

SEXUALIDADE E ENVELHECIMENTO: DESMISTIFICANDO OS TABUS NA VELHICE

Joyce Ferreira dos Santos ¹
Maria Marília Duarte de Almeida ²
Leonilson Izidoro dos Santos ³
Danielly Patrícia Ferreira Felipe ⁴
Gilmara Marques Rodrigues Araújo ⁵

INTRODUÇÃO

A velhice se constitui em uma etapa da vida repleta de dúvidas, anseios e estigmas. Naturalmente o idoso se vê em uma situação de vulnerabilidade e dependência que é agravada, dado os estereótipos sociais que lhe são acarretados. Dentre tantos estereótipos, o de que o idoso é um ser assexuado e sem autonomia vem sendo perpetuado socialmente e ocasionando diversas dificuldades que interferem diretamente na saúde do idoso.

Diante disso, o profissional da saúde enfrenta várias barreiras ao tratar pacientes nesta etapa da vida, pois a vergonha e o receio do julgamento impendem que durante os procedimentos médicos o idoso converse abertamente sobre sua vida sexual e seu corpo.

Uchôa et al. (2016) em um estudo realizado com 200 idosos na cidade de Belém – PA, verificaram que a maioria dos idosos não tinham as informações necessárias sobre doenças sexualmente transmissíveis e não conseguiam diferenciar sexo de sexualidade. Fatores como família e religião também foram citados como principais inibitórios para a realização do ato sexual ou de práticas sexuais.

Sendo assim, este trabalho busca refletir sobre o comportamento da pessoa idosa mediante as mudanças que ocorrem em seu corpo bem como essas mudanças afetam a sexualidade e a saúde sexual. Através de um levantamento bibliográfico e documental, analisaremos o olhar da pessoa idosa sobre o seu próprio corpo. Estas reflexões têm como intuito desmistificar tabus e preconceitos, comuns nessa fase da vida, convidando o profissional da saúde a refletir sobre como suas práticas podem ajudar o idoso a se reconhecer e entender o funcionamento do seu corpo.

METODOLOGIA (OU MATERIAIS E MÉTODOS)

Tratando-se de uma pesquisa com fontes explicativas sobre o tema da sexualidade e o envelhecimento da pessoa idosa, utilizamos uma abordagem de natureza bibliográfica e documental através de artigos científicos que abordam esse assunto, com a finalidade de reunir e sintetizar a compreensão e o entendimento do tema, de maneira ordenada e

¹ Graduanda do Curso de Enfermagem da União de Ensino Superior de Campina Grande - UNESC, joyfdsantos@gmail.com;

² Graduanda do Curso de Enfermagem da União de Ensino Superior de Campina Grande – UNESC, mariliaduarte457@gmail.com

³ Graduando do Curso de Enfermagem da União de Ensino Superior de Campina Grande - UNESC, nilsonizidoro@outlook.com;

⁴ Graduanda do Curso de Enfermagem da União de Ensino Superior de Campina Grande - UNESC, daniellyplpb@gmail.com;

⁵ Mestranda em Psicologia da Saúde pela Universidade Estadual da Paraíba – UEPB, gilmaramarques2009@gmail.com.

metodológica, contribuindo assim para as reflexões sobre como o idoso encara a sexualidade nesta etapa da vida.

Durante a sistematização dessa revisão e pesquisa utilizamos os seguintes passos metodológicos: realização da leitura dos artigos que seguem o critério do nosso trabalho, contendo o conteúdo e material pertinente sobre a temática, definindo os critérios de inserção e exceção, definição das informações a serem extraídas dos estudos selecionados, categorização dos estudos, análise de cada conteúdo abordado, avaliação dos resultados.

Buscamos os artigos publicados em periódicos nacionais nas seguintes Bases de Dados: SCIELO (Scientific Electronic Library Online/Biblioteca eletrônica científica on-line), Biblioteca Virtual em Saúde (MEDLINE/BVS), Literatura Latino-Americana em Ciências da Saúde (LILACS), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), através da combinação dos descritores envelhecimento, sexualidade, terceira idade, tabus e preconceitos.

Os artigos foram escolhidos de acordo com os seguintes parâmetros de inserção: produções com idioma em português e originário no Brasil, presença dos descritores escolhidos no título do trabalho, artigos na íntegra, disponíveis na internet. Como critério de exceção: artigos em línguas estrangeiras, artigos que se apresentassem em outra Base de Dados, e assim por diante.

DESENVOLVIMENTO

Diante das problemáticas causadas pela falta de informação sobre a vida sexual do idoso, analisamos alguns artigos e periódicos publicados de 2007 à 2016, visando compreender como os profissionais da saúde podem atuar para promover a melhora da relação corpo/sexualidade na vida do idoso.

Koopmans et al. (2013) verificou que o tema da sexualidade na vida do idoso interfere de forma direta na saúde familiar, visto que o acesso a informação pode ajudar na prevenção de doenças sexualmente transmissíveis e outras patologias que podem ser descobertas a partir do conhecimento do seu próprio corpo, ajudando a melhorar a qualidade de vida do idoso.

Frugoli e Magalhães-Júnior (2011) ao entrevistarem um grupo de 70 idosas constataram que o medo e a vergonha de conversar abertamente sobre sua vida sexual advém de uma educação repressora, que a maioria dos idosos recebeu, acarretando também na falta de informação sobre cuidados básicos e prevenção de doenças. Constatou-se que a maioria dos idosos acima de 50 anos não costumam utilizar preservativos, dado bastante preocupante.

Com o aumento da população idosa nas últimas décadas, Almeida e Lourenço (2007) avaliaram que apesar do crescente aumento na expectativa de vida, o envelhecimento ainda é encarado como uma fase de incapacidade e acúmulo de doenças. Dessa forma, é comum que o idoso e grande parte da sociedade ainda descredite que é possível envelhecer de forma saudável, mantendo uma vida sexual ativa. São esses estereótipos e preconceitos que acabam por dificultar o relacionamento da pessoa idosa com o seu próprio corpo.

Diante deste cenário o profissional da saúde deve manter-se atento e sensível a pessoa idosa. Conversar e promover o acesso a informação é o primeiro passo para ajudar a educar e desmistificar os tabus sociais relacionados a essa fase da vida, além de ajudar o idoso a se prevenir e evitar possíveis patologias devido a essa falta de informação.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os dados estatísticos apontam um crescimento no que corresponde a população de idosos no Brasil de 4,8 de idosos desde 2012 obtendo uma elevação de 30,2 milhões em 2017, segundo a Pesquisa Nacional por Amostra a Domicílio, Divulgada pelo IBGE. Com esse aumento em relação à expectativa de vida, podemos citar duas faces. Uma reflete avanços no contexto cultural e outra no âmbito da saúde, na qual condições de vida são revertidas em hábitos que de uma forma ou de outra contribuem para um espaço que há muito tempo só vem crescendo: a sexualidade na terceira idade.

Com isso fatores como a falta de informação, receio de julgamentos, e até mesmo vergonha, podem contribuir para um recuo por parte do idoso, tornando-se fatores de risco para uma vida sexual saudável durante o processo de envelhecimento. Estudos apontam que tais dados, que colaboram para o enfraquecimento do desejo sexual, podem sim ser superados através de práticas e protocolos, nos quais o profissional da saúde pode intervir para ajudar o idoso a entender melhor o funcionamento do seu corpo nesta fase, além de desmistificar preconceitos e tabus que são perpetuados socialmente.

O Ministério da Saúde desenvolveu a Política Nacional de Atenção à Saúde da Pessoa Idosa (PNSPI), que tem por finalidade primordial “manter e promover a autonomia e a independência dos indivíduos idosos, direcionando medidas coletivas e individuais” (BRASIL, 2006). Dessa forma, a saúde sexual da pessoa idosa também se enquadra dentro desse processo de busca da individualidade e autonomia e deve ser discutido para que haja uma melhor perspectiva diante da prática sexual nesta fase da vida.

A atividade sexual traz diversos resultados benéficos para a saúde, possibilitando uma integração social ampla e agradável, favorecendo a convivência social. Entre os idosos, promove um envelhecimento proativo e saudável. É importante manter a divulgação das promoções que enxergam a saúde do idoso de forma holística e sem tabus, como também manter uma visão igualitária de como são tratadas as demais fases assim como a saúde sexual do adolescente, da mulher e do homem. Corroborando para a desmistificação de que os idosos não podem atender as suas necessidades sexuais como os indivíduos com idade inferior a 60 anos. Estudos apontam que apesar dos idosos ficarem mais frágeis e vulneráveis durante esta fase, isso não os torna incapaz e não interfere na sua eficácia e pro atividade. Sendo assim o profissional da saúde pode influenciar de forma positiva conversando com o idoso e dando-lhe suporte para a superação.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O processo de envelhecimento do indivíduo está diretamente ligado ao estilo de vida em que a pessoa se adapta ao longo dos anos. A busca pela qualidade de vida e a preocupação pela prevenção de doenças tem ganhado ênfase por meio de exercícios físicos e alimentação equilibrada. Assim como essas questões estão cada vez mais sendo estudadas, visando melhorar a qualidade de vida, a sexualidade também entra nesse contexto, porém, segundo (SOUZA, 2009), há a crença de que a idade e o declínio da atividade sexual estão unidos.

Vale ressaltar que as mudanças que ocorrem em nosso corpo, tanto físicas como psicológicas, acabam por interferir na prática sexual, mas não são um fator definitivo para o

encerramento da vida sexual do sujeito. Apesar dos estudos acerca dessa área estarem crescendo, ainda há muito que ser estudado.

É importante deixar de lado o preconceito e mostrar que se pode viver apesar das limitações. Orientar é uma boa iniciativa já que a pessoa idosa não tem esse olhar amplo sobre a sexualidade, acreditando que com a chegada da terceira idade, chegam também as disfunções e que esses são considerados por muitos “normais”.

Mudar a rota de pensamento também é uma boa forma de adequar a pessoa idosa a essa fase. Mostrar aceitação e formas de se viver realizado e feliz no amor, evitando pensamentos que seguem estereótipos e barram o idoso na sua maneira de se conhecer.

Palavras-chave: Sexualidade, envelhecimento, saúde do idoso

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, Thiago de.; LOURENÇO, Maria Luiza. Envelhecimento, amor e sexualidade: utopia ou realidade? **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, vol. 10, núm. 1, 2007, pp. 101-113

BRASIL. **Ministério da Saúde**. Portaria Nº 2.528 de 19 de Outubro de 2006.

FRUGOLI, A.; MAGALHÃES-JUNIOR, C. A. O. A sexualidade na terceira idade na percepção de um grupo de idosas e indicações para a educação sexual. **Arq. Ciênc. Saúde UNIPAR**, Umuarama, v. 15, n. 1, p. 85-93, jan./abr. 2011.

KOOPMANS, F.F. et al. A representação do sexo na terceira idade: uma contribuição para a saúde da família. **Cadernos Unisum**, Rio de Janeiro, v. 3, nº 1, p. 178-185, jun. 2013.

SOUZA, M. R. Sexualidade na terceira idade. **Revista Educação, Meio Ambiente e Saúde**, São Paulo, v. 4, n. 1, p.65-73, 2009.

UCHÔA, Y. S. et al. A sexualidade sob o olhar da pessoa idosa. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, vol. 19, núm. 6, nov/dez., 2016, pp. 939-949.