

SEXUALIDADE NA TERCEIRA IDADE: RODAS DE CONVERSAS COM IDOSAS RESIDENTES EM UM LAR DE LONGA PERMANÊNCIA - RELATO DE EXPERIÊNCIA

Yamaní Cardoso de Souza Medeiros (1); Paula Cristina Nunes Nascimento(1);Tatielly Vicente de Melo (2); Hislange Queiroz Farias (3); Sueli Aparecida Albuquerque de Almeida (4).

Universidade Estadual da Paraíba

yamanicardoso@gmail.com, paulacriscad26@gmail.com, tatiellymelo7@gmail.com, hislange12@gmail.com, sueliaalb@gmail.com.

Resumo: Introdução: Envelhecer é um processo natural da vida, sua significância é grande, tendo em vista que as pessoas que estão nessa fase são sempre carregadoras de grandes qualidades e ensinamentos. O envelhecer com saúde, e a vivência dessa etapa com a mesma, faz-se imprescindível para uma boa aceitação dessa população. Cada pessoa carrega consigo sua cultura, crenças e mitos, nesse contexto no que se volta ao tema sexualidade, ainda existem vários tabus, tanto nessa população, como na população de forma geral, o que pode acarretar em sentimentos de tristezas e angústias aos idosos, o que pode acentuar uma condição de depressão, solidão, estresse.

Objetivo: Descrever momentos de convivência com idosas institucionalizadas, destacando impressões relacionadas à sexualidade das mesmas. **Método:** Trata-se de um estudo descritivo, com abordagem qualitativa, obtida através de rodas de conversa, do tipo relato de experiência, desenvolvido por graduandas extensionistas – UEPB, em um lar de longa permanência destinado as pessoas na terceira idade, com enfoque a sexualidade. **Resultados e discussão:** Duas idosas com histórias diferentes de vida, fizeram relatos, mostrando que um bom casamento e um bom relacionamento, tanto afetivo quanto sexual influenciam de maneira considerável na saúde e no processo de envelhecer. **Considerações Finais:** Necessita-se o desenvolvimento de ações que envolvam a sexualidade na terceira idade junto a esse público, afim de superar mitos e preconceitos que o circundam. Tendo em vista que a sexualidade constitui uma parte fundamental da vida humana contribuindo para uma melhor qualidade de vida.

Palavras-chave: Sexualidade, Atenção à saúde do idoso, Grupo de apoio ao idoso

Introdução

Atualmente, observa-se no cenário mundial, o acelerado crescimento do número de idosos (MANSO, 2015). No Brasil, estima-se que em 2020 haverá 25 milhões de pessoas idosas e em 2050 o país será a quinta maior população do mundo (MIRANDA, 2016). A maioria dos idosos permanece em boas condições físicas, realiza as tarefas básicas e instrumentais da vida cotidiana, o que contradiz a ideia de pessoas frágeis (FIALHO, 2014).

No Brasil, vêm sendo aumentada a expectativa de vida e conseqüentemente, há elevação no número de idosos no país. Essa mudança no perfil demográfico, torna necessário o repensar sobre o processo “envelhecer”, o qual traz muitas mudanças pertinentes na vida da pessoa idosa (QUEIROZ, 2015).

Esse aumento vem acompanhado de uma maior atenção ao envelhecer, processo complexo que ultrapassa a divisão etária, envolvendo aspectos relacionados à saúde, entre eles a sexualidade como variável interferente na qualidade de vida do ser humano (KOOPMANS, 2013).

É importante se considerar, que há idosos que apresentam rugas, cabelos brancos, idade avançada, mas continuam com a sua juventude interior (QUEIROZ et al. 2015).

Com toda essa mudança demográfica observada, se faz necessário articular e desenvolver ações que promovam a integralidade da saúde do idoso. Principalmente em questão da sexualidade, uma vez que quando se fala em pessoas da terceira idade a maioria da população, pensa que ao envelhecer as pessoas se tornam assexuadas.

Um exemplo de que a sociedade desvincula a sexualidade dos idosos é que campanhas de prevenção das IST (Infecções Sexualmente Transmissíveis), ações de promoção e educação em saúde, são escassas para esses indivíduos. A consequência disso foi o aumento desse grupo com a Síndrome da imunodeficiência Adquirida (AIDS) mostrando a fragilidade da compreensão da multidimensionalidade da sexualidade humana (OMS, 2014).

Outro fator a se considerar, são algumas religiões que considera os idosos que praticam algum tipo de relação sexual como “pecador”, que vê isso como “safadeza” e não como uma coisa que é natural do ser humano. Este âmbito ainda impede que pessoas viúvas tenham outros parceiros, e todo esse pensamento leva as mulheres a se “fechar”, a esconder sentimentos, por medo de receber julgamentos da sociedade, isso pode acarretar até alguns tipos de transtornos mentais (ARAÚJO & ZAZULA, 2015).

Apesar de que, a sexualidade é desconsiderada, ela pode trazer benefícios, pois o idoso tem menos propensão a desenvolver problemas cardiovasculares, além melhora no humor, na qualidade de vida e aumento da longevidade (DELLAROZA & PIMENTA, 2007).

Em contrapartida, alguns fatores que podem interferir nesse exercício da sexualidade nessa faixa etária, que são algumas modificações na fisiologia do corpo como: a diminuição da lubrificação, resposta sexual lenta se comparada à juventude, a presença de várias doenças e alguns problemas sociais (viúvos, solteiros, divorciados, ausência de privacidade, entre outros). Ademais, outro grande impedimento de contato sexual é a dor crônica. A qual tem significativa prevalência no idoso, e uma incidência de mais da metade da população idosa no Brasil o qual obtém uma porcentagem de 51,44% (DELLAROZA & PIMENTA, 2007).

Diante da dificuldade em perceber o idoso como um ser sexual, percebe-se a interferência na saúde dos mesmos, tanto em questões psicológicas, como patológicas. Contudo, entre os principais fatores que influenciam negativamente a questão da sexualidade do idoso está o desconhecimento acerca da sexualidade na velhice, bem como aspectos estabelecidos pela sociedade que proíbem ou discriminam relações sexuais entre eles.

Por esta razão, objetivou-se analisar a visão dos idosos em relação à sexualidade nessa faixa etária através das experiências vividas durante um momento de conversa com duas idosas residentes no lar de longa permanência, com a finalidade de abordar esse tema e buscar meios que auxiliem os idosos nesse âmbito

Metodologia

Trata-se de estudo descritivo, para descrever as características de uma determinada população (GIL,1995), com abordagem qualitativa, do gênero relato de experiência no qual alunas de enfermagem participantes de um projeto de extensão intitulado “Práticas assistenciais e educativas no auxílio aos idosos”, da Universidade Estadual da Paraíba, realizam procedimentos de enfermagem e atividades diversas com os idosos. As ações ocorrem aos sábados, em horário matutino, onde contem 21 idosos e uma equipe de enfermagem no lar de longa permanência.

Durante o desenvolvimento dessas atividades os estudantes participantes detectaram a necessidade de discutir sobre esse tema, tendo em vista que cada idoso teve sua história pautada sobre o tema, seja em forma de casamento, filhos ou viuvez, e até mesmo o tabu que é enfrentado por essa população.

O cenário deste estudo é o Lar da Sagrada Face, instituição filantrópica que abriga idosos que por alguma razão não possuem outro meio para viver sua velhice. Funciona no município de Lagoa Seca no estado da Paraíba. Este sendo um importante abrigo social, aberto a população idosa do município.

Ao traçar um calendário mensal de atividades desenvolvidas para a população idosa assistida por tal equipe, foi realizada uma conversa que teve como tema principal a sexualidade na terceira idade. Ao final da ação foi produzido um relatório final onde descreve todos os objetivos alcançados.

O planejamento das ações foi traçado durante os momentos de vivências, uma vez que as alunas extensionistas estão imersas na comunidade a partir do projeto no lar de longa permanência acima citado. Nesse sentido, o processo de construção do relato ocorreu no período de fevereiro de 2018 à abril do mesmo ano, e baseia-se na observação de 21 idosos e de aproximação da realidade de 02 idosas que aceitaram falar sobre suas vidas pessoais.

As conversas sobre sexualidade com as idosas se deram de maneira informal permitindo a elas expor de maneira leve suas vivências voltadas a esse assunto.

Os relatos foram anotados de maneira que pudessem ser utilizados para relatórios de experiências.

Resultados e Discussões

A Organização Mundial da Saúde define qualidade de vida como a percepção do indivíduo de sua posição na vida, na cultura e sistema de valores nos quais ele vive, e em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações (OMS, 2012). Desse modo a sexualidade está intrínseca na qualidade de vida do sujeito, inclusive dos idosos.

As idosas institucionalizadas que participaram da conversa sobre sexualidade relataram o sentimento de tristeza com relação a idade, as dores, e ao abandono.

Uma participante de 75 anos relatou que casou cedo, aos 15 anos contra a vontade de sua família. Não foi feliz, sofrendo agressões e abusos do seu companheiro, sendo violentada inclusive quando estava gestante, e após o nascimento dos filhos, inclusive no puerpério, filhos esses que faleceram ainda em idade infantil.

Em suas lembranças, no entanto, existe a felicidade de quando ainda era jovem, que ia para os bailes curtir sua mocidade com vestidos de babados feitos por sua mãe, que os considerava muito bonito, e lembranças dos seus pretendentes ou namoricos que a alegrara no período vivido. Essa mesma idosa conta que casou

duas vezes, nos dois relacionamentos os abusos eram constantes, relatou que no tempo em que passou casada não sentia prazer em manter relações sexuais. Após viúva, não voltou a se casar alegando ter medo de sofrer. Sente saudades da felicidade que viveu enquanto era solteira.

Outra participante de 89 anos, relatou que casou com mais de 30 anos pela primeira vez, do primeiro casamento, teve 3 filhos e após 4 anos de casada ficou viúva. Casando novamente, teve 1 filho do segundo casamento, mas após 3 anos ficou novamente viúva. Segundo relatos da idosa, ela foi muito feliz nos dois casamentos, fala com alegria nos olhos de todos os momentos que viveu com seus maridos, lembra com largo sorriso das demonstrações de carinhos dos esposos, afirmando que sempre trataram-na muito bem, dos passeios de mãos dadas para a igreja. Relata também que não se arrepende de ter se casado com nenhum dos dois que foi muito feliz nos dois casamentos.

Ao ser questionada sobre sua sexualidade, ela responde que sente saudades, principalmente do primeiro marido, que sentia prazer em manter suas relações sexuais. Após ficar viúva no segundo casamento, preferiu não se casar novamente por que se considera velha para cuidar de uma casa, além dos problemas de saúde que tem oriundos da idade.

Essa experiência relatada, afirma a tentativa de desmistificar a inatividade do idoso, salve exceções, no que diz respeito a sua sexualidade, que não é somente a prática sexual, mas, como de acordo com o depoimento, se trata de uma identidade, percepção e sensação, carinho, afeto, toque, entre tantas outras coisas já mencionadas neste relato.

De acordo com a Organização Mundial da Saúde, sexualidade é uma energia que motiva a pessoa a procurar amor, contato, ternura, intimidade, que se integra no modo como as mesmas se sentem, se tocam e são tocadas; É sentir-se sensual e ao mesmo tempo sexual; ela influencia pensamentos, sentimentos, ações e interações, e por isso influencia também a Saúde física e mental (OMS, 2001).

Considerações Finais

Conclui-se que, ambas experiências das relações das duas idosas foram totalmente diferentes e que isso influenciou consideravelmente no processo de envelhecimento.

A idosa de 75 anos, já com aparente desgaste não só de corpo, mas também da alma. Um envelhecimento e uma aparência que não condizem com sua idade cronológica, transmitindo sofrimento e tristeza em seus relatos quando lembra da sua vida de casada.

A segunda idosa, com 89 anos, aparenta ser bem mais jovem, alegre, de bem com a vida, e feliz. Residindo em uma casa de longa permanência, transmite muita serenidade, uma alegria em suas conversas, aparentemente está em um processo de envelhecimento saudável, tanto do corpo quanto da alma.

Duas mulheres com histórias diferentes de vida, mas que transmitem lições de vida e que mostram que, um bom casamento e um bom relacionamento, tanto afetivo quanto sexual influenciam de maneira considerável na saúde e no processo de envelhecer.

Referências

Araújo SL, Zazula R. Sexualidade na terceira idade e terapia comportamental: revisão integrativa. Rev Bras Ciênc Envelhec Hum [Internet]. 2015 [acesso em 15 abril. 2018];12(2):172-82. Disponível em: <http://seer.upf.br/index.php/rbceh/article/viewFile/5054/pdf>.

Dellaroza MS, Pimenta CA, Matsuo T. Prevalência e caracterização da dor crônica em idosos não institucionalizados. Cad Saude Publica. 2007;23(5): 1151-60.

Fialho CB, Lima-Costa MF, Giacomini KC, Loyola Filho AI. Capacidade funcional e uso de serviços de saúde por idosos da Região Metropolitana de Belo Horizonte, Minas Gerais, Brasil: um estudo de base populacional. Cad Saúde Pública [Internet]. 2014 Mar [citado em 28 de abril de 2018];30(3):599-610. Available from: <http://www.scielo.br/pdf/csp/v30n3/0102-311X-csp-30-3-0599.pdf>

GIL. A. C. Métodos e Técnicas de Pesquisa Social. São Paulo: Atlas, 1995.

Koopmans FF, Veiga ES, Costa BNGSC, Silva LA. A representação do sexo na terceira idade: uma contribuição para Saúde da Família. Cad Unisuam [Internet]. 2013 [acesso em 10 abril 2018];3(1):178-85. Disponível em: <http://apl.unisuam.edu.br/revistas/index.php/cadernosunuam/article/view/414/372>

Manso MEG. Biffi ECA. Organizadores. Geriatria: Manual da LEPE-Liga de estudos do processo de envelhecimento. São Paulo: Martinari:2015.

Miranda GMD. Mendes ACG. Silva ALA. O envelhecimento populacional brasileiro: desafios e conseqüências sociais atuais e futuras. Rev. Bras. Geriatr. Gerontol.2016;19(3):507-519.

Organização Mundial da Saúde OMS (2001). Relatório Mundial da Saúde - Saúde Mental: Nova concepção, nova esperança. Lisboa: Direcção-Geral da Saúde.

Queiroz MAC, Lourenço RME, Coelho MMF, Miranda KCL, Barbosa RGB, Bezerra STF. Social representations of sexuality for the elderly. Rev Bras Enferm. 2015;68(4):662-7.

World Health Organization, Department of Mental Health. The World Health Organization Quality of Life [Internet]. Genebra: WHO; 2012 [acesso em 01 mai. 2018]. Disponível em: https://www.who.int/mental_health/publications/whoqol/en/

World Health Organization. A wealth of information on global public health [Internet]. Genebra: WHO; 2014 [acesso em 30 abril. 2018]. Disponível em http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/112739/1/WHO_HIS_HSI_14.1_eng.pdf?ua=1

