

## A EDUCAÇÃO SEXUAL COMO FERRAMENTA DE SAÚDE NA COMPREENSÃO DA SEXUALIDADE DO IDOSO

Amanda Carla Andrade Santos <sup>1</sup>  
Sheny Álida Coriolano Aleixo <sup>2</sup>  
Ana Karina da Cruz Machado <sup>3</sup>

### INTRODUÇÃO

Com o aumento da população idosa, surgem novas demandas e aumenta a necessidade de compreensão acerca dos aspectos relacionados ao bem-estar do idoso, nesse contexto entra a sexualidade que faz parte dos componentes que integram o bem-estar de um indivíduo. Falar sobre sexualidade vai além do ato sexual propriamente dito, envolve fatores como relacionamentos, atitudes, comportamentos e pensamentos. Deste modo vale ressaltar que a sexualidade sofre influência também de fatores como cultura, religião, sociedade. (JUNIOR et al , 2023)

A sexualidade da pessoa idosa ainda é cercada por tabus e preconceitos manifestos pela sociedade, do qual podem surgir crenças limitantes de que o processo de envelhecimento se define a incapacidades esperadas da fase, contribuindo para consolidação de que sua vivência na velhice seja vista como incomum e por vezes imoral. Essa construção social acaba ocasionando impactos na assistência desses idosos e como consequência colabora na vulnerabilidade tanto dos aspectos emocionais quanto da saúde desses idosos. (JUNIOR, et al; 2022).

Para Lima et al, (2020) é imprescindível a participação dos profissionais no processo de educação voltada a sexualidade na área da saúde, pois através dessa prática torna-se possível promover o envelhecimento ativo e potencializar as capacidades tanto físicas quanto mentais dos idosos, para serem ofertadas as devidas orientações em prol da promoção da saúde de forma que alcancem todos os níveis de atenção.

---

<sup>1</sup> Psicóloga Especialista em Terapia Cognitiva Comportamental e psicologia clínica e hospitalar pelo INSA/CESAC - RN, [Amanda.carla1813@gmail.com](mailto:Amanda.carla1813@gmail.com);

<sup>2</sup> Psicóloga Especialista em psicologia clínica e hospitalar pelo INSA/CESAC - RN, [shenyaleixopsi@gmail.com](mailto:shenyaleixopsi@gmail.com);

<sup>3</sup> Assistente social e Mestre em Psicologia do trabalho pela UNP, [karinacruz\\_rn@yahoo.com.br](mailto:karinacruz_rn@yahoo.com.br).

Por isso a educação sexual torna-se uma ferramenta necessária no processo de envelhecimento e reconhecimento da sexualidade, pois com informações profissionais aptos conseguirão lidar e promover informações acerca de componentes como expressão sexual, infecções sexualmente transmissíveis, disfunção, estigma, ou comportamentos sexuais inapropriados visando melhorar a qualidade de vida

Dessa forma, essa pesquisa teve por objetivo analisar como a educação sexual a pessoa idosa pode auxiliar na compreensão acerca de sua sexualidade e na promoção da qualidade de vida, sendo assim um fator protetivo de saúde.

## **METODOLOGIA**

O presente estudo trata-se de uma revisão sistemática de literatura, cujo objetivo foi analisar como a educação sexual da pessoa idosa pode auxiliar na compreensão acerca de sua sexualidade. Sendo selecionada tal modalidade de pesquisa, por ser utilizada como fonte de dados obtidos através de literaturas sobre o tema previamente selecionado. Esta pesquisa possibilita um resumo de achados relacionados ao procedimento de intervenção específica, através de aplicação de métodos objetivos e sistematizados de coleta, opinião crítica e apanhado de informações previamente selecionadas, como afirma Linde e Willich (2003, apud Sampaio e Mancini, 2007).

O estudo teve como critério de inclusão artigos de revisão em português presentes nas bibliotecas virtuais Scientific Electronic Library Online (Scielo) e Biblioteca Virtual de Saúde (BVS), utilizando o intervalo de tempo entre 2020 a 2023, dos quais utilizou-se por palavras chaves: Sexualidade no idoso; Autoestima; Educação em Saúde do idoso.

## **REFERENCIAL TEÓRICO**

O envelhecimento faz parte de uma etapa da vida de todo ser humano, se configurando como um segmento atravessado de mudanças nos aspectos físicos, emocionais, sexuais, a partir do estilo de vida adotado, cultura, contexto socioeconômico, sendo estes fatores significativos e diferenciais no processo de envelhecer, do qual possibilitam vivências acerca do processo de envelhecimento e busca da qualidade de vida. (SANTOS, 2011 apud CREMA;TILIU, 2021).

Frente aos aspectos que permeiam a pessoa idosa, Souza Júnior et al (2023) traz a sexualidade como aspecto essencial da dimensão humana, da qual a percepção formada pelo indivíduo neste atributo pode sofrer várias influências e que de acordo com as experiências

vivenciais sendo esta assertiva, corrobora na ampliação de aspectos de qualidade de vida e bem-estar pessoal.

Para Santos (2022) os valores que cada sociedade dispõe influenciam a ideia dos papéis ocupados pelos idosos, interferindo diretamente como estes vivenciam a sua experiência com a sexualidade. Com isso, quanto mais precário for o acesso tanto a saúde quanto a educação, maiores serão os estigmas em torno das vivências sexuais.

Diante disso, a educação sexual mostra-se como ferramenta de cuidado que pode aprimorar a perspectiva da promoção de saúde, a partir da vivência da sexualidade em si, como também atuar na prevenção de adoecimento físico e mental do idoso no âmbito da sexualidade, tendo por ampliação desse conhecimento alguns benefícios como: otimização da autonomia, acesso a informações a respeito do processo de envelhecer de forma saudável, promoção do autocuidado, elevação da autoestima e reconhecimento de algumas limitações, sendo desenvolvidas estratégias de enfrentamento das dificuldades esperadas nesta fase de vida (SARAIVA et al, 2020).

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Frente a análise do referencial teórico, percebe-se que a compreensão da sexualidade por parte dos idosos é permeada de barreiras socioculturais que limitam a expressão de necessidades e desejos desses indivíduos (SARAIVA, 2020).

Para Silva et al (2022) a percepção da sexualidade no indivíduo idoso mostra-se de forma parcial, em detrimento deste sofrer negligências no que se refere aos seus direitos reprodutivos e sexuais, sendo considerado inativo sexualmente por ser negado tal experiência pela sociedade rígida e moralista. Já Santos (2022), aborda sob a perspectiva do contato com a sexualidade, especialmente das mulheres idosas, que falar sobre sexualidade geralmente é mais aceito aos homens, dificultando assim a compreensão do fenômeno pelo público feminino.

Crema e Tiliu (2021) traz em suas análises realizadas a partir de relatos de idosos, sobre a existência das desigualdades de gênero, que na esfera da sexualidade para os homens é necessária e prazerosa, já para as idosas é vista como negativa e desnecessária. Porém, mesmo diante das discordâncias, houve uma ressignificação sobre o papel da sexualidade no envelhecimento, como o diálogo e respeito como fonte de satisfação em relacionamentos

duradouros, trouxe também a perspectiva de possibilidades de prazer não restrita ao ato sexual em si.

Diante do contexto de invalidação sexual na população idosa, para Souza Junior et al (2022) e Silva et al (2022) torna-se necessária a importância de realização da educação sexual como mecanismo de intervenção visando o aconselhamento a respeito de preconceitos e tabus sobre a sexualidade da pessoa idosa, trabalhando mudanças advindas do processo e prevenção de Infecções sexualmente transmissíveis, de modo a proporcionar encorajamento e empoderamento frente a sexualidade como processo natural e saudável, tendo em vista que souza Júnior et al (2022) ratifica que a vivência sexual promove melhora na qualidade de vida do idoso.

Em um estudo quantitativo realizado por Junior et al, 2023, foi analisado que idosos que recebem orientações sobre a sexualidade apresentam melhores vivências em todas as dimensões como: ato sexual, relações, adversidades físicas e sociais, melhora nas facetas da autonomia, atividades passadas, presentes e futuras, participação social, intimidade e qualidade de vida em geral.

Neste aspecto, a abordagem sobre a sexualidade da pessoa idosa deve fazer parte do cotidiano dos profissionais de saúde na rotina de consultas, na promoção e na avaliação da qualidade de vida da pessoa idosa. (BARBOSA et al, 2022). Para Lima et al um dos objetivos da educação sexual é atuar promovendo a otimização e ativação das capacidades dos idosos, com isso os profissionais precisam de certo preparo para acolher e orientar esse idoso acerca dos aspectos inerentes a sexualidade alcançando assim todos os níveis de atenção.

O autor Junior et al (2023) aborda sobre a sexualidade da pessoa idosa junto a família, que se apresenta como um agente limitante, pois em alguns casos a família acaba impondo proibições e entraves a respeito do interesse sexual, especialmente quando dividem ambiente domiciliar, deste modo a pessoa idosa perde sua autonomia devido à contravenção dos papéis, o que a longo prazo pode causar sofrimento a esse idoso que esta vivenciando essa especie de controle familiar que, por vezes está pautado em valores sociais onde são determinados os papéis a serem ocupados por esse idoso.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Evidenciou-se que na atualidade a visão acerca da sexualidade é estereotipada meramente como ato sexual, porém seu real conceito envolve comportamento, vivências e cognição, entretanto na conjuntura atual os idosos apresentam-se como destituídos de sexualidade. Tornando-se necessária, a educação sexual mostra-se como ferramenta de empoderamento e ampliação para a compreensão acerca de um tema rodeado de tabus, principalmente voltado para esse público.

Quando é proporcionado conhecimento aos idosos sobre a sexualidade, há uma compreensão maior sobre os aspectos inerentes ao envelhecimento e suas nuances, com isso possibilita a eficiência quanto ao enfrentamento das adversidades como impotência, comportamento sexuais inapropriados, infecções sexualmente transmissíveis proporcionando assim a promoção de saúde por meio do autocuidado.

Nesse sentido deve-se pensar em programas educativos direcionados a sexualidade da pessoa idosa e também aos profissionais, enfatizando os benefícios advindos da sexualidade na velhice, de forma a possibilitar melhor qualidade de vida no que permeia as relações afetivas, autonomia e independência.

## REFERÊNCIAS

BARBOSA, C. S. P. et al.. **SEXUALIDADE DA PESSOA IDOSA: VIVÊNCIAS DE PROFISSIONAIS DE SAÚDE E IDOSOS**. *Cogitare Enfermagem*, v. 27, p. e83845, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.5380/ce.v27i0.83845>. Acesso em: 23 set 2023.

CREMA, I. L.; DE TILIO, R.. **Sexualidade no envelhecimento: relatos de idosos**. *Fractal: Revista de Psicologia*, v. 33, n. 3, p. 182–191, set. 2021. Disponível: <https://doi.org/10.22409/1984-0292/v33i3/5811>. Acesso em: 25 set 2023.

DE LIMA, I. C.; FERNANDES, S. L.; MIRANDA, G. R.; GUERRA, H.; OLIVEIRA LORETO, R. **Sexualidade na terceira idade e educação em saúde: um relato de experiência**. *Revista de Saúde Pública do Paraná*, v. 3, n. 1, 8 jul. 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.32811/25954482-2020v3n1p137>. Acesso em: 15 out 2023.

SAMPAIO, R.; MANCINI, M.. **Estudos de revisão sistemática: um guia para síntese criteriosa da evidência científica**. *Brazilian Journal of Physical Therapy*, v. 11, n. 1, p. 83–89, jan. 2007. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1413-35552007000100013>. Acesso em: 19 nov 2023.

SANTOS, I. DE F.. **Atitudes e Conhecimentos de idosos sobre Intercurso Sexual no Envelhecimento**. *Psicologia: Ciência e Profissão*, v. 42, p. e235106, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1982-3703003235106>. Acesso em: 02 set 2023.

SARAIVA, M. R. *et al.* **Percepção dos idosos acerca de sua sexualidade**. *Ciência, Cuidado e Saúde*, v. 19, n. 2, 2020. Disponível em: <https://doi.org/10.4025/ciencuidsaude.v19i0.50232>. Acesso em: 15 out 2023.

SILVA, V. X. L. *et al.* **Satisfação sexual entre homens idosos usuários da atenção primária.** *Saúde e Sociedade*, v. 21, p. 171-180, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0104-12902012000100017>. Acesso em: 20 set 2023.

SOUZA JUNIOR, E. V. DE, et al.. **Sexualidade como fator associado à qualidade de vida da pessoa idosa.** *Escola Anna Nery*, V. 27, p. e20220228, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/2177-9465-EAN-2022-0228pt>. Acesso em: 18 nov 2023.

SOUZA JÚNIOR, E. V. DE . et al. **EFEITOS DA SEXUALIDADE NOS TRANSTORNOS MENTAIS COMUNS E NA QUALIDADE DE VIDA DE PESSOAS IDOSAS.** *Cogitare Enfermagem*, v. 27, p. e83253, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.5380/ce.v27i0.83253>. Acesso em: 20 set 2023.

SOUZA JÚNIOR, E. V. DE . et al.. **Efeitos das vivências em sexualidade na autoestima e na qualidade de vida de pessoas idosas.** *Escola Anna Nery*, v. 26, p. e20210469, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/2177-9465-EAN-2021-0469pt>. Acesso em: 14 out 2023.

SOUZA JÚNIOR, E. V. DE . et al.. **Influência da sexualidade na saúde mental de idosos.** *Enfermeria Actual de Costa Rica*, San José, n. 42, p. 27-41, jun 2022. Disponível em: <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2023/03/1384850/enfermerian42art27.pdf>. Acesso em: 30 jul 2023.