

## **Sexualidade do idoso: Percepção e benefícios.**

Rafael de Lima Monteiro<sup>1</sup>; Andreza Josiany Aires de Farias<sup>2</sup>; Quezia Rafael Figueredo Santos<sup>3</sup>  
Sabrina Emylle Torres Fernandes<sup>4</sup>; Brenda Séphora de B.M. e Silva<sup>5</sup>

*Universidade Federal de Campina Grande – UFCG – r.lmonteiro@outlook.com<sup>1</sup>*  
*Universidade Federal de Campina Grande - UFCG – andrezaafarias@gmail.com<sup>2</sup>*  
*Universidade Federal de Campina Grande – UFCG – quezia-figueredo@hotmail.com<sup>3</sup>*  
*Universidade Federal de Campina Grande – UFCG – sabrinaemylle.torres@gmail.com<sup>4</sup>*  
*Universidade Federal de Campina Grande – UFCG – bsephorabm@yahoo.com.br<sup>5</sup>*

**Resumo:** O envelhecimento pode ser definido como um processo progressivo e irreversível da diminuição das funções orgânicas do organismo, que podem evoluir naturalmente sem complicações ou de forma patológica trazendo prejuízos a qualidade de vida. A pessoa idosa é o reflexo desse processo, porém em toda fase da vida estamos envelhecendo. Nesse contexto é primordial que o envelhecimento seja saudável e de forma natural, que possa proporcionar uma melhor qualidade de vida, principalmente para os idosos que se encontram em um contexto mais delicado em relação às funções corporais e socioculturais. Um dos fatores importantes para manter a qualidade de vida da pessoa idosa está associado ao contexto cultural e familiar em que estão inseridas, suas realizações pessoais e de prazer, o sentimento de importância de suas atividades e saberes, alimentação adequada, exercícios físicos, e os meios de prevenção. As questões socioculturais interferem diretamente na vivência do idoso, sustentando a cultura da invalidez funcional e sexual, que levam a uma má percepção entre os idosos, colocando em questão seu papel diante da sociedade e de suas práticas sexuais, observando que, a sexualidade torna-se para o indivíduo uma das formas de expressar liberdade, poder, vida, sentimentos de prazer e realização, tornando o indivíduo independente e responsável. Sendo necessário todo este benefício fazerem parte da vida do idoso, aos quais não devem ser subjugados ou intimidados pela convicção sociocultural, que por sua vez deve ser educada a perceber de forma geral o sentido de saúde para que se possa desmistificar vários preconceitos para com a pessoa idosa. Tendo em vista essa problemática, sentimos a necessidade de estudar e entender a relação do idoso e sua sexualidade, voltado à própria percepção e da sociedade, como também os benefícios de uma sexualidade saudável e a interação do profissional de enfermagem nesse contexto.

**Palavras-chave:** Sexualidade; Idoso; Percepção; Qualidade de vida.

## **Introdução**

O envelhecimento é um processo fisiológico, decorrente da diminuição progressiva funcional do indivíduo. Essa decadência obedece a fatores naturais os quais não provocam problemas, podendo então a pessoa continuar suas atividades, desejos, sentimentos e prazeres, claro que diante de suas limitações. Porém, em condições de sobrecarga como, doenças, acidentes, estresse e hábitos de vida, podem levar o indivíduo a um quadro patológico, agravando seu estado de saúde, requerendo então assistência (BRASIL, 2007). De forma geral entende-se que o idoso continua sendo um ser ativo na sociedade, constituídos de direitos e deveres, que precisam ser respeitados, e que essa fase de sua vida não o impede ou desqualifica-os de certas ações.

Segundo o IBGE (2010), o último censo mostra que a população idosa representa cerca de 10,8% da população total, isso representa mais de 20,5 milhões de pessoas com 60 anos ou mais, e a estimativa segundo a Sociedade Brasileira de Geriatria e Gerontologia (2014) é que em 20 anos essa população triplique. Tendo em vista esse crescente populacional, em longo prazo pode-se notar uma demanda maior nos serviços de saúde, e para promover e proteger a saúde destes serão precisos profissionais capacitados que entendam o processo de envelhecimento e ofertem um serviço especializado, promovendo a qualidade de vida, desmistificando que o idoso é um ser sem vigor, que se encontra no final da vida, que está em uma fase assexuada, como também, ajuda-los a vencer os preconceitos e tabus. Esse mito da fase assexuada, nos leva a entender o quanto a população carece de informação, sendo necessária uma avaliação da percepção do idoso em relação a sua sexualidade e as dificuldades encontradas, sejam elas funcionais ou sociais (SOUZA, 2014).

A atividade sexual deve estar ligada as fontes de prazeres, aos sentimentos, a forma de ver o mundo, as relações afetivas e a cultura, que vão além do corpo - contato físico – (BRASIL, 2013). Isso leva o profissional de saúde, em especial os enfermeiros, a reconhecerem os aspectos que envolvem a sexualidade e proporcionar uma educação efetiva promovendo o autoconhecimento, mostrando para a população idosa o reconhecimento de seus prazeres e sentimentos, valorizando sua sexualidade sem se importar com o consentimento da população em geral, que por sua vez deve ser orientada.

O preconceito e os tabus impostos pela sociedade, causada pela pressão cultural e a falta de conhecimento, interferem essa vivência sexual, levando o idoso a experimentar o sentimento de culpa e vergonha por demonstrarem seus desejos sexuais. Segundo VIEIRA et al (2015) são

reconhecidos os efeitos potencializadores das vivências sexuais, uma vez que a sexualidade pode ser compreendida como uma atividade que contribui positivamente para a qualidade de vida da pessoa idosa.

Dessa forma este estudo tem por objetivo realizar uma revisão bibliográfica, identificando o conhecimento dos idosos relacionado à sexualidade, e seus efeitos na promoção de saúde, para formalizar embasamentos teóricos, possibilitando a validação das ideias lançadas nesta pesquisa, Impulsionada pelo aumento populacional dos idosos nos últimos anos e a demanda desses usuários nos serviços de saúde.

### **Metodologia**

O estudo foi realizado através de uma revisão bibliográfica sistemática, utilizando as seguintes etapas: formulação da questão de pesquisa; seleção dos artigos e estabelecimento dos critérios de admissão; aquisição dos artigos que constituíram a amostra; avaliação dos artigos; interpretação dos resultados e exposição da revisão bibliográfica. A pesquisa ocorreu entre os meses de julho e agosto de 2016, usando os bancos de dados da BVS e SciELO, empregando como descritores: “saúde sexual do idoso”, “envelhecimento”, “assistência de enfermagem”, “prevenção e promoção de saúde” “sexualidade do idoso”, “saúde do idoso”, “sexo na terceira idade”, “processo de envelhecimento” e “percepção do idoso”. Tendo como critérios de inclusão, artigos e teses publicados no Brasil em anos não inferiores a 2011, de língua portuguesa, nas categorias, enfermagem, idoso e gerontologia.

Após a conclusão da pesquisa foram admitidos 9 artigos, que possibilitou a compreensão acerca da sexualidade da pessoa idosa e suas percepções, assim como as questões de saúde e a interação do profissional de enfermagem neste contexto.

Foram encontrados 16 artigos usando os descritores desta pesquisa no Scielo e 22 no BVS. Totalizando 38 artigos dos quais foram excluídos 29 que não corresponderam à temática, publicações no Brasil nos últimos cinco anos, de língua portuguesa, nas categorias, enfermagem, idoso e gerontologia. Formalizando 9 artigos para a fundamentação do presente estudo.

Usados também dois manuais do ministério da saúde, o de Envelhecimento e Saúde da Pessoa Idosa – Brasil (2007) e o de saúde sexual e saúde reprodutiva – Brasil (2013) e uma carta aberta à população publicada na internet pela Sociedade Brasileira de Geriatria e Gerontologia –

Rio de Janeiro (2014).

## **Resultados**

Dos 09 artigos científicos selecionados, 4 foram publicados em 2011, 1 em 2012, 1 em 2014 e 3 em 2015, demonstrando escassez de produções científicas atuais sobre a sexualidade da população idosa. Os artigos foram lidos de forma crítica e organizados em eixos temáticos que concentravam pela similaridade de seus resultados, são eles:

- Percepção do idoso quanto à sexualidade;
- Sexo como fator da qualidade de vida;
- Enfermagem e sua interação quanto à sexualidade do idoso.

## **Discussões**

A pessoa idosa pode ser definida como indivíduos inseridos em um contexto sociocultural, relacionada às diferenças que exibem seu corpo, sua funcionalidade, produtividade e desempenho de papéis sociais primários em comparação com adultos não idosos (NERI, 2009).

A velhice pode ser abordada como uma importante etapa de vida, analisada com atenção, proporcionando o cuidado especializado a fim de manter suas funções, desejos, sentimentos e prazeres. Compreende em superar obstáculos e momentos que os conduzem a maturidade pela sua vivência. Muito embora seja relacionada a um processo degenerativo das funções fisiológicas que afetam todos os órgãos, mas não os sentimentos e as sensações (SOUZA, et al, 2014).

De acordo com PILGER et al (2012, p. 64) o enfermeiro pode analisar o envelhecimento de três maneiras: Através da perspectiva biológica, onde o indivíduo constantemente sofre alterações biológicas ativas e irreversíveis causando vulnerabilidade as agressões externas. Já na perspectiva psicológica, será preciso avaliar o idoso quanto aos seus sentimentos, se ele sente-se amado, respeitado, útil, a participação de atividades físicas, em grupos sócias, no geral, são os fatores que promovem a qualidade de vida. No que se refere a perspectiva sócio-familiar, o enfermeiro deve avaliar as condições de moradia e financeiras, a relação do idoso e a chegada da aposentadoria que

reflete a inatividade do indivíduo, a questão do isolamento social, para promover a interação da pessoa idosa com a sociedade e o envolvimento familiar.

Por outro lado o idoso pode ser visto como uma pessoa incompetente e impotente sexualmente, onde ele acaba aceitando essa visão preconceituosa, como uma forma de ser inserido na sociedade ocupando um espaço pré-designado. As mudanças causadas pelo envelhecimento são interpretadas como fraqueza e incapacidade, no que se refere às atividades sexuais, o que acaba interferindo na percepção do idoso por causa do preconceito e tabus que de certa forma os impedem de buscar os prazeres sexuais e nem viver a sexualidade nessa fase da vida.

A sexualidade é uma forma de comunicação que visa o prazer, o bem-estar, a autoestima e a busca de uma relação íntima, compartilhando o amor e o desejo com outra pessoa para criar laços de união mais intensos. A relação sexual tem sido considerada uma atividade própria, e quase monopólio das pessoas jovens, das pessoas com boa saúde e fisicamente atraentes. A ideia de que as pessoas da Terceira Idade também possam manter relações sexuais não é culturalmente muito aceita, preferindo-se ignorar e fazer desaparecer do imaginário coletivo a sexualidade deles. (ANTUNES, ANDREA, 2011, pg. 121)

Quando se trata de sexo, normalmente vem a associação ao ato de penetração com o objetivo de se alcançar o orgasmo, porém a sexualidade ela abrange vários aspectos, estando presente por toda fase da vida, inclusive na velhice, e quando a sexualidade é ligada apenas o ato sexual do coito, tendem a desvalorizá-la (SOUZA, et al, 2011). É notória, em uma parcela dos idosos, a diminuição da relação sexual, sendo, portanto, outras formas de contato físico adotadas para expressar com maior frequência o carinho e o afeto, assumindo maior importância na expressão da sua sexualidade. Essa diminuição da atividade sexual é influenciada mais pela cultura e atitudes do que pela natureza e fisiologia (BRASIL, 2013).

Muito embora exista uma redução das funções fisiológicas do corpo, decorrente do processo de envelhecimento, sendo mais perceptível na pessoa idosa, existe diversos fatores que estimulam o prolongamento da atividade sexual, desencadeada pela maior expectativa de vida saudável e o incremento da vida com o cônjuge, em decorrência de novas drogas para a disfunção erétil, medicamentos que minimizam os efeitos da menopausa, lubrificantes vaginais, próteses, correção e prolongamento peniano, cirurgias plásticas estéticas (ARAÚJO, MONTEIRO, 2011).

Uma pesquisa realizada feita com seis profissionais médicos e seis enfermeiros em duas unidades de saúde da família do município de Crato, CE, Brasil, foi relatada por ambos profissionais não conseguirem abordar os aspectos relacionados à sexualidade dos idosos. Demonstraram também a expectativa de que os idosos os trouxessem queixas ou dúvidas sobre o tema, sendo mais fácil abordar essa dimensão para os enfermeiros quando em suas consultas de prevenção do câncer ginecológico das mulheres, pois neste momento eles se deparavam com algumas dúvidas e queixas (GOMES, et al, 2015).

Outro estudo realizado com idosos de uma Unidade Básica de Saúde (UBS), em uma cidade do Rio Grande do Sul, constatou que estes nunca tiveram a experiência de dialogar com os profissionais de saúde sobre sua sexualidade, durante a consulta, levando a acreditar a existência de uma barreira por parte dos profissionais que se mostram mais interessados na vivência sexual dos mais jovens, considerando a prática sexual exclusiva destes. Com este resultado espera-se que os profissionais de saúde vejam a saúde do idoso de forma ampla observando as necessidades desta população (LAROQUE, et al, 2011).

A falta de informação e a pressão cultural, causa nas pessoas da terceira idade um sentimento de culpa por existir ainda desejos sexuais, acreditando que são pessoas anormais, e essa percepção inibe a prática da sexualidade, é certo que haja transformações corporais e fisiológicas decorrente do processo de envelhecimento, mas não impedem a prática das atividades sexuais (ANTUNES, ANDREA, 2011)

Na Terceira Idade não se deixa de amar, mas reinventam-se formas amorosas. É de extrema importância poder pensar que a partir da redescoberta do sexo e do amor, enfim, de sua sexualidade, as pessoas da Terceira Idade reconquistam o lugar vital de homem e mulher e não mais o de “velho”, que tem como futuro o fim da vida. (ANTUNES, ANDREIA, 2011, p. 122)

A vivência sexual do idoso é de fundamental importância para fornecer uma melhor qualidade de vida, esperando dos profissionais de saúde, em questão os enfermeiros, contribuir para a desconstrução das ideias fortemente integradas a cultura que desvalorizam essa vivência pelos idosos (MARQUES, et al, 2015).

## Conclusão

Diante da pesquisa realizada, foi possível notar a pequena quantidade de artigos com o devido tema, principalmente com relação às práticas de enfermagem ou ações que desenvolvesse uma melhor atenção à sexualidade na terceira idade. Foram encontrados, uma visão preconceituosa por parte da população em detrimento as características culturais cultivadas ao longo da vida, que vem passando entre as gerações, a falta de interesse por parte dos profissionais de saúde em relação a temática em suas consultas e a vergonha dos idosos em relação a expor ou comentar suas expectativas e experiências sexuais vividas nessa fase.

Como principal fator desencadeador da percepção dos idosos em relação a sua sexualidade foi evidenciado em alguns artigos desta pesquisa o fator sociocultural, preconceituosa, de que o idoso não tem condições físicas e fisiológicas para manter a sexualidade como outras pessoas de idade mais jovens, que os desejos e prazeres sexuais não fazem mais parte dessa fase da vida. Por outro lado as pesquisas demonstraram que a pessoa idosa tem a capacidade de manter uma vida sexual ativa, em busca do prazer e da satisfação pessoal, mesmo com a decadência progressiva de algumas funções decorrente do processo de envelhecimento. Também foi possível notar a prática de outras formas de expressar a sexualidade além da penetração, sendo esta não apenas a única forma de obter prazer e o orgasmo.

Com relevância a educação, será preciso fomentar mais atividade que possam ajudar os idosos a perceberem sua sexualidade de forma ampla e variada, como a quebra de tabus imposta pela sociedade. É preciso combater veementemente essa forma de preconceito para com os idosos e mostrar à população que eles não são pessoas inativas e assexuadas, que tem suas dificuldades porem não limitantes para a busca do prazer, e desmistificar toda essa problemática que envolve a aceitação do idoso na sociedade e a própria percepção dos idosos em relação as suas funções, direitos e deveres.

Aos profissionais de enfermagem foi possível notar uma participação mínima, já que estes estão inseridos na atenção básica em saúde, através das unidades básicas de saúde e da família, e dentro dessa política há uma assistência em relação a sexualidade no que se refere a prevenção do câncer ginecológico para as mulheres, que se consultam com a equipe de enfermagem e de forma indireta acabam relatando algo sobre. Porém não foi perceptível uma avaliação mais holística sobre a sexualidade da pessoa idosa. Nessa perspectiva observa-se um relaxamento dos profissionais em

relação a temática, e tendo como base que a expressão da sexualidade na terceira idade é de fundamental importância para a melhora na qualidade de vida, será preciso uma intervenção no que se refere a educação sexual para esses profissionais, sendo necessário a capacitação para intervirem e proporcionarem o aprimoramento da qualidade de vida através das práticas sexuais de forma segura e saudável.

A sexualidade ela é sem dúvidas uma das formas de expressar os sentimentos, de obtenção do prazer e da realização pessoal, e essas atividades tem o objetivo maior de proporcionar saúde sendo este um conceito amplo que vai além da ausência de patologias, e o sexo e as mais variadas formas de se obter o prazer devem ser estimuladas e orientadas principalmente para a pessoa idosa que em alguns casos demonstram sentimentos de vergonha e culpa por terem desejos sexuais, desencadeados pela visão social de inatividade, e a própria percepção também condicionada aos fatores culturais, pois a atividade sexual pode trazer uma visão de “vida” e de “saúde” para os idosos.

### Referências

BRASIL. Ministério da Saúde. **Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Envelhecimento e saúde da pessoa idosa** / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. – Brasília: Ministério da Saúde, 2007.

Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Estatística de Gênero**. Disponível em: <<http://www.ibge.gov.br/apps/snig/v1/?loc=0&cat=-1,-2,-3,78,40,60,8,128&ind=4712>>. Acesso em 25 de agosto de 2016.

NETO, J.B.F. **Envelhecimento no Brasil e Saúde do Idoso: SBGG divulga Carta Aberta à população**. Disponível em: <<http://sbgg.org.br/envelhecimento-no-brasil-e-saude-do-idoso-sbgg-divulga-carta-aberta-a-populacao-2>>. Acesso em 13 de julho de 2016.

SOUZA, M.P. de. **A sexualidade do idoso: uma revisão sistemática da literatura**. Ribeirão Preto – SP, 2014. Dissertação (Mestrado em Enfermagem Psiquiátrica). Escola de Enfermagem Ribeirão Preto, Universidade de São Paulo.

Brasil. Ministério da Saúde. **Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Saúde sexual e saúde reprodutiva** / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica – Brasília: Ministério da Saúde, 2013.

Vieira, K.F.L., Coutinho, M. P. L., & Saraiva, E. R. A. (2015). **A sexualidade na velhice:**

**representações sociais de idosos frequentadores de um grupo de convivência.** Psicologia: Ciência e Profissão, 36(1):196-209.doi:101590/1982-3703002392013

Neri, A. L. (2009). **Palavras-chave em gerontologia.** Campinas - SP: Alínea.

PILGER, Calíope et al. **Compreensão sobre o envelhecimento e ações desenvolvidas pelo enfermeiro na atenção primária à saúde.** Cienc. enferm. Concepción, v. 19, n. 1, p. 61-73, 2013.

ANTUNES, E.S.D.C., ANDREA, S.M. **o ‘dever’ do amor e da sexualidade no processo do envelhecimento.** Simpósio Brasileiro de família e desenvolvimento humano, 3, 2011, Paraná: UFPR, 2011, p. 120-122.

ARAUJO, C.L.O. de., MONTEIRO, A.C.S. **Qual a perspectiva da pessoa idosa em relação ao HIV/AIDS?.** Revista Temática Kairós Gerontologia, 14(5), ISSN 2176-901X. São Paulo (SP), Brasil, dezembro 2011, p. 237-250.

GOMES, S.C. et al. **Vovó e vovô também amam: sexualidade na terceira idade.** Revista Mineira de Enfermagem. 19(4), Minas Gerais (MG), Brasil. ut/dez: 2015, p. 894-900.

Laroque MF, Affeldt AB, Cardoso DH, Souza GL, Santana MG, Lange C. **Sexualidade do idoso: comportamento para a prevenção de DST/ AIDS.** Revista Gaúcha de Enfermagem. 32(4), Porto Alegre (RS) dez, 2011, p.774-80.

MARQUES, A.B.D. et al. **A vivência da sexualidade de idosos em um centro de convivência.** Revista de Enfermagem do Centro Oeste Mineiro. 5(3), Minas Gerais (MG), Brasil. Se/dez: 2015, p. 1768-1783.