

Sexualidade e vida: Um olhar sobre o envelhecer

Caroline Leão do Carmo¹
Jussara Cristina Silva de Souza²
Mayara Amélia Silva de Sousa Alves³
Simone Tereza dos Santos Neves⁴

1,2,3,4 Graduandas do curso de Serviço Social da Universidade Federal do Pará.

Universidade Federal do Pará; carmocaroline6@gmail.com; Universidade Federal do Pará; jussaracristina11@gmail.com;
Universidade Federal do Pará; mayarinha_asbbs@hotmail.com; Universidade Federal do Pará; simonepynk15@gmail.com

RESUMO: Envelhecer é um processo natural que ocorre com os indivíduos no decorrer de suas vidas, com o envelhecimento, notam-se mudanças na resposta sexual humana, com conseqüente aumento da incidência dos distúrbios sexuais nesse segmento populacional, relacionados com fatores biológicos, psicológicos e sociais presentes nessa fase da vida. O presente artigo tem por objetivo levantar questões pertinentes a sexualidade na terceira idade, a partir da observação de como a sociedade atual configura este processo. Nesta perspectiva verificamos quais os principais problemas enfrentados pelos idosos, para exercer de maneira plena sua sexualidade, dentre os quais estão, saúde física, preconceitos sociais e autoestima que influenciam diretamente em sua qualidade de vida.

Palavra-Chave: Envelhecer; Sexualidade, idoso, sociedade.

1. Introdução

Com o passar dos tempos e a evolução da ciência e tecnologia vem ocorrendo um aumento na expectativa de vida da população mundial, ou seja, a população está envelhecendo, em todos os países do mundo, isto é inegável. Este processo de envelhecimento é vivenciado de várias formas, pois, por mais que indivíduos de um mesmo grupo ou sociedade convivam e vivenciem processos biológicos e culturais semelhantes, cada homem possui uma particularidade que determinará a forma como o mesmo conduzirá sua vida frente as suas relações sociais.

O processo de envelhecimento gera vários questionamentos, entre eles os principais encontram-se na possibilidade de o indivíduo poder se manter atuante junto a família, no ambiente de trabalho, na comunidade e ativo na relação com o meio social em que vive, qualidade de vida que o indivíduo terá ao envelhecer, e a partir desses questionamentos podemos ver que a velhice é frequentemente vista como um período de ausência de sexualidade, onde os idosos evitam o envolvimento em atividades sexuais. E para ampliar esse ponto de vista, muitos idosos ficam envergonhados ao conversar sobre sua sexualidade ou por medo de serem mal interpretados ou por ser julgada à sua moralidade.

Em nossa sociedade, a sexualidade por vezes é vista de maneira errônea, pois entende-se por sexualidade apenas o ato sexual e este está para além da relação genital. Sexualidade conforme pontua Freud, significa uma pulsão de vida, tudo que nos traz prazer. A sexualidade pode ser expressa e exercida quando realizamos qualquer ato prazeroso.

A sexualidade é uma necessidade básica de afeto e de presença, fundamental e natural na vida das pessoas, independentemente da idade e da condição física. Sexualidade é muito mais do que ato sexual, nela se interliga a relação de carinho, sensualidade, fantasia, inteligência, ternura, companheirismo e amor. Entretanto, pela falta de informação ou descaso propriamente dito, faz com que a sexualidade na velhice seja vista como um tabu, como muito bem observa Souza (2003 p. 22) “Esse preconceito tende a reprimir as expressões da sexualidade na velhice, como se o interesse sexual ou amoroso causasse certo horror, fosse algo aberrante, que não pode ser revelado, demonstrado, explicado e muito menos aceito”.

Podemos perceber que a sexualidade na terceira idade é frequentemente vista e baseada em estereótipos. Os estereótipos de que as pessoas idosas não têm interesses por sexo ou são incapazes de sentir algum estímulo sexual. Estes, unidos a falta de informação, induzem muitas pessoas a uma atitude pessimista em tudo que se refere à sexualidade na velhice. Porém ela existe e tem que ser

discutida para que esses preconceitos não sejam mais aceitos. Basta lembrar, como disse Souza (2003 p. 34) “A capacidade de amar não tem limite cronológico”.

A reflexão proposta neste artigo, articula o debate sobre a sexualidade na terceira idade, ressaltando a necessidade de se elaborar e disseminar estudos que discutam aspectos envolvendo a referida temática, que ainda se reveste de tabus e o preconceito ainda impera. Desse modo, este estudo pretende abordar a partir de pesquisas bibliográficas a sexualidade na velhice, considerando fatores básicos que afetam o comportamento e a resposta sexual em qualquer idade, através de temáticas centralizadas em Preconceitos sociais, Saúde física, e Autoestima, entre outros que serão expostos nos capítulos seguintes e irão debater desde de a sociedade e envelhecimento vista de uma forma mais ampla no contexto do idoso, posteriormente, sexualidade e envelhecimento, Sexualidade e qualidade de vida do idoso, encerrando destacando os Rebatimentos e dificuldades do exercício da sexualidade no processo de envelhecimento.

2. Sociedade e Envelhecimento

Em todas as sociedades humanas, o envelhecimento é uma parte importante, refletindo não só as mudanças biológicas, mas também as convenções sociais e culturais, envelhecer diz respeito as perdas das funções normais que ocorrem com o passar dos anos. Estas perdas de funções começam a ficar mais evidentes após os 60 anos. Envelhecer é diferente de adoecer. O envelhecimento “normal” (senescência), inclui eventos “normais” /naturais que ocorrem através do tempo e que levam a um declínio funcional, aumentando nossa vulnerabilidade

Simone de Beauvoir procurou refletir sobre a exclusão dos idosos em sua sociedade, mas do ponto de vista de que sabia que iria se tornar um deles, como quem pensava o próprio destino. Para ela, um dos problemas da sociedade capitalista está no fato de que cada indivíduo percebe as outras pessoas como meio para a realização de suas necessidades: proteção, riqueza, prazer, dominação. Desta forma, nos relacionamos com outras pessoas priorizando nossos desejos, pouco compreendendo e valorizando suas necessidades.

Em vários lugares, como bancos e supermercados, há caixas preferenciais para idosos, mas, mesmo que elas sejam suficientes para garantir seu conforto, será que suas condições sociais também o são? Há, também, a gratuidade no transporte coletivo, mas quem viaja de ônibus sabe que às vezes suas condições não adequadas para o transportar quem tem um corpo frágil. Além do desamparo quanto às condições materiais, a desconsideração para com opiniões e emoções dos idosos também deve ser analisada para a superação das condições de humilhação sofrida por eles em nossa sociedade.

A Constituição Federal de 1988 apresenta em suas disposições a inserção do idoso, observada no artigo 229 que, estabelece aos filhos maiores o dever de ajudar e amparar os pais na velhice, carência ou enfermidade, bem como o artigo 230 que estipula que a família, a sociedade e o Estado têm o dever de amparar as pessoas idosas. Assegurando sua participação na comunidade, defendendo sua dignidade e bem-estar e garantindo-lhes o direito à vida, surpreende o enorme avanço na área de proteção aos direitos dos idosos, dado pelo constituinte de 1988 ao contemplar os idosos, garantindo assim a sua cidadania.

Para Pérola Melissa V. Braga (2005, p. 108), a Constituição Federal de 1988 desencadeou um debate, que contou com a participação de aposentados empenhados na luta por suas reivindicações. Inaugurou-se, assim, por parte dos idosos, uma notória atitude de organização e reivindicação de direitos, que foi amplamente divulgada pelos meios de comunicação e que lhes deu visibilidade social. Quando apresenta todos os direitos garantidos pela Constituição, a mesma autora acima citada destaca que, quando se trata do idoso, o direito à vida engloba não apenas longevidade, mas ao envelhecimento com dignidade, respeito, proteção e inserção social.

De forma inédita na história das constituições brasileiras, a Constituição da República Federativa do Brasil de 1988 trouxe, de forma expressa, dispositivos que destinam aos idosos um amparo especial.

Na seção referente à assistência social, a Carta Magna estabelece a proteção à velhice como um dos objetivos daquela e garante, no inciso V do artigo 203, a concessão de um salário mínimo de benefício mensal ao idoso que comprovar a ausência de recursos suficientes para prover sua própria manutenção ou tê-la provida por sua família, nos termos em que dispuser lei específica, qual seja, a Lei nº 8742/93 (Lei Orgânica da Assistência Social).

Trata-se do benefício da prestação continuada (BPC), o qual é concedido apenas aos idosos com 65 (sessenta e cinco) anos ou mais, nos termos do caput do artigo 20 da Lei Orgânica da Assistência Social (LOAS). A concessão desse benefício assistencial decorre diretamente da dignidade da pessoa humana e da garantia do mínimo existencial, que consiste no fornecimento de recursos elementares para a sobrevivência digna do ser humano (IBRAHIM, 2014, p. 14).

No Título VIII do Capítulo VII, que trata da família, da criança, do adolescente, do jovem e do idoso, a Constituição de 1988 tutelou os anciãos nos artigos 229 e 230. Estabeleceu que os filhos maiores têm o dever de ajudar e amparar os pais na velhice, bem como que tanto a família como a sociedade e o Estado têm o dever de amparar o idoso, assegurando sua participação na comunidade e defendendo sua dignidade e seu bem-estar. Nesse sentido, dispõem os supracitados artigos:

Art. 229. Os pais têm o dever de assistir, criar e educar os filhos menores, e os filhos maiores têm o dever de ajudar e amparar os pais na velhice, carência ou enfermidade. Art. 230. A família, a sociedade e o Estado têm o dever de amparar as pessoas idosas, assegurando sua participação na comunidade, defendendo sua dignidade e bem-estar e garantindo-lhes o direito à vida. § 1º - Os programas de amparo aos idosos serão executados preferencialmente em seus lares. § 2º - Aos maiores de sessenta e cinco anos é garantida a gratuidade dos transportes coletivos urbanos.

O idoso merece proteção especial do ordenamento jurídico brasileiro, em razão de suas vulnerabilidades. Em razão disso a Carta Magna tutelou seus direitos, assegurando-lhe a dignidade da pessoa humana e o respeito à igualdade material. Dessa forma, deve-se buscar o respeito aos direitos do ancião. Não se pode mais admitir o tratamento vexatório que muitas vezes lhe é conferido pelo Estado, pela sociedade e pelas famílias.

É importante ressaltar que a proteção conferida ao idoso não pode retirar a sua autonomia e liberdade, uma vez que a velhice não é causa de incapacidade para o exercício de direitos. Assim, é necessário encontrar um equilíbrio entre proteção jurídica e tutela da autonomia daquele que apesar de vulnerável em determinados aspectos não é incapaz.

3. Sexualidade e Envelhecimento

Para um bom entendimento do assunto, Sexualidade e Envelhecimento, se faz necessário compreendermos inicialmente o que é sexualidade e quais as reflexões acerca da mesma, assim como, é importante ter o entendimento do que vem a ser o envelhecimento em nossa sociedade e todos os seus significados.

É comum a confusão feita entre o conceito de sexualidade com o do sexo propriamente dito. É importante o esclarecimento de que um não necessariamente precisa vir acompanhado do outro, ou seja, falar de sexualidade não significa estar falando do ato sexual, e sim de circunstâncias e ações que promovem um bem-estar do indivíduo consigo e com o meio em que se relaciona. Cabe a cada um decidir qual o momento propício para que esta sexualidade se manifeste de forma física e seja compartilhada com outro indivíduo através do sexo, que é apenas uma das suas formas de se chegar à satisfação desejada. Sexualidade é uma característica geral experimentada por todo o ser humano, uma vez que se define pela busca de prazeres. Pode-se entender como constituinte de sexualidade, a necessidade de admiração e gosto pelo próprio corpo por exemplo, se expressar, a conquista, o toque, etc. Como afirma FREUD (2006):

[...] Falando sério, não é fácil delimitar aquilo que abrange o conceito de „sexual “. Talvez a única definição acertada fosse „tudo o que se relaciona com a distinção entre os dois sexos “. [...] Se tomarem o fato do ato sexual como ponto central, talvez definissem como sexual tudo aquilo que, com vistas a obter prazer, diz respeito ao corpo e, em especial, aos órgãos sexuais de uma pessoa do sexo oposto, e que, em última instância, visa à união dos genitais e à realização do ato sexual. [...] Se, por outro lado, tomarem a função de reprodução como núcleo da sexualidade, correm o risco de excluir toda uma série de coisas que não visam à reprodução, mas certamente são sexuais, como a masturbação, e até mesmo o beijo (FREUD, 2006, p. 309).

Assim, a sexualidade precisa ser entendida como algo muito além do que entendemos e somos estimulados a pensar como sexual, limitando o sentido e tornando vulgar todo o entendimento acerca do tema aqui trabalhado. Entender a sexualidade como algo que acompanha os indivíduos durante toda sua vida, como um processo de descoberta de sensações e dos prazeres que as mesmas causam, facilita a compreensão de que todos os seres humanos merecem, necessitam e possuem o direito de exercer sua sexualidade.

A temática da sexualidade é considerada um “tabu” socialmente falando em todos os seus âmbito e conceitos diferentes, como foi abordado aqui anteriormente. Juntar as duas temáticas exige um esclarecimento e reflexão sobre os mesmos, e para isso entender o Envelhecimento como um processo, é importante. Como afirma Bosi (1973/1994) “além de ser um destino do indivíduo, a velhice é uma categoria social. Tem um estatuto contingente, pois cada sociedade vive de forma diferente o declínio biológico do homem” (p. 77). Assim, o processo de envelhecimento se dá desde o momento do nascimento e a cada dia o corpo perde substancias e características, assim como, ganha outras.

Há diversas interpretações da velhice e significados que devem e precisam ser levados em consideração uma vez que os mesmos definem o papel e função social dos idosos, a exemplo da sociedade capitalista na qual vivemos.

É fácil compreender o sentido em que grande parcela social visualiza o envelhecer, como algo extremamente desvantajoso e ruim, pois uma vez que as pessoas idosas não podem

reprodução de ideias, valores, princípios e doutrinas, o conjunto de representações sociais sobre a etapa final da vida humana é organizado segundo as determinações básicas do modo capitalista de produção (Haddad, 1986, p. 16).

Haddad(1986), deixa claro a relação de interesse entre as construções sociais e principalmente sobre a concepção do velho na sociedade capitalista, sendo aquela parcela social que não se reproduz e nem produz, aquele que não tem muito a contribuir para o meio social. O que reflete diretamente nos seus direitos de expressão de todas as formas e principalmente no que diz respeito à sexualidade nessa etapa da vida.

Não é difícil encontrar o relato de casos de idosos que são tolhidos, por seus familiares e pela sociedade como um todo, de se expressarem e vivenciarem sua sexualidade e muito menos manter uma vida sexual ativa, uma vez que há uma concepção de que velhos na sociedade não necessitam mais dessas sensações, essas vivências não os cabe mais, pois seus papéis de velhos se restringe a uma vida pacata e de descanso.

4. Qualidade de Vida e Sexualidade

Considerando o aumento da população idosa é de interesse da sociedade identificar que a Qualidade de Vida e Sexualidade constituem um fenômeno muito complexo que envolve além das esferas psicológica e biológica, a social, o que torna difícil compreender que o amor e o sexo são aspectos fundamentais da vida adulta. E o envelhecimento é compreendido como um processo natural e algumas mudanças fisiológicas são esperadas durante este processo que podem influenciar, principalmente na vida sexual dos idosos.

Há sim, mudanças fisiológicas que já são esperadas no processo do envelhecimento e que podem influenciar na resposta sexual dos idosos, seja no sexo masculino ou feminino, mas a sociedade faz com que o idoso crie uma percepção negativa de si, por não responder aos padrões de beleza já estabelecidos, desse modo a pessoa idosa deixa de se ver como atraente, o que afeta diretamente em sua autoestima, pois é comum que a pessoa que não se sente atraente tome menos iniciativas relacionadas a atividades sexuais.

É de fundamental importância que o idoso tenha um bom relacionamento consigo e aceite que viverá modificações sutis e graduais e que em sua maioria não trará muitas dificuldades, mas que serão dramáticas e súbitas que possivelmente irá interferir diretamente a sua vivência, nesse direcionamento Coutinho (2012) considera que é preciso que se compreenda que o envelhecimento não é uma decadência, mas uma sequência da vida, com suas peculiaridades e características específicas que necessitam ser aceitas. Mas que isso manter a autoestima, vaidade e amor próprio vai além de todos os desafios postos para quem já vive para superar todos os padrões de uma sociedade que limita o idoso em diversos âmbitos.

Os autores que se aprofundam sobre a saúde física, relatam que doenças podem reduzir ou impedir o interesse do indivíduo pela sexualidade em qualquer faixa etária da vida. Contudo, destacam que a sexualidade está entre os últimos processos biológicos provedores de prazer a se deteriorar. O interesse em conhecer a sexualidade é um fator importante para manter atividade sexual entre os idosos, então muitos deixam de ter relações e se tornam impotentes por não compreender as mudanças fisiológicas decorrentes do processo que está vivendo, esta compreensão deve ser estimulada de uma visão positiva, sem tabus e crenças.

Além disso, sexualidade não se limita apenas em sexo, no entanto está relacionada ao contato, ao afeto e à intimidade, ou seja, é uma função humana que possui uma dimensão psicossocial, onde muitas vezes o olhar e o companheirismo podem ter o mesmo significado que o ato sexual. Segundo Coutinho (2012), a sexualidade na velhice é um fenômeno psíquico, uma forma privilegiada de comunicação entre as pessoas, e negá-la ao idoso equivale a privá-lo de uma fonte de comunicação extremamente rica, e expõe que há necessidade de que a sexualidade seja discutida e estimulada com o idoso, através de uma prática saudável e sem estigmas contribuindo assim, para uma vida autônoma e plena da população idosa promovendo satisfação e bem-estar.

A qualidade de vida, o bem-estar, segundo Viana (2003) se divide em parâmetros objetivos e subjetivos. Os objetivos referem-se a situações como renda, emprego ou desemprego, população abaixo da linha de pobreza, alimentação entre outras situações mensuráveis. E os subjetivos com uma percepção pessoal dos aspectos de vida em questão, como as pessoas sentem ou o que pensam de suas vidas; como o indivíduo percebe e valoriza os componentes materiais reconhecidos como base social da qualidade de vida.

O idoso necessita de contato humano, intimidade e afeto, sendo assim, de acordo com Oliveira e Cótica (2009), a sexualidade está intimamente relacionada à qualidade de vida, onde é proporcionado a impressão mais íntima do “eu” nas relações em que o indivíduo se envolva. Está aí a necessidade que haja a quebra de mitos e preconceitos quanto à velhice, oportunizando assim o bem-estar do idoso e a vivência de experiências novas.

Uma Pesquisa realizada por Viana (2003), sobre a percepção da qualidade de vida de pessoas idosas, onde foi utilizado o instrumento da Organização Mundial de Saúde, detectou-se que idosos ativos fisicamente se avaliaram mais satisfeitos com sua vida sexual do que idosos inativos fisicamente. Nesta pesquisa, outras questões apresentaram diferença estatisticamente significativa.

Uma delas perguntava sobre a aceitação da própria aparência e a outra perguntava sobre quão satisfeito o idoso se sentia consigo mesmo, nas correlações feitas nesta pesquisa pode-se

detectar que o idoso que aceitava melhor sua aparência física estava mais satisfeito consigo mesmo e se avaliava mais satisfeito com sua vida sexual.

Aos olhos da sociedade envelhecimento e sexualidade não combinam, porém, a sexualidade é responsável por parte importante do relacionamento, não importa a idade da pessoa. E como foi identificado pela pesquisa acima, os idosos que mais se mostraram satisfeitos com a aparência física, foram os ativos fisicamente, o que aponta uma possível influência da atividade física sobre a imagem do idoso e sua qualidade de vida, o que conseqüente traz consigo satisfação com a vida sexual.

Além da sexualidade, quando se fala do ato sexual se identifica o quanto há uma ligação com o bem-estar do idoso com o aumento da sua autoestima, o que amplia a qualidade de vida do idoso e os benefícios relacionados a saúde, onde segundo pesquisadores alivia o estresse, fortalece a imunidade, fortalece músculos, ajuda a dormir melhor, e diminui a dor, e a própria Organização Mundial de Saúde elenca a sexualidade como um dos fatores que contribuem para a qualidade de vida (VIANA, 2003).

As expressões da sexualidade do idoso está intimamente ligada a qualidade de vida, principalmente no aspecto de bem-estar aumentando consideravelmente a expectativa de vida, o que demonstra a necessidade de saber evoluir junto ao idoso e garantir estudos que auxiliem constantemente para se obter um envelhecimento de qualidade.

5. Os Rebatimentos e dificuldades do exercício da sexualidade no processo de envelhecimento

Os idosos enfrentam discriminação quando querem expressar a sua sexualidade, foram criados padrões de comportamentos na sociedade para cada grupo social, os jovens podem se expressar de diversas formas, algo mais livre, os adultos devem ter uma centralidade e um comprometimento maior por conta das responsabilidades, os idosos devem se portar de forma mais sobria, cuidado da família e ficando em casa disfrutando da tranquilidade, não que isso seja errado mais cada idoso deve escolher a forma em que se portará diante a sociedade porém, esse padrão social está trazendo constrangimento para os idosos como afirma Negreiros (2004), o idoso com medo de se tornar ridículo e também para de fugir do estigma de velho assanhado passa a dotar posturas que os reprime.

A sociedade também tem tratado o idoso com preconceito quando a sua sexualidade é expressada, sendo referida a eles palavras pejorativas e ofensivas ferindo assim a autoestima do

idoso podendo contribuir para problemas de saúde e isolamento, a velhice deve ser vista de uma nova ótica social podendo ser debatida nos diversos espaços sociais.

A família também se encontra nesse quadro de repressor quando o idoso quer expressar a sua sexualidade namorando, saindo ou tendo uma autonomia, a família reage de forma inesperada julgando a situação sem antes refletir que o idoso tem autonomia nas suas escolhas, não sabendo com trabalhar, pensando que ele é um sujeito e necessita de suas necessidades emocionais, afetivas e sexuais satisfeitas.

A velhice é uma produção social, construída pela sociedade para categorizar, se apropriando cronologicamente quando é mensurado pelos dias, semanas, meses e anos, porém como afirma Hoyer e Roodin (2003) que a idade cronológica não se torna uma boa medida, por ser medida pelo tempo se torna algo absoluto, com isso acabam os colocando dentro de uma realidade esquecida, referindo-se a velhice de forma triste e desanimadora, acabam perdendo “valor social”, podendo haver o isolamento por parte do idoso, a família tem um papel importantíssimo nesse processo. O bem-estar é posto em segundo plano por terem a percepção de que “isso é para os jovens”, percebemos que os idosos estão sendo tolhidos nos seus direitos e desejos. Por isso que o envelhecimento cronológico não abrange a realidade social, o idoso tem que ser ator e agente social.

O envelhecimento enquanto fenômeno irreversível conduz à morte tornando-se concreto o fim da vida (Santos, 1990) como está com a idade avançada é proibido de expressar a sua sexualidade por estar perto da morte. A sexualidade é referente a todos os períodos da vida do ser humano e no período da velhice não pode ser visto de forma diferente e o exercício da sexualidade no envelhecimento deve ser compreendido.

A expressão da sexualidade não se define apenas pela relação sexual, podemos conceituar como toda forma de afetividade e companheirismo, Santos (2003) adverte que na idade avançada poderá ocorrer dificuldades sexuais, mas o cuidado e a intimidade exercem uma função de complementação muito satisfatória no prazer, é importante enfatizar que o cuidado com a saúde do idoso deve ser fundamental, utilizando a camisinha que é de suma importância para a prevenção de doenças sexualmente transmissíveis, que muitas vezes é negligenciadas pelos idosos por falta de maiores informações.

O idoso necessita ser respeitado nas suas escolhas e decisões, com afirma a ONU- Organização das Nações Unidas, que elenca cinco diretrizes que devem permear o cotidiano do idoso, sendo permitido a independência para os casos dos que podem trabalhar, a participação permanecendo na sociedade como sujeito e ator social, a assistência sendo assistido pela família,

Estado e sociedade em suas necessidades básicas, a realização pessoal podendo ter acesso aos recursos educativos, culturais e espirituais e a dignidade podendo viver em segurança.

A sexualidade de ser expressa de determinadas formas, o idoso que tem autonomia para decidir como se portar na sociedade, para que viva feliz em harmonia na sociedade e rompendo com tabus impostos historicamente.

6. Considerações Finais

O envelhecer foi visto durante muito tempo como um período de perdas e declínio, o que contribuiu para que se perpetuasse o preconceito e paradigmas em relação ao processo de envelhecimento. Essa compreensão a partir somente de uma visão negativa impossibilita a percepção de detalhes importantes que são vivenciadas apenas nesta etapa da vida.

É visível que o aumento da longevidade populacional necessita de um olhar mais aprofundado, pois garantir um tempo a mais de sobre vida para o idoso e não garantir um envelhecimento com qualidade de vida é um processo inútil, que não presta a assistência necessária principalmente no estudo capaz de compreender a subjetividade que existe nas vivências sexuais durante a velhice apreendendo aspectos emocionais e sentimentais que que direciona comportamentos da população, ou seja, que interliga qualidade de vida e sexualidade.

Percebemos que a discussão sobre a sexualidade na vida do idoso merece ter um espaço maior de debate, que por mais que os estereótipos sociais desqualifiquem a sexualidade dos idosos, é indispensável desmistificar a velhice como algo negativo um declínio de perdas e dor impossibilitando uma percepção de razões importantes que são vividas apenas nessa etapa do desenvolvimento humano.

A falta de discussões reforça a necessidade de pesquisar, de ouvir e falar sobre sexo na velhice, o que se torna cada vez mais importante, pois além de quebrar os preconceitos sobre o tema tende a revelar benefícios de se manter relações sexuais na velhice, afinal isso mostrar ao mundo que Idoso também ama. Deste modo, Viana (2003) explica que é necessário fazer com que a sociedade perceba as qualidade e potencialidade que existe nesta etapa da vida, onde é possível viver com qualidade as vivências sexuais promotoras de qualidade de vida.

Acredita-se, que o envelhecer deve ser visto como oportunidade de reinventar a vida, fazendo deste período um tempo de realização e felicidade em todos os âmbitos e por quê não sexual, já que faz tão bem para alma e para a vida saudável do ser humano é a oportunidade de compartilhar conhecimento.

7. Referências Bibliográficas

BEAUVOIR, Simone de. **A Velhice**. LÔBO, Paulo. **Princípio da solidariedade familiar**. Jus Navigandi, Teresina, ano 18, n. 3759, 16 out. 2013. Disponível em: <<http://jus.com.br/artigos/25364>>. Acesso 16 de maio de 2014 OMS – Organização Pan-Americana de Saúde. **Envelhecimento ativo: uma política de saúde**. Brasília: Organização Pan-Americana de Saúde, 2005. **Direitos do idoso: de acordo com o estatuto do idoso / Pérola Melissa V. Braga**. -- Imprensa: São Paulo, Quartier Latin, 2005.

BOSI, E. (1994). **Memória e sociedade: lembranças de velhos**. São Paulo: Companhia das Letras.

FREUD, Sigmund. **Um caso de histeria, Três ensaios sobre sexualidade e outros Trabalhos**. 1901-1905. Edição Standard Brasileira das Obras Psicológicas Completas de Sigmund Freud Volume VII. Imago Editora. 2006. Rio de Janeiro.

HADDAD, E. G. M., **A ideologia da velhice**. São Paulo: Cortez, 1986.

Pesquisa Qualidade de vida. Rev. Bras. Cienc. Esporte, Campinas, v. 25, n. 3, p. 149-158, maio 2004. **Sexualidade. Estud. interdiscip. envelhec.**, Porto Alegre, v. 13, n. 2, p. 205-220, 2008

Programa de Pós-Graduação em Engenharia de Produção - PPGEP **Laboratório de Qualidade de Vida** - LaQVida Universidade Tecnológica Federal do Paraná – UTFPR Ponta Grossa – PR – Brasil.v. 02, n. 02, jul./dez. 2010, p. 26-35.

RISMAN, A. Corpo, psique, **sexualidade: uma expressão eterna**. In VERAS R. (org) **Terceira idade: alternativa para uma sociedade em transição**. Rio de Janeiro: Relume-Dumará, UERJ; UNATI, 1999.

SOUZA, S. **Sexualidade e amor na velhice**. 1. ed. Porto Alegre: Sulina, 2003.