

O IDOSO E A SAÚDE: NOTAS SOBRE A SEXUALIDADE COMO QUALIDADE DE VIDA

Denise Cristina Ferreira¹

RESUMO

Objetivos: analisar o tema sexualidade e sua importância na terceira idade; verificar de que maneira a mesma vem sendo abordada entre os idosos; perceber as principais temáticas sobre o idoso e a sua qualidade de vida que perpassa a sexualidade. **Método:** esta pesquisa foi desenvolvida a partir de uma revisão bibliográfica de cunho descritivo e exploratório. Foram pesquisadas revistas de saúde e artigos científicos relacionados ao tema, o que resultou na análise de quatorze artigos publicados. **Resultados:** a partir da análise de conteúdo foi perceptível que a sexualidade do idoso, ainda é um tema pouco trabalhado; a mesma ainda perpassa por processos de preconceito social e despreparo por parte dos profissionais da saúde para lidar com tal tema. **Discussão:** através dos artigos compreendemos que os profissionais de saúde, sociedade e a família ainda estão despreparados para lidar com o tema sexualidade na terceira idade. **Conclusão:** portanto, os profissionais da saúde devem passar por um processo de preparação para atuar de fato no cuidado com a sexualidade do idoso. Momento que deve ser pensando desde o período da graduação. Procurando, levantar questionamentos a respeito do papel da sexualidade do idoso na sociedade. Essa seria uma maneira importante da atuação do profissional de saúde na intenção de minimizar as barreiras que são impostas pela sociedade em relação à vida sexual do idoso.

Palavras-chave: Saúde, Idoso, Sexualidade.

INTRODUÇÃO

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS) o indivíduo é considerado como idoso a partir dos 60 anos de idade, em especial no caso do Brasil, sabendo que a idade para se definir velhice perpassa o âmbito cultural. Num país considerado em desenvolvimento, como o Brasil, a velhice a partir dos 60 é vista por alguns como o momento em que o ser

¹ Doutora em Ciências Sociais pela Universidade Federal de Campina Grande –UFCG, denisecristina20_cg@hotmail.com;

humano passa a ser considerado sem habilidades para o desenvolvimento de certas atividades (BERNARDO; CORTINA, 2012).

Diante disto, compreendemos o termo idoso de modo relativizado. Essa definição perpassa o campo da relativização do envelhecimento do outro. A velhice não pode ser definida de forma exata a partir da idade. Uma vez que, fica a critério do histórico de vida dos indivíduos, o que fará o tornar um ser humano com mais idade e saudável ou um idoso com limitações na saúde (ROCHA, 1989).

De acordo com os dados do IBGE (2014) e do Ministério da saúde, o Brasil vem envelhecendo de maneira rápida. O Brasil num futuro próximo será um país com um considerável número de idosos. Essa é uma preocupação fundamental para aqueles que lidam com a saúde, como os profissionais de enfermagem. A atuação do enfermeiro através do seu ato de cuidar, passa pelo processo de ter como profissional um papel preponderante, no que diz respeito, aos dilemas referentes a saúde do idoso (BRASIL, 2015).

Foi pensando nisso, que se sentiu a necessidade de escrever um trabalho sobre a sexualidade do idoso. No intuito de perceber através da revisão bibliográfica de que maneira os profissionais da saúde vem lidando com tal temática. Algumas perguntas centrais nortearam a elaboração deste trabalho como: de que modo os profissionais da saúde vem trabalhando como tema sexualidade na terceira idade? De que maneira tal tema vem aparecendo nas produções científicas?

A partir disto o objetivo geral do trabalho foi analisar o tema sexualidade e sua importância na terceira idade; verificar de que maneira tal tema vem sendo abordado; perceber as intervenções do profissional da enfermagem em relação a essa temática. O tema analisado foi importante por se tratar de saúde pública. Sabendo que de alguma maneira ainda enfrenta muito preconceito, quando no referimos à sexualidade do idoso. Diante disto, o profissional de enfermagem é considerado fundamental no processo de saúde e bem estar da sociedade. Espera-se que esse trabalho possa contribuir academicamente com todos aqueles que se preocupam com a saúde e em especial a do idoso.

Envelhecer é natural, esse é um processo que causa no organismo várias alterações físicas, culminando nas alterações funcionais do indivíduo. O processo de envelhecimento deveria ser encarado na sociedade como algo da natureza humana. Sendo visto, como um processo importante e necessário a vida do ser humano. Mas, na maioria das vezes o

Envelhecimento é visto como prejuízo e um problema social (SILVEIRA, 2011). É importante mencionar também, neste momento, as políticas públicas de apoio a saúde do idoso, dentre elas podemos citar a Política Nacional do Idoso lei 884/94, que preza pelo mecanismo de organização e implantação de redes estaduais de assistência à saúde do idoso, dispendo também das responsabilidades regidas pela norma operacional de assistência à saúde (NOAS), Programa de Assistência aos portadores de Doença de Alzheimer- Portaria 703/02.

Como garantia de melhores condições de vida, o idoso possui seu Estatuto, a partir da lei nº 10.741, de 1º de outubro de 2003, que garante ao idoso os direitos fundamentais a pessoa humana, saúde, lazer, segurança e bem estar social (BRASIL, 2003). Essa é uma lei que garante ao idoso qualidade de vida. Nos sistemas de saúde o idoso deve ser acompanhado de forma rigorosa. A pessoa idosa por diversas vezes é vista como uma pessoa imatura, insegura e de modo preconceituoso. Devido parte da sociedade pensar desta forma, é que o estatuto do idoso por meio do Estado, fala sobre os direitos do idoso como cidadão, para assim garantir sua contribuição social e assegurar seus direitos (ALMEIDA, 2014).

Por isso, a sexualidade faz parte da vida de todo ser humano. E ela não pode deixar de existir pelo fato da pessoa envelhecer. Embora, que a sociedade prefira, muitas vezes, entender que o idoso depois de um certo tempo não desenvolve mais a sexualidade. Pensando nisso, o debate presente procura compreender a vida sexual do idoso para além da idade. Tanto mulheres, como homens, apresentam mudanças fisiológicas e de alguma maneira isso afeta na vida sexual, mas isso não quer dizer que eles não possam ter uma vida saudável neste âmbito.

Portanto, a sexualidade faz parte da vida do ser humano, desde seu nascimento até a morte. E não é apenas a necessidade do contato físico, mas também proporciona oportunidade a pessoa idosa de expressar e receber afeto, melhorando sua auto-estima e vínculo emocional afetivo.

METODOLOGIA

O presente artigo foi desenvolvido a partir de uma pesquisa de caráter exploratório e descritivo. O estudo bibliográfico trata-se de uma elaboração apurada sobre determinado tema

Já a pesquisa bibliográfica é aquela que se realiza a partir do registro disponível, decorrente de pesquisas anteriores, em documentos impressos, como: artigos, teses e entre outros 8. Trata-se também de uma pesquisa descritiva por ter como objetivo descrever as características de determinada população ou fenômeno. Uma vez que, a pesquisa descritiva observa, registra, analisa e correlacionam fatos ou fenômenos 9.

Para o desenvolvimento deste artigo buscamos analisar fontes de publicações nacionais com temas relacionados a sexualidade do idoso. No entanto através da literatura especializada incluindo revistas e artigos científicos. Através do portal da biblioteca virtual de saúde (BVS), que possui sites como: Scielo, Lilacs, Medline e entre outros à partir dos descritores idoso, envelhecimento e saúde, no período de janeiro de 2015 à junho de 2015.

O universo da pesquisa foi composto inicialmente por 100 artigos científicos. A partir da compilação e análise dos temas foram escolhidos para contribuir com este trabalho apenas quatorze artigos. No processo de compilação levamos em consideração as publicações nacionais com datas recentes. Através da leitura dos resumos dos artigos pudemos perceber os mais importantes para o debate em questão. Todos os artigos analisados demonstraram preocupação com a sexualidade do idoso.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A sociedade na atualidade ainda sofre com resquícios de preconceito e resistência quando se refere a vida sexual, principalmente do idoso. Uma vez que, a sexualidade na terceira idade é frequentemente vista com base nos velhos estereótipos privados de significados. Desse modo, cria-se a ideia de que envelhecer é incompatível com uma boa qualidade de vida.

Os estereótipos de que os idosos não são atraentes fisicamente, não se interessam por sexo, ou são incapazes de sentir algum estímulo sexual, ainda são amplamente difundidos. Ninguém deve negar a importância do amor e da vivência da sexualidade na vida do homem, os quais são alguns dos principais construtores que colaboram para a qualidade de vida das pessoas. É necessário entender que mesmo com as transformações do corpo e de algumas

limitações físicas é preciso reeducarmos a nossa visão para compreendermos a vida do idoso na sociedade (GIL, 2008).

Assim como Almeida (et. al. 2008), o trabalho de Botacci, também trata da influência cultural, como fundamental para atribuir ao idoso a incapacidade de ter uma vida sexual normal e ativa. E a partir de algumas entrevistas realizadas pelo autor, ficou perceptível que devido aos estereótipos e muitas vezes definições biológicas errôneas passam para o idoso imagens negativas dificultando à eles próprios seu desenvolvimento (BOTACCI, 2011).

Os problemas sexuais que mais afetam a velhice são: falta de informação, vergonha, preconceito, impotência nos homens, problemas hormonais e falta de lubrificação nas mulheres, falta de desejo sexual e entre outros. Diante destes problemas, os idosos acabam sucumbindo parte de sua vida sexual devido a tais fatores e a falta de estímulo.

Alguns estudos já comprovaram que manter a vida sexual ativa é primordial para manter a qualidade de vida e o bem estar. Por isso, na promoção da saúde o enfermeiro tem um papel preponderante nos cuidados para com a saúde do idoso. É importante que o profissional da saúde em seus atendimentos questione os aspectos relacionados à prática sexual do idoso. Essa é uma questão que contribui para elevar a auto-estima e melhorar a vida psicológica do idoso. Cabe ao enfermeiro ajudar o idoso por meio de orientação a fim de que eles possam conviver melhor com a sexualidade nesta fase da vida (BERNARDO, 2012)

No artigo de Barbosa (2013), notamos de alguma maneira a importância da abordagem da prática sexual entre idosos. Sua pesquisa se preocupou em estudar o comportamento sexual de homens e mulheres entre os anos de (1998-2005), através de questionários. Nesta análise o autor constatou que mesmo com as barreiras sociais as mulheres ainda conseguiam de alguma maneira desenvolver sua sexualidade, até mesmo depois da menopausa. Mas, alegaram ainda as dificuldades que encontravam para debater sexualidade na assistência médica (BARBOSA, 2013).

A sexualidade do idoso deve ser um assunto para ser abordado com mais liberdade entre eles. Na pesquisa de Almeida (et al. 2009), através do programa de saúde da família, notou-se através das entrevistas que as pessoas idosas apresentam não apenas as suas concepções, mas também as opiniões de filhos, familiares, discursos religiosos e da sociedade a qual pertencem. Percebemos através do seu trabalho que a sexualidade e o envelhecimento representa um desafio a ser superado na sociedade. A atenção da saúde aparece com um papel

fundamental para o interesse da vida sexual. Outro aspecto importante mencionado pela pesquisa é a educação repressora que esses idosos recebem ao longo da vida. O que foi uma dificuldade até mesmo na realização da entrevista, de acordo com o autor (ALMEIDA, 2008).

Percebemos que o envelhecimento não é visto como positivo para certas pessoas. A baixa auto-estima e as fragilidades físicas, contribuem para que o idoso deixe de fora a atividade sexual. Numa pesquisa realizada numa instituição com idosas percebemos o não investimento das discussões relacionadas a sexualidade. Isso de acordo com os discursos das idosas, se dá pelo fato da falta do companheiro. Do grupo de idosas estudadas as que continuavam com a vida sexual ativa, relataram vida sexual ativa freqüente na juventude. Ao contrário dos que não praticavam, comentaram não ter vida sexual ativa no passado. Notou-se uma expressiva preocupação com a orientação da saúde em relação a esses fatores (BESSA, 2010).

De alguma maneira a vida sexual para alguns na terceira idade estar relacionada a relação entre o casal. Quando idosos são interrogados acerca da sexualidade muitos enfocam o respeito, carinho e a afetividade. E ao serem questionados sobre a vivência sexual, grande parte atribuíram a sua diminuição ou até mesmo escassez, devido as patologias causadas pelo envelhecimento. Dentre eles o uso de medicamentos, e as doenças crônicas, diminuem a atividade sexual. Entre eles, notou-se que a manifestação de carinho continua, mesmo acreditando que a atividade sexual seja imprópria à eles (MORAES, 2011).

Na pesquisa de Bastos (et al. 2012), parte dos idosos entrevistados responderam que são felizes na maior parte do tempo. De acordo com o autor, foi observada tendência ao sentimento de felicidade de forma mais precisa entre casais casados. Notou-se também que quanto maior a idade menor a importância dada ao sexo (BASTOS, 2012).

O processo da vida sexual do idoso deve ser compreendido fora da erotização. Já que o desejo sexual estar além do corpo jovem e perfeito. O idoso deve ser orientado a pensar sua sexualidade como qualidade de vida (DEBERT, 2012).

Podemos também refletir sobre o que poderia ajudar o idoso a aumentar sua satisfação e até mesmo desejo sexual. E a resposta seria através da orientação por pessoas da saúde. Numa amostra o autor procurou elencar os fatores que discutiam a satisfação sexual entre idosos. E nas respostas ficou claro que falta acompanhamento médico para lidar e orientar o idoso sobre a sexualidade (SILVA, p. 2012).

Ainda é preciso entender que dentro deste contexto os idosos enfrentam várias vezes falta de uma assistência médica e oportunidade para falar sobre tal tema. A imagem corporal que é passada para a sociedade dificulta ainda mais sua inserção na vida sexual ou mesmo da sua continuidade. O ato de envelhecer trás uma serie de relações e questões que envolve a incapacidade do idoso para o desempenho de atividades diárias, isso pode de alguma maneira, desencadear problemas psicológicos (SKOPINSKI, 2015).

No entanto, muitos fatores dificultam a continuidade da vida sexual entre idosos. Sendo um problema causado pela educação repressora ou pela cultura através de regras e proibições, muitos idosos deixam de viver sua sexualidade. As alterações físicas, biológicas e sociais fazem destes idosos seres reprimidos ²¹. Outra preocupação pertinente para a saúde é também o diálogo com os idosos sobre as doenças sexualmente transmissíveis. De acordo com os entrevistados da pesquisa, estes relataram nunca terem tido a oportunidade de discutir e receber orientações sobre sexualidade e DSTs da equipe do Estratégia e Saúde da Família. Por isso, cabe aos enfermeiros tais orientações que dizem respeito a saúde e ao bem-estar do idoso (ALENCAR, 2014).

A influência de uma cultura preconceituosa e de uma visão assexuada esteve presente nos debates dos artigos. Alguns trataram da sexualidade como qualidade de vida e bem-estar. Esse tema não pode ser reduzido apenas ao órgão genital. Quando nos referimos a sexualidade do idoso é importante compreendê-la para além do corpo, mas que perpassa também o campo da afetividade.

A população brasileira vem passando por um processo de envelhecimento humano devido ao aumento da expectativa de vida. Esses fatores vêm ocasionando um avanço na saúde e também mudanças nas estruturas etárias da sociedade (CEZAR, 2012). Na cultura brasileira ainda se estabelece muitos mitos e preconceito em relação à vida sexual do idoso. O que de alguma maneira dificulta a manifestação da vida sexual entre eles. A cultura do corpo jovem, a idéia de vitalidade sexual ainda se coloca como restrita e agradável quando se refere aos jovens.

Os motivos que contribuem para o aumento da concepção distorcida acerca da sexualidade na velhice, passa pela falta de conhecimento sobre o tema. Além disso, a educação

repressora recebida pelos idosos ao longo da vida restringe as descobertas da vida sexual. Já que essa educação impõe a visão do sexo apenas para a procriação (PEREIRA AMUB, 2009).

A sexualidade é o modo como a pessoa expressa seu sexo. E é a maneira como a mulher pode vivenciar o que é ser mulher e o homem o que é ser homem. A linguagem corporal expressa através de gestos, posturas, fala, voz e pela maneira de andar sua sexualidade (RISMAN, 2005). Mesmo que o idoso passe por limitações fisiológicas, alterações físicas relacionadas ao envelhecimento, mudanças no estado de saúde, perda do parceiro, não os impede de viver a sexualidade. Já que o orgasmo permanece por toda a vida (RIBEIRO, 2002).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A presente revisão evidenciou fatores como influência cultural, repressão na educação e ainda falta de informação, quando o assunto é sexualidade. Mesmo com as modificações fisiológicas apresentadas pelos idosos é importante compreender que a vida sexual pode permanecer até o fim da vida. Mas, para que os idosos tenham essa consciência é importante a influência e a orientação por parte dos profissionais da saúde.

Temas como afetividade e bem-estar social foram enumerados pelos artigos. A proposta dos autores foi demarcar a sexualidade do idoso como algo que deve ser tratado com mais liberdade, já que a sexualidade também, diz respeito, a qualidade de vida e bem-estar humano.

A falta de conhecimento, a vergonha, as influências religiosas e da família, ainda são as principais barreiras a serem vencidas pelos idosos para que se tenha uma velhice com mais saúde. Outro fator importante mencionado pelos idosos nos artigos com entrevistas é a falta de diálogo e assistência médica para com o debate da sexualidade e das doenças sexualmente transmissíveis.

Portanto, cabe aos profissionais da saúde se preocuparem com essa questão que afeta o biológico, social e psicológico do idoso. Na intenção de propor e estimular o debate de tal tema entre os idosos e seus familiares. Assegurando-os a privacidade para vivenciar sua vida sexual, isso também se estiver em instituições fechadas. Enfim, espera-se que esse trabalho contribua para com aqueles que se preocupam com a saúde e o bem estar da sociedade. Na

intenção de propor longos debates com propostas de políticas públicas que priorize um debate entre profissionais da saúde, família e a sociedade de num processo de reeducação para lidar com mais naturalidade sobre o tema sexualidade dos idosos.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, Thiago de; LOURENÇO, Maria Luiza. Amor e sexualidade na velhice: direito nem sempre respeitado. RBCRH, Passo Fundo, v. 5, nº1, 2008. p. 130-140.

ALMEIDA, Lucimêre Alves de. PATRIOTA, Lucia Maria Patriota. Sexualidade na terceira idade: Um estudo com idosas usuárias do programa saúde da família do bairro das cidades – Campina Grande. Qualit@s Revista Eletrônica ISSN 1677 4280 Vol.8. No 1 (2009).

ALMEIDA, A. C. et al. Sexualidade na terceira idade: alterações fisiológicas e a relação do enfermeiro x cliente- uma revisão bibliográfica. 2014. Disponível em:<<http://189.59.9.179/CBCENF/sistemainscricoes/arquivosTrabalhos/sexualidade%20na%20terceira%20idade.pdf>>. Acesso em: 28 set. 2014.

ALENCAR, Danielle Lopes de. MARQUES, Ana Paula de Oliveira. Fatores que interferem na sexualidade de idosos: uma revisão integrativa. Ciência & Saúde Coletiva, 19(8):3533-3542, 2014.

BARROS, A. J. P.; LEHFELD, N. A. S. Projeto de Pesquisa: propostas metodológicas. 13 ed. Petrópolis: Vozes, 2005.

BRASIL, lei nº 10.741, de 1º de outubro de 2003. Decreto nº 6.214, de 2007.

BARBOSA, Regina Maria. KOYAMA, Mitti Ayako Hara. et. al. Comportamento e Práticas sexuais de homens e mulheres, Brasil (1998 e 2005).

BESSA, Mep; VIANA AF. et al. Percepção de idosos residentes em instituições de longa permanência acerca da sexualidade na terceira idade. Cadernos da Escola de Saúde Pública, Ceará 4(2): 19-24, jul./dez. 2010.

BOTACCI, Larissa Fernanda Garcia. A construção social do sexo: alguns aspectos a considerar sobre a terceira idade. Rev. Trilhas da história. Três lagoas, v.1 nº 1 jun-nov 2011. P. 145-158.

BERNARDO, Rosangela; CORTINA, Irene. Sexualidade na Terceira idade. Ver. Enfermagem UNISA, 2012. p. 74-78.

BERNARDO, R.; CORTINA, I. Sexualidade na terceira idade. **Rev. Enfer UNISA**, São Paulo v.13, n.74-8, 2012. Disponível em: <http://www.unisa.br>. Acesso em: 30 out. 2014.

BASTOS, Carina Corrêa. CLOSS, Vera Elizabeth. 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. REV. BRAS. GERIATR. GERONTOL., RIO DE JANEIRO, 2012; 15(1):87-95.

BRASIL. Dados sobre o envelhecimento no Brasil. Secretaria Nacional de promoção e defesa dos direitos humanos. 2014. Disponível em: <http://www.sdh.gov.br/assuntos/pessoaidosa/dadosestatisticos/DadosobreoenvelhecimentoonoBrasil.pdf>. acesso em: 30 de março de 2015.

BALLONE G. J. Sexo nos idosos. Disponível em: www.psiqweb.med.br, revisto em 2008. Acesso em: 28 de maio de 2015.

CEZAR, Andreia Kullmann; AIRES, Marinês. et al. Prevenção de doenças sexualmente transmissíveis na visão de idosos de uma Estratégia da Saúde da Família. Rev Bras Enferm, Brasília 2012 set-out; 65(5): 745-50.

DEBERT, Guita. BRIGEIRO, Mauro. Fronteiras de Gênero e a sexualidade na velhice. RBCS Vol. 27 n° 80 outubro/2012.

GIL, Antonio Carlos. Métodos e técnicas de pesquisa social. 5° Ed. São Paulo: atlas, 2008.

MORAES, Kesia Marques. VASCONCELOS, Dayse Paixão e. et al. Companheirismo e sexualidade de casais na melhor idade: cuidando do casal idoso. REV. BRAS. GERIATR. GERONTOL., RIO DE JANEIRO, 2011; 14(4):787-798.

ROCHA, Everardo P. Guimarães. O que é etnocentrismo. 6° ed. São Paulo: Brasiliense, 1989.

RIBEIRO, A. Sexualidade na terceira idade. IN: NETTO, M. P. Gerontologia. São Paulo: 2002

RISMAN, A.A sexualidade na terceira idade: Uma visão histórico-cultural. IN: Textos sobre envelhecimento. V. 08. Nº 1. Rio de Janeiro: 2005.

SEVERINO, Antonio Joaquim. Metodologia do trabalho científico. 23 ed. São Paulo: Cortez, 2007.

SILVEIRA, M. M. et al. Sexualidade e Envelhecimento: discussões sobre a AIDS. Rev. TemKaiGeron, São Paulo, n.205-220, dez, 2011. Disponível em: <http://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/5673/7347>>. Acesso em: 27 set. 2014.

SILVA, Viviane Xavier de Lima. MARQUES, Ana Paula de Oliveira. et. al. Satisfação Sexual entre Homens Idosos Usuários da Atenção Primária. Saúde Soc. São Paulo, v.21, n.1, p.171-180, 2012.

SKOPINSKI, Fabiane; RESENDE, Thaís de Lima. et al. Imagem corporal, humor e qualidade de vida. Rev. Bras. Geriatr. Gerontol., Rio de Janeiro, 2015; 18(1):95-105.

WOLD, Gloria Hoffman. Enfermagem gerontologica. Trad. De Ana Helena Pereira Correa. et al. Rio de Janeiro: Elsevier, 2013. P. 259-264.