

**ATIVIDADE SEXUAL EM ADULTOS E IDOSOS PRATICANTES E NÃO PRATICANTES DE ATIVIDADE FÍSICA**

<sup>1</sup>Ana Chaline Dantas FERREIRA; <sup>1,2</sup>Felipe Vital Alves BARBOSA; <sup>1</sup>Sara Ryan Bezerra de ANDRADE; <sup>1,2</sup>Patrícia Ribeiro ROCHA; <sup>1,2</sup>Mércia Vitoriano da COSTA; <sup>1,3</sup>Jonatas de França BARROS.

<sup>1</sup>Laboratório de Atividade Física e Saúde – LAFIS/UFRN.

<sup>2</sup>Graduandos em Educação Física da UFRN.

<sup>3</sup>Professor do Departamento de Educação Física da UFRN.

**Introdução:** Envelhecer é algo inerente ao ser vivo e as escolhas que fazemos ao longo da vida aceleram ou desaceleram esse processo, o qual envolve o funcionamento fisiológico e funcional do nosso organismo, englobando consigo a sexualidade. A prática da atividade física regular proporciona benefícios físico e psicológico aos praticantes. **Objetivo:** Verificar o quanto a prática de atividade física reflete na atividade sexual de adultos e idosos. **Metodologia:** A população do estudo foi composta por adultos e idosos integrantes de um grupo religioso e de um que pratica a modalidade de musculação, sendo a amostragem do tipo não probabilística, por intencionalidade e de forma voluntária, sendo a amostra composta por 21 sujeitos, sendo 14 homens e 7 mulheres distribuídas em três grupos etários de 50 a 59 anos (47,6%), 60 a 69 anos (47,6%) e > 70 anos (4,8%). A natureza da pesquisa é básica, cuja técnica para coleta de dados é descritiva-transversal. O instrumento utilizado na coleta de dados foi de um questionário elaborado tipo entrevista, com questões subjetivas sobre a prática de atividade física e a prática de atividades sexuais. A análise gerada deu-se a partir de uma estatística descritiva com distribuição de frequência e apresentado em forma de percentagem. **Resultados:** Após todo o processo de análise dos dados, observou-se uma distribuição para o estado civil da amostra que 76,2% identificaram-se como casados, sendo 9,5% viúvos e 14,3% divorciados. Quando verificado a prática de atividade física e prática de atividades sexuais, observou que os sujeitos ativos sexualmente apresentaram com um grande percentual (62,9%) praticantes de atividade física, com apenas 19% dos ativos sexuais não realizam atividade física. Verificado a relação da frequência semana da atividade física com ser ativo sexualmente, verificou-se mais uma vez que aqueles participantes de atividade física com frequência de 3 a 4 vezes, 56% dos sujeitos são ativos sexuais, identificando ainda que a menor distribuição dos sujeitos ativos sexualmente (6%) são aqueles que participam de atividades físicas com uma frequência de 1 a 2 vezes. **Conclusões:** Nesse sentido constatou-se, mesmo não realizado uma estatística mais aprofundada por falta de uma amostra mais consistente, que os resultados apresentados identificaram que a prática de atividade física reflete diretamente nas funções



**III CiEh**

## **Congresso Internacional de Envelhecimento Humano**

Avanços da ciência e das políticas públicas para o envelhecimento

sexuais dos sujeitos avaliados, assim como uma frequência semanal de atividade física moderada transmitem em resultados satisfatórios para a atividade sexual de adultos velhos e idosos.

**Palavras-Chaves:** Idoso; Atividade Física; Atividade Sexual.