidade fundamental dos seres humanos, independentemente da potencialidade reprodutiva, através da

satisfação das necessidades do ser, de forma que estudos evidenciam que mulheres que relataram maior satisfação sexual, tem uma melhor saúde mental (DANTAS *et al.*, 2017). Assim, a grande maioria dessas teorias se fixam na ideia de que, para compreender a sexualidade de idosos, deve-se levar em conta o comportamento sexual, que é definido por vários princípios.

Essa relação de envelhecimento, sexualidade e seus princípios, merecem então uma análise de como são abordados atualmente, especialmente direcionada ao público feminino que pouco vivencia essas discussões devido à crenças, atitudes e valores que limitam essa discussão, mas que ainda assim podem demonstrar fatores imprescindíveis para uma boa qualidade de vida nesta avançada etapa do desenvolvimento humano. Pois, socialmente, considera-se a pessoa idosa como assexuada e desprovida de desejos sexuais, ainda que a literatura atual demonstra que não existem razões fisiológicas que possam impedir pessoas idosas, em grande maioria dos casos, de apresentarem uma vida sexual ativa e comum (VIEIRA *et al.*, 2012).

Dessa forma, a partir disso, podemos visualizar a importância de conhecer atuais discussões da sexualidade na velhice, compreender o amplo significado da sexualidade e sua aplicabilidade e vivência para a população idosa feminina, analisando e contestando a presença de tabus e preconceitos dessa fração da população no que diz respeito às suas vivências sexuais. Em face do exposto, o presente estudo foi realizado com o então objetivo de revisar, a partir da atual literatura, a importância da sexualidade na fase da velhice feminina, com a intenção e desconstruir o pressuposto que estas mulheres não desenvolvem desejos sexuais e nem necessitam da sexualidade para um envelhecimento adaptado a qualquer outra fase da vida.

METODOLOGIA

O presente estudo trata-se de uma revisão narrativa da literatura e exploratória realizada por intermédio de uma revisão bibliográfica, baseando-se em uma leitura detalhada para a compreensão dos estudos atuais acerca da aplicabilidade da sexualidade na velhice feminina, onde os artigos que foram selecionados para essa construção apresentaram também explicações amplas acerca da sexualidade e o processo geral de envelhecimento, para compreensão desses termos abrangentes e, após isso, a compreensão conjunta de como a sexualidade e a velhice se conectam.

A pesquisa para este estudo ocorreu durante o segundo semestre de 2021 em bancos de dados públicos on-line, nas plataformas bibliográficas de pesquisas NCBI (National Center for Biotechnology Information), Google Acadêmico, e Scielo (Scientific Eletronic Library Online). Em relação ao uso de descritores, os seguintes foram utilizados para aprimorar as pesquisas e garantir apenas inclusão de artigos e dados que fossem atuais e referenciassem o tema escolhido: “Sexualidade e envelhecimento”, “Sexualidade feminina”, “Sexualidade na velhice” e “Envelhecimento feminino”, sendo todos estes traduzidos para o idioma português e selecionados inicialmente cerca de 15 artigos que apresentaram relações úteis para o tema.

Foi realizada uma análise aprofundada, excluindo algumas pesquisas que se mostraram superficiais e não atenderam tanto às necessidades da pesquisa e, assim, se obteve ao final o total de 9 artigos para a construção desta pesquisa, que foram publicados entre os anos de 2000 e 2021, compilados e entendidos de modo a ter suas principais informações e objetivos contemplados para a construção com bases nos objetivos desse estudo.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Até meados do século XIX, a sexualidade permanecia proibida e orientada apenas por preceitos religiosos e morais. Quando falamos em sexualidade humana, os tabus diante do assunto, em maioria concentrados nas mulheres, não trazem a amplitude garantida que podemos discutir acerca desse tema, sobretudo quando entendemos que sexualidade é de uma grande dimensão, sendo ela fisiológica, altamente psicológica, biológica, agrega-se a relações sociais, etc.

A sexualidade não se vincula somente ao conceito de transmissão e reprodução de vida, estando diretamente relacionada aos sentimentos mais íntimos de um indivíduo e necessidades mais pessoais. De forma que o ser humano apresenta, ainda que inconscientemente, a busca pelo prazer, sendo esta busca refletida em manifestações de libido e energia sexual (FREUD, 2006).

Atualmente, o sexo é parte do cotidiano das pessoas não estando limitado à uma única concepção, já que o prazer humano independe da reprodução, extrapolando também os aspectos orgânicos e associando-se a estes os fatores biopsicossociais. Neste sentido,

surge a necessidade da sexualidade ser englobada e em discussão que defendem sua importância em todas as idades (GOZZO *et al.*, 2000).

O funcionamento sexual é instigado por alguns determinantes, sendo eles basicamente as variáveis e fatores biológicos, psicológicos, sociais e culturais, que se encontram amplamente conectados e o reconhecimento da necessidade de um parceiro sexual, ou de simples necessidades sexuais, que definem a qualidade desse relacionamento (FLEURY, 2015). Sabe-se também que a sexualidade madura é derivada da sexualidade infantil, de forma que primeiras interações nesse caso constituem registros emocionais para esta formação futura do comportamento sexual e afetivo da mulher na terceira idade.

A análise e discussão dos fatores que são envolvidos no estímulo sexual da população mais idosa traz novas perspectivas de estudo para a manutenção da atividade sexual ainda na terceira idade, de forma sustentada, saudável e agradável. O interesse por novos relacionamentos não obrigatoriamente cessa nesse período da vida nessa faixa etária, podemos observar grandes casos de relatos insatisfeitos com o prazer na atividade sexual comprometido (FLEURY, 2015).

As mulheres, nesse sentido de sexualidade e reprodução, sempre apresentaram um papel significativo na atividade procriativa até o atual momento. Considerando a atualidade, a distribuição das tarefas entre os sexos não se limita somente a essas divisões culturais, mas sim traz a liberdade e a naturalidade da discussão de atos sexuais, desejos e do prazer ao sexo feminino, para que desassocie-se a ideia que a mulher ocupa apenas um papel no espaço reprodutivo. O cuidado com filhos e família sempre foi destinado às mulheres, colocando-as assim, em uma representação de estarem presas e ligando o constrangimento ao mesmo nível das necessidades sexuais e, culturalmente, a mulher é vista apenas como objeto de prazer (EVANGELISTA *et al.*, 2019).

A sexualidade, além de seus diversos e amplos campos, também significa a relação sexual em si, pois mulheres idosas continuam tendo seus desejos, ainda que apresentando maiores limitações em razão de certas alterações e limitações fisiológicas, que tendem a dificultar essas relações, mas acabam propiciando a descoberta de outros prazeres e um novo modo de vida (VIEIRA *et al.*, 2012). Por isso, educar essas mulheres acerca das possibilidades de se expressar e expressar a sua sexualidade torna importante no que diz o respeito a aprendizagem e promoção das interações sociais, dos vínculos de

afetivas e sobretudo na humanização da existências dessas idosas como participantes comuns à vida cotidiana.

A redução da atividade sexual no envelhecimento é tanto um fenômeno biológico característico do processo de envelhecimento, como também uma relação com a disfunção sexual, ainda que compreendida como consequência a partir dessa fase de transição pela complexidade de fatores envolvidos. A partir disto, podemos considerar diversos benefícios pra manutenção da saúde decorrentes da manutenção de uma atividade sexual nessa fase, podendo citar o aumento da longevidade (FLEURY, 2015), ressaltando que cada caso ocorre de maneira individual em cada indivíduo e implicará em diferentes resposta nos organismo destas mulheres.

Ao contrário do que muito é pensado, o tempo não “dessexualiza” a idosa, de maneira que a sexualidade está e pode se fazer presente durante todas as fases da vida, percorrendo diferentes formas de se apresentar e conseguir se transformar. Nesse envelhecimento, essa sexualidade pode variar da mesma forma que outros mecanismos do corpo e da mentalidade, assim como outros comportamentos (UCHÔA *et al.*, 2016). É altamente comum a continuidade da vida sexual sem implicar em uma redução drástica da resposta e atividade sexual, da mesma maneira que a saúde pode se manter alta e qualitativa, de maneira que o envelhecimento não é sinônimo de doença.

Um aspecto inovador que podemos citar, ainda que pouco comentado, é o avanço em relação aos investimentos da indústria farmacêutica em disfunções sexuais femininas, o que vem prometendo auxiliar muito na manutenção dessas relações entre sexualidade e velhice feminina. No futuro, espera-se, fármacos lançados de forma promissora para o tratamento do desejo sexual hipoativo feminino (SILVA, 2019).

Por isso, quando falamos da notabilidade dos comportamentos sexuais para a saúde idosa, é indeclinável compreendermos que; uma vida afetiva, física e emocional, compõe o ser humano nas suas mais diversas formas e constituem a maior parte do que definem um ser humano e vida psíquica. A conservação dessa atividade sexual é então indispensável a continuidade do bom funcionamento do organismo, pois garante a qualidade de vida normativa e exclusiva de preconceitos sobre mulheres da terceira idade e afeta de forma direta sua mentalidade e, concomitantemente, sua saúde física.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Conclui-se a partir deste trabalho que oferece informações para esse aspecto tão pouco discutido, que a percepção de adultos, jovens e idosos acerca da sexualidade no âmbito do envelhecimento é cercado de limitações e barreiras culturais. Uma visão equivocada, que vem desde a infância e adolescência até início da vida sexual e é sempre ignorada e tratada como um “erro”, mostra os possíveis resultados dessa negação para a vida adulta e conseqüentemente a terceira idade.

Esse conhecimento é representando por poucas informações acerca de necessidades sexuais, vontades e desejos pessoais, as doenças sexualmente transmissíveis e métodos preventivos. Através dessa pesquisa, buscou-se compreender como essas mudanças e tentativa de exclusão total da sexualidade que é feita interferem no processo de envelhecimento e vivência da sexualidade em grupos de mulheres idosas.

Pode-se compreender que as necessidades sexuais da mulher da terceira idade não dissemelham-se das necessidades de mulheres jovens, devido a cultura, a família e religião. Em nossa atualidade, é corriqueiramente normal alguns idosos acreditarem que a presença de disfunções sexuais é comum e não se tem nenhuma intenção de recorrer a profissionais de saúde para melhores informações do que está acontecendo com seu corpo.

Os resultados expostos nesta pesquisa apontam a necessidade de tratar mulheres idosas como qualquer outro tipo de ser integrante da sociedade, apresentando-as aos aspectos inerentes à sexualidade, para que possam compreender que tem capacidade de opinar e desejar satisfação pessoal, sendo justamente por meio de estudos como este, que devem ser mais explorados, que podemos romper barreiras e mitos para qualificar a saúde da mulher idosa de forma integral e pautada em conhecimentos científicos.

REFERÊNCIAS

DANTAS, D. V. *et al.* Sexualidade e qualidade de vida na terceira idade. **Revista Brasileira de Pesquisa em Saúde/Brazilian Journal of Health Research**, v. 19, n. 4, p. 140-148, 2017.

EVANGELISTA, A. R., *et al.* Sexualidade de idosos: conhecimento/atitude de enfermeiros da Estratégia Saúde da Família. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 53, 2019. Disponível em:
<<https://www.scielo.br/j/reeusp/a/qzXZrjQtKBG9H73RrGK9Bwc/abstract/?lang=pt.>>
Acesso em: 2 de ago. de 2021

FLEURY, H. J.; ABDO, C. H. N. Sexualidade da mulher idosa. **Diagnóstico**

Tratamento, v. 20, n. 3, p. 117-120, 2015. Disponível em:

<<http://www.apm.org.br/imagens/Pdfs/revista-145.pdf#page=37>> Acesso em: 2 de ago. de 2021

FREUD, S. Um caso de histeria, Três ensaios sobre sexualidade e outros Trabalhos. 1901-1905. Edição Standard Brasileira das Obras Psicológicas Completas de Sigmund Freud Volume VII. **Imago Editora**. 2006. Rio de Janeiro.

GOZZO, T. O., *et al.* Sexualidade feminina: compreendendo seu significado. **Revista latino-americana de enfermagem**, v. 8, p. 84-90, 2000. Disponível:

<<https://www.scielo.br/j/rlae/a/9pcj3PJQJZyPzDtrHNRxKfd/?format=html&lang=pt.>> Acesso em: 1 de set. de 2021

NERI, A. L.(2002). Teorias psicológicas do envelhecimento. In E. V. Freitas (Ed.), **Tratado de geriatria e gerontologia** (pp. 32-45). Rio de Janeiro, RJ: Guanabara Koogan.

SILVA, C. C. F. M. Sexualidade feminina na trama do tempo: narrativas indizíveis por mulheres invisíveis. 2019. Disponível em:

<<https://repositorio.unesp.br/handle/11449/191278>.> Acesso em: 14 de set. de 2021

UCHÔA, Y. S., *et al.* A sexualidade sob o olhar da pessoa idosa. **Revista brasileira de geriatria e gerontologia**, v. 19, p. 939-949, 2016. Disponível em:

<<https://www.scielo.br/j/rbgg/a/7dtmjLMf3c4bHR8bgcQDFXg/?lang=pt>>. Acesso em: 14 de set. de 2021

VIEIRA, K. F. L.; DE SOUSA MIRANDA, R.; DE LIMA COUTINHO, M. P. Sexualidade na velhice: um estudo de representações sociais. **Psicologia e Saber social**, v. 1, n. 1, p. 120-128, 2012. Disponível em: <<https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/psi-sabersocial/article/view/3250>.> Acesso em: 29 de ago. de 2021