

SEXUALIDADE E ENVELHECIMENTO: EXPERIÊNCIA DE OFICINA PEDAGÓGICA

Amanda Silva Santos de Medeiros ¹
Iris Gabrielly dos Santos Leite ²
Mônica Sérgio de Aquino Macedo ³
Jaciane de Menezes Coelho Souza ⁴
Rebeka Maria de Oliveira Belo ⁵
Fernanda Maria Chianca da Silva ⁶

INTRODUÇÃO

A sexualidade é uma parte fundamental da experiência humana em todas as fases da vida, incluindo o processo de envelhecimento. No entanto, é comum que a sexualidade na terceira idade seja negligenciada ou até mesmo tabu em muitos contextos sociais e de cuidados de saúde. Diante desse cenário, a promoção de oficinas pedagógicas sobre sexualidade e envelhecimento se mostra como uma abordagem necessária e relevante para garantir o bem-estar e a qualidade de vida dos idosos.

Silva e Yared (2019) mostram que um bingo abordando a temática da sexualidade representa uma proposta didático-metodológica lúdica capaz de contribuir para a educação sexual, bem como promover e assegurar o acesso à informação e ao conhecimento científico.

Se a sexualidade é intrínseca à condição humana, desde o nascimento, é controverso que, com o envelhecimento, os indivíduos passam a ser socialmente invisibilizados no tocante a esta temática. Nesse contexto, no componente curricular “Envelhecimento, sexualidade e gênero”, ofertado pelo Curso Técnico em Cuidados de Idosos do Centro Profissional e Tecnológico da Universidade Federal da Paraíba, os discentes construíram a oficina pedagógica

¹ Discente do Curso Técnico em Cuidados de Idosos da Universidade Federal da Paraíba - UFPB, assm@academico.ufpb.br;

² Discente do Curso Técnico em Cuidados de Idosos da Universidade Federal da Paraíba - UFPB, irisgabrielly2009@hotmail.com;

³ Discente do Curso Técnico em Cuidados de Idosos da Universidade Federal da Paraíba - UFPB, monicasergioaquino@gmail.com;

⁴ Discente do Curso Técnico em Cuidados de Idosos da Universidade Federal da Paraíba - UFPB, jms5@academico.ufpb.br;

⁵ Docente do Curso Técnico em Cuidados de Idosos, do Centro Profissional e Tecnológico – Escola Técnica de Saúde da Universidade Federal da Paraíba - UFPB, Mestre em Enfermagem pela Universidade Estadual da Paraíba – UPE/UEPB, rebeka.belo@academico.ufpb.br;

⁶ Docente do Curso Técnico em Cuidados de Idosos, do Centro Profissional e Tecnológico – Escola Técnica de Saúde da Universidade Federal da Paraíba - UFPB, Professora orientadora, Doutora em Gerontologia Biomédica pela Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul – PUC-RS, fernanda.silva@academico.ufpb.br.

intitulada Bingo da Sexualidade, que foi aplicada através do referido jogo, trabalhando o tema de forma lúdica e descontraída com os idosos.

A justificativa para sua realização se baseia na necessidade de quebrar estereótipos e preconceitos relacionados à sexualidade na terceira idade. Além disso, busca-se promover o conhecimento, a compreensão e o respeito pela sexualidade da pessoa idosa, proporcionando a eles espaços seguros para discussão, esclarecimento de dúvidas e reflexão sobre o tema.

O objetivo desta oficina pedagógica proposta foi o de fornecer informações atualizadas e baseadas em evidências científicas sobre a sexualidade na terceira idade, promovendo uma visão saudável e positiva desse aspecto da vida dos idosos. Pretende-se também desconstruir mitos e estigmas associados à sexualidade na velhice, promovendo a autoestima, a autonomia e a qualidade de vida dos participantes, além de promover um espaço seguro de interação e acolhimento para os envolvidos.

[...] a educação em saúde como um conceito que marca a articulação entre saberes do campo da educação e do campo da saúde, que são associados na intenção de comunicar, transmitir, informar, alertar, ensinar e conduzir modos de ser e de agir no que diz respeito a aspectos médicos, biológicos, psicológicos e sanitários de uma população, com especial ênfase na produção e manutenção da vida ativa e produtiva, com forte base preventiva e prescritiva. Educa-se para evitar modos de vida considerados doentes e fomentar modos de vida considerados saudáveis (SILVA, 2022).

A oficina foi desenvolvida por meio de uma abordagem participativa e interativa, utilizando dinâmicas de grupo e debates. A metodologia incluiu também a apresentação de casos reais, com a experiência dos participantes sendo socializada fomentando discussões em grupo que estimularam a reflexão e a expressão dos participantes.

Percebeu-se que, ao tornar o idoso participante das oficinas foi possível construir um espaço em que eles puderam expor suas experiências e curiosidades acerca dos temas propostos nas oficinas. Além disso, esses momentos foram uma oportunidade para os idosos se expressarem, e isso mostrou a importância da criação de estratégias favoráveis ao processo de ensino/aprendizagem, na promoção da saúde (RIBEIRO, 2019).

Durante a oficina pedagógica, foram abordados diversos tópicos relacionados à sexualidade na terceira idade, como mudanças físicas e hormonais, mitos e tabus, relações afetivas e emocionais, comunicação com o parceiro(a), prevenção de doenças sexualmente transmissíveis e outros aspectos relevantes. As discussões revelaram a importância de proporcionar um espaço seguro e acolhedor para que as pessoas idosas pudessem expressar suas dúvidas, receios e experiências relacionadas à sexualidade, e como lembra Crema (2021), esses são espaços importantes de discussão que podem contribuir para a atenção às demandas, necessidades e desejos de idosos em seus relacionamentos afetivos e sexuais.

MATERIAIS E MÉTODOS

Objetivando proporcionar um ambiente seguro e acolhedor onde a discussão e o aprendizado fluíssem sobre os diferentes aspectos da sexualidade, como a importância do autocuidado, mudanças físicas e emocionais relacionadas à idade e necessidade de uma comunicação franca com o parceiro, os discentes construíram esta oficina.

Preparação dos materiais: os discentes produziram cartelas, reuniram canetas, globo e bolas numeradas, bem como fizeram uma divisão para a realização das demais necessárias tarefas entre os componentes da turma.

Desenvolvimento da atividade: jogo quebra-gelo e conversa preliminar sobre como seria a atividade proposta, explicação das regras do jogo, esclarecimento de que ninguém era obrigado a participar e que a temática ali discutida seria confidencial, com a promoção de discussões saudáveis, partilha de experiências e esclarecimento de dúvidas. Posteriormente, cada discente construiu seu próprio relatório sobre a vivência relacionando-o com o conteúdo apreendido em sala de aula e sua contribuição para a formação do Cuidador.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Realizado com os idosos que frequentam o Centro de Convivência da Pessoa Idosa em João Pessoa/PB, o Bingo da Sexualidade mostrou-se uma ferramenta eficaz para fomentar a discussão acerca da temática da sexualidade que é, muitas vezes, negligenciada entre a população idosa.

Os idosos interagiram compartilhando suas experiências e anseios acerca da temática e ainda esclareceram dúvidas inerentes ao conteúdo abordado. Alertaram ainda para quão prejudicial é, para sua autoestima e saúde emocional, o fato de a sociedade ignorar que a pessoa idosa mantém a sexualidade e a afetividade afloradas. A pessoa idosa como protagonista da discussão contribui para a melhoria de sua autoestima e empoderamento, colabora para o aprendizado e a troca de experiências e evidencia acolhimento e uma rede de apoio. A atividade foi leve e fluida, com os participantes ficando mais à vontade à medida que a discussão avançava.

Um dos principais resultados observados foi o aumento do conhecimento dos participantes sobre a sexualidade na terceira idade. Eles foram expostos a informações baseadas

em evidências científicas, o que contribuiu para desmistificar crenças errôneas e combater estereótipos negativos associados à sexualidade na velhice.

A oficina promoveu ainda, de acordo com relatos dos próprios participantes, melhoria da autoestima e da qualidade de vida dos participantes. Muitos idosos relataram sentir-se mais confiantes e empoderados para expressar suas necessidades e desejos relacionados à sexualidade.

A discussão revelou que a sexualidade na terceira idade é um aspecto importante da vida dos idosos e que sua negligência pode ter impactos negativos na saúde e no bem-estar. Alguns participantes compartilharam histórias de frustração, isolamento e falta de compreensão por parte de seus parceiros(as) ou profissionais de saúde. A oficina proporcionou um espaço de escuta e acolhimento, permitindo que essas preocupações fossem expressas e trabalhadas em conjunto.

Os resultados também apontaram para a necessidade de uma abordagem mais inclusiva da sexualidade na terceira idade nos serviços de saúde e na sociedade em geral. É notória a importância de profissionais de saúde estarem preparados para lidar com questões relacionadas à sexualidade dos idosos, oferecendo um atendimento sensível, respeitoso e livre de preconceitos. Destaca-se também a importância de políticas públicas e programas educacionais que promovam a conscientização e a aceitação da sexualidade na velhice.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A realização da oficina pedagógica sobre sexualidade e envelhecimento demonstrou ser uma abordagem efetiva e necessária para promover a saúde sexual e o bem-estar dos idosos. Através de informações claras e acessíveis, o trabalho desenvolvido proporcionou a desconstrução de estigmas e a promoção de uma visão positiva da sexualidade na terceira idade. Além disso, a criação de espaços de diálogo e reflexão contribuiu para a melhoria da autoestima, da comunicação e da qualidade de vida dos participantes.

Essa iniciativa ressalta a importância de abordar a sexualidade de forma inclusiva, sem preconceitos ou discriminação, reconhecendo a sexualidade como um direito humano fundamental em todas as fases da vida. Além disso, mostrou-se como uma ferramenta eficaz na formação dos futuros profissionais do cuidado que precisarão lidar diretamente com essas questões em suas rotinas de trabalho.

Enfatizamos aqui a importância de promover uma abordagem inclusiva e respeitosa em relação à sexualidade na população idosa, buscando desconstruir estigmas e destacar a importância do bem-estar global deste indivíduo nessa fase da vida.

Em suma, proporcionou um ambiente de aprendizado, reflexão e empoderamento para os participantes. Por meio do aumento do conhecimento, da melhoria da autoestima e da promoção de uma visão saudável da sexualidade na terceira idade, os idosos foram capacitados a vivenciar uma sexualidade plena e satisfatória, contribuindo para uma melhor qualidade de vida. Essa abordagem ressalta a importância de reconhecer a sexualidade como um aspecto integral do ser humano em todas as fases da vida e de garantir que os idosos tenham acesso a informações e suporte adequados para desfrutar de uma vida sexual saudável e gratificante.

Os idosos tiveram a oportunidade de se informar, compartilhar experiências em uma visão mais positiva e aberta sobre o tema, fomentando uma discussão necessária que traz à luz questões importantes para a saúde e bem-estar da pessoa idosa em um espaço salutar de partilha, contribuindo para a quebra de tabus e estigmas, os empoderando a vivenciarem uma sexualidade saudável e plena, de acordo com suas necessidades e desejos. Unindo teoria e prática, proporcionou aos discentes uma experiência singular que amplia sua visão enquanto profissional do cuidado, proporcionando uma formação mais humanizada e consciente.

Palavras-chave: Educação em saúde, Envelhecimento saudável, Saúde do idoso, Sexualidade.

REFERÊNCIAS

CREMA, Izabella Lenza; TÍLIO, Rafael de. Sexualidade no envelhecimento: relato de idosos. **Fractal: Revista de Psicologia**, v. 33, n. 3, p. 182-191, set.-dez. 2021.

RIBEIRO, Polyana de Lima, et al. Oficinas lúdico-pedagógicas como espaço de promoção da saúde no processo de envelhecer. **Revista Ciência em Extensão**, v. 15, n. 3, 2019.

SILVA, Daniel Vieira. **Gênero, sexualidade e envelhecimento: (des)articulações na educação e(m) saúde**. Tese de Doutorado em Educação – Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2022.

SILVA, Ediane da; YARED, Yalin Brizola. Binsex: uma proposta de bingo como recurso didático em abordagem crítica da educação sexual. **Revista Ibero-Americana de Estudos em Educação**, Araraquara, v. 14, n. esp.2, p. 1580– 1600, 2019.