

## SEXUALIDADE NA TERCEIRA IDADE À LUZ DA LITERATURA

Rebeca Emanuelle Jeremias Vicente<sup>1</sup>

Élyman Patrícia da Silva Freitas<sup>2</sup>

Fabíola de Araújo Leite Medeiros<sup>3</sup>

### RESUMO

O envelhecimento consiste num processo biológico que abrange além de alterações fisiológicas e psicossociais, um conjunto de experiências vividas que carregam histórias e momentos que compõe a vida de um indivíduo. A sexualidade, por sua vez, corresponde à uma das particularidades que acompanham o ser humano desde o nascimento até sua velhice, sendo indispensável para uma boa qualidade de vida. Por meio dela, o indivíduo é capaz de expressar suas ideologias, sentimentos e prazeres tanto sexuais, quanto pessoais e sociais, de modo que conceda bem-estar e vigor, sendo esses essenciais para um envelhecimento saudável. Dessa forma, o presente estudo buscou analisar através de uma revisão integrativa da literatura, como a sexualidade na terceira idade é vista sob os olhares das pessoas idosas e dos profissionais de saúde. Tendo como objetivo avaliar as concepções pertinentes, considerando a importância deste aspecto na qualidade de vida da pessoa idosa, bem como em sua saúde. Dentre os achados, percebeu-se que uma parcela da população idosa detém de pouco conhecimento sobre a sexualidade, comumente confundindo-a com o ato sexual, desassociando a mesma de uma visão holística. Quanto aos profissionais, foram demonstrados receios na abordagem do assunto durante as consultas. Evidenciando a necessidade do investimento em processos de educação permanente em saúde voltados à temática, de modo que desenvolva nos profissionais, uma visão mais ampliada da pessoa idosa, incluindo o trabalho da sexualidade nas práticas assistências. Além de contribuir nas desmistificações de preconceitos expressados pela sociedade e pelo próprio público idoso.

**Palavras-chave:** Sexualidade, Qualidade de vida, Saúde da pessoa idosa, Enfermagem.

### INTRODUÇÃO

O envelhecimento consiste em um processo biológico natural que causa, além de mudanças fisiológicas, algumas alterações físicas, psicossociais e culturais na vida do indivíduo. Nos últimos anos, a população idosa vem crescendo consideravelmente em nível mundial, inclusive no Brasil, onde estima-se o número de 63 milhões de pessoas idosas para o ano de 2050 (CUNHA et al., 2015).

Paralelamente, cresce também a necessidade em oferecer às pessoas idosas, uma assistência integral em saúde por meio de serviços e profissionais capacitados para avaliar e atender todas as demandas deste público, isento de julgamentos ou preconceitos, a fim de garantir o envelhecimento saudável e uma melhor qualidade de vida (UCHÔA et al., 2016).

<sup>1</sup> Graduanda do Curso de enfermagem da Universidade Estadual – PB [reby.emanuelle@outlook.com](mailto:reby.emanuelle@outlook.com);

<sup>2</sup> Mestranda do Curso de Psicologia da Saúde da Universidade Estadual da Paraíba – UEPB, <mailto:elymanspi@gmail.com>;

<sup>3</sup> Doutora e Pós-Doutora em Enfermagem. Professora do Departamento de Enfermagem da UEPB, [orientador@email.com](mailto:orientador@email.com).

Segundo a OMS, a qualidade de vida é definida como a percepção do indivíduo de sua posição na vida, no contexto da cultura e sistema de valores nos quais ele vive, e em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações (UCHÔA et al., 2016). A sexualidade é uma das áreas que possuem grande impacto na qualidade de vida do ser humano, acompanhando-o desde o nascimento até a morte. Portanto, ainda se faz presente na velhice, mesmo que a atividade sexual esteja diminuída ou ausente, devido às limitações e alterações corporais existentes, bem como fatores biopsicossociais associados ao longo dos anos (QUEIROZ et al., 2015).

A psicanálise relaciona a sexualidade com os prazeres, estando ligada às questões de afetividade, erotismo e à relação sexual de fato, enfatizando a relação do contato corporal entre as pessoas (QUEIROZ et al., 2015). Já segundo Wanda de Aguiar Horta, baseada na teoria das motivações humanas de Maslow, a sexualidade é classificada como uma necessidade psicobiológica expressada individualmente, de acordo com suas culturas, crenças, hábitos, desejos, e qualquer outra particularidade biopsicossocial do indivíduo. Portanto, envolve além do prazer, questões ideológicas, partilhas de sentimentos, sensações e o contato físico (PEIXER et al., 2015).

Ao associar a sexualidade às pessoas idosas, atualmente, ainda se percebe muitos mitos e tabus socioculturais ligados às repressões desenvolvidas historicamente, advindas principalmente do âmbito religioso e familiar. São preconceitos que contribuem na construção de uma visão, muitas vezes acolhida pelo próprio público idoso, na qual eles pertencem a um grupo assexuado. O que termina por inibir a liberdade de expressarem sua sexualidade, uma vez que grande maioria possui um conhecimento escasso sobre a temática de forma holística, além de dificuldades para lidar com as mudanças corporais (UCHÔA et al., 2016).

O sexo e a sexualidade não eram assuntos considerados adequados para serem abordados na adolescência das gerações passadas. Devido a isso, grande parcela do público idoso alega ter iniciado a vida sexual sem possuir um conhecimento adequado na área, inclusive com relação aos métodos de prevenção contra gravidez e infecções (UCHÔA et al., 2016). Atualmente, o aumento na incidência de infecções sexualmente transmissíveis (ISTs) na população idosa é um fator que gera preocupação no âmbito da saúde brasileira. Evidenciando, portanto, a necessidade em intervir nas questões que englobam a sexualidade da pessoa idosa, a fim de cessar ou reduzir os riscos e conceder uma melhor qualidade de vida (CUNHA et al., 2015).

Em virtude da relevância e impacto do tema em questão, na saúde e qualidade de vida das pessoas idosas, este estudo teve por objetivo geral analisar como o assunto vem sendo estudado e apresentado à luz da literatura. Para tal, elaborou-se a seguinte questão norteadora: *Como a sexualidade na terceira idade é vista sob o olhar das pessoas idosas e dos profissionais de saúde dentre a produção científica brasileira?*.

## **METODOLOGIA**

O presente estudo consiste numa revisão integrativa da literatura realizada em atividades de pesquisa no Grupo de Estudos e Pesquisa de Cuidados ao Idoso e Processo de Enfermagem da Universidade Estadual da Paraíba (GEPCIPE/UEPB). Os dados foram obtidos pelas plataformas de pesquisa: SciELO (Scientific Electronic Library Online), BDENF (Base de dados de enfermagem) e LILACS (Literatura Latino- americana e do Caribe em Ciências da Saúde). Fazendo uso dos descritores: sexualidade idosos – idosos – enfermagem. Como critérios de inclusão foram utilizados: artigos científicos publicados dentro dos últimos cinco anos (2014-2019) em periódicos brasileiros; disponíveis em língua portuguesa; acessados em texto completo. Os critérios de exclusão levaram em consideração: teses; dissertações; artigos cujos temas fugissem do objetivo do estudo; e artigos repetidos. Inicialmente foram encontrados 229 artigos e, após leitura minuciosa ante à questão norteadora, foram selecionados 13 artigos, os quais foram lidos e analisados meticulosamente para elucidação e discussão que conduzisse o desenvolvimento deste trabalho.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Dentre os resultados analisados na revisão integrativa, foi visto que a maioria das pessoas idosas apresentam um déficit no conhecimento sobre sexualidade, não sabendo distinguir a mesma do ato sexual. Mas apesar do pouco entendimento, muitos deles a associam ao modo de se vestir, perfumar e de manter uma boa aparência (UCHÔA et al., 2016), dados estes que concordam com os de outros estudos. Nesse aspecto, a concepção da sexualidade é majoritariamente associada à genitalidade, são poucos os que a interligam à uma visão holística. Sendo assim, faz necessário considerar a cultura, educação e religião como questões influentes na expressão da sexualidade dos mais velhos, para então compreender o entendimento deles quanto ao tema (ALENCAR et al., 2016).

Em um estudo realizado numa unidade básica de saúde da família (UBSF) do Ceará em 2013, baseado na teoria das representações sociais, o amor, respeito e o carinho foram apontados como elementos centrais que estruturavam e organizavam a representação social da sexualidade

na terceira idade (QUEIROZ et al., 2015). Dentro das dimensões que abrangem a temática, para a pessoa idosa, o relacionamento afetivo é de extrema importância para o bem-estar físico e mental, gerando para eles um sentimento de vitalidade. Ainda assim, é relatado por ambos os sexos a presença da não aceitação de sua atividade afetiva e sexual, em especial por parte dos familiares, que acabam por sentir ciúmes ou achar inadequado (GOIS et al., 2017; SILVA; PELZER; NEUTZLING, 2019).

No ano de 2014, foi realizado em Portugal um estudo observacional com 213 pessoas idosas, numa unidade de saúde familiar na qual através do instrumento SF –12 (*Short Form Health Survey*) foi possível avaliar a sexualidade, bem como seu impacto positivo na qualidade de vida do público estudado. O gênero masculino atribuiu uma maior importância à vida sexual ativa, associando a satisfação sexual à vitalidade. Já as mulheres, ao bem-estar da saúde mental (CAMBÃO et al., 2019). Para elas, a sexualidade envolve o sexo realizado com sentimentos, sensações e relações, se fazendo necessária uma convivência de respeito e carinho entre os pares (SANTOS et al., 2019).

Embora fisiologicamente o corpo desenvolva limitações devido avançar da idade, havendo uma certa redução nos desejos e atividades sexuais, a idade e o declinar da vida sexual não devem ser exclusivamente ligados. Um estudo realizado com 130 pessoas idosas no ano de 2011 no Piauí, mostrou que mais de 60% da amostra mantinha vida sexual ativa, sendo a maioria do sexo masculino. A viuvez assumiu um dos pontos que mais interferem na redução do desejo sexual entre as mulheres idosas. Relacionado a esse resultado, mesmo com o aumento na expectativa de vida no Brasil, as mulheres possuem uma menor taxa de mortalidade, consequentemente o público de pessoas viúvas é predominantemente feminino (LUZ et al., 2015).

Além dessa, algumas limitações físicas e modificações biopsicossociais adquiridas ao longo dos anos, contribuem no surgimento de fatores que influenciam na expressão da sexualidade entre as pessoas idosas. Dentre os principais, destaca-se: a falta de um parceiro fixo; redução da libido, estando relacionada entre as mulheres com as alterações decorrentes da menopausa; menor lubrificação (SILVA; PELZER; NEUTZLING, 2019) e a disfunção erétil, sendo essa última de incidência 70% relacionada a causas psicológicas e apenas 30% associada a questões fisiológicas. (comportamento sexual). Ainda, o comprometimento por alguma doença ou cirurgia como a prostatectomia nos homens, também pode resultar na perda do desejo sexual (PEIXER et al., 2015).

A satisfação corporal assume um aspecto significante na expressão da sexualidade na terceira idade, os resultados de um estudo realizado no ano de 2012 com 235 idosos inscritos na Universidade Aberta à Terceira Idade da Universidade Federal de Pernambuco, demonstrou o sentimento de insatisfação por parte da amostra estudada, com relação a imagem corporal. O excesso de peso assumiu o foco das queixas, principalmente entre as mulheres, relatando um desagrado com a circunferência da cintura (ALENCAR et al., 2016).

Sendo assim, como objetivo do presente estudo, faz-se necessário compreender também a concepção da sexualidade na terceira idade no ponto de vista dos profissionais de saúde. Uma vez que possuindo o conhecimento adequado ante o assunto, o profissional deve aliar teoria e prática em suas ações quanto a atenção voltada à sexualidade da pessoa idosa. Um estudo feito com 56 enfermeiros da Estratégia Saúde da Família do município de Sobral-CE em 2016, mostrou que os profissionais detêm de um bom conhecimento sobre a sexualidade na velhice, porém ainda possuem atitudes acomodadas e conservadoras, devido ao possível constrangimento, ou por associar suas crenças e construção cultural ao exercício da assistência. Corroborando com os resultados de um estudo internacional, no qual foi evidenciado uma relação inversamente proporcional entre o conhecimento e a atitude dos profissionais de saúde quanto a sexualidade na velhice. Evidenciando a necessidade em implementar estratégias de educação permanente em saúde para todos os profissionais, auxiliando-os na capacitação para melhor abordagem da temática (EVANGELISTA et al., 2019).

Uma vez que pertence ao profissional a parte da responsabilidade de promover saúde por meio da educação adequada e prevenção de agravos, sua percepção perante o assunto “sexualidade na terceira idade” demonstra relevância na saúde nacional, principalmente pelo aumento no índice de ISTs/ HIV na população idosa. Porém, grande maioria relata dificuldade para abordar a questão devido os tabus que cercam o tema, bem como o desconforto por parte dos usuários, principalmente entre os homens idosos. Portanto, consiste numa atitude que não faz parte da rotina de muitos durante as consultas. Sendo preferível para eles utilizar a anamnese e exame físico como estratégias para identificar necessidades sexuais de modo mais sutil. (CUNHA et al., 2015).

Além disso, nota-se que alguns profissionais ainda interpretam a sexualidade de maneira equivocada, havendo certa dificuldade em diferenciá-la do ato sexual. Levando-os a direcionar o cuidado clínico preventivo, apenas às patologias ligadas ao sexo, negligenciando às condições sentimentais, psicossociais e de auto estima do indivíduo assistido. Isso se dá muitas vezes por

influência da bagagem cultural, associada a uma não preparação durante a formação para adicionar a amplitude da sexualidade às dimensões que permeiam a qualidade de vida e saúde do paciente em qualquer faixa etária, principalmente na terceira idade, onde a exposição da temática é comumente negligenciada pelos serviços de saúde (SARAIVA; ROSAS; VALENTE, 2017).

Como exemplo de atuação profissional eficaz com atenção voltada à sexualidade do público idoso, uma pesquisa avaliativa realizada em 2014 com mulheres idosas por meio de círculos de cultura no estado do Paraná, que teve como objetivo analisar as percepções sobre a sexualidade e os respectivos desvelamentos críticos apreendidos durante os momentos. Como resultado, foi visto que o diálogo realizado nesses círculos, foi capaz de proporcionar o desvelamento crítico esperado, bem como o empoderamento dessas mulheres, de modo que as levou a reconhecer a percepção biopsicossocial da sexualidade e compreender suas diferenças sociais e psicológicas, inclusive as diferentes formas de prazer possíveis em qualquer fase da vida (RODRIGUES et al., 2019).

Avaliando as barreiras existentes e considerando a vulnerabilidade do público idoso às ISTs devido à redução fisiológica na eficácia do sistema imunológico, é perceptível a necessidade de uma atenção voltada à sexualidade da pessoa idosa, por parte dos profissionais de saúde a fim de efetivar a educação e saúde, incluindo as práticas de prevenção, considerando que a maioria dos homens idosos resistem ao uso de preservativo por constrangimento; desconhecimento da maneira correta de uso; por pensar que o uso do preservativo irá influenciar na ereção ou por acreditar que sirva apenas para evitar a gravidez, desconhecendo muitas vezes sua fertilidade ainda existente (PEIXER et al., 2015).

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Conclui-se então, a necessidade de uma abordagem ampla do tema da sexualidade na terceira idade pela própria ausência de otimização dos serviços de saúde com a temática em questão, fazendo com que esse assunto não seja inserido dentro da programação da promoção da qualidade de vida. Percebe-se que tratar desse tema com o público idoso, induz um pensar na promoção da saúde de um modo geral, pois a pessoa idosa tem ampla curiosidade e precisa ser questionada quanto a sua saúde sexual, com vistas a funcionalidade e perspectiva de vida.. Artigos analisados refletem sobre a perpetuação da imagem assexuada que é imposta a esse público, a qual muitos acabam reprimir seus sentimentos e emoções, questionamentos e desejos

ao não expressar sua sexualidade, além de se expor a perigos de infecções sexualmente transmissíveis e agravos de humor, por não conversarem sobre o assunto em consultas de saúde.

O envelhecimento não consiste apenas num processo biológico, é sim, um processo de vida amplo do ponto de vista psíquico e social. A sexualidade por sua vez, não deixa de fazer parte da vida do indivíduo com o envelhecer, pelo contrário, representa uma necessidade biopsicossocial. Portanto, é essencial compreender a normalidade das mudanças corporais, sem associá-las à determinantes de qualidade de vida. Cabe aos profissionais que atuam produzindo saúde direta e indiretamente, buscar estratégias humanizadas para ajudar o público idoso a lidar com as limitações, bem como desmistificar os preconceitos sociais associados ao tema. Além de educar e orientar adequadamente os familiares de modo que eles venham servir de suporte para ultrapassar barreiras, auxiliando na superação das dificuldades e inseguranças presentes na vida da pessoa idosa.

## REFERÊNCIAS

1. ALENCAR, D. L. *et al.* Exercício da sexualidade em pessoas idosas e os fatores relacionados. **Artigo Original**, [s. l.], p. 861-869, 2016. Disponível em: <https://search.scielo.org/>. Acesso em: 14 de setembro 2020.
2. CAMBÃO, M. *et al.* QualiSex: estudo da associação entre a qualidade de vida e a sexualidade nos idosos numa população do Porto. **Revista Portuguesa de Medicina Geral e Familiar**, [s. l.], p. 12-20, 2019. Disponível em: <https://search.scielo.org/>. Acesso em: 14 de setembro 2020.
3. CUNHA, L. M. *et al.* Vovó e vovô também amam: sexualidade na terceira idade. **Revista Mineira de Enfermagem**, [s. l.], p. 894-900, 2015. Disponível em: <http://bases.bireme.br/cgi-bin/wxislind.exe/iah/online/?IsisScript=iah/iah.xis&base=LILACS&lang=p&form=A>. Acesso em: 14 de setembro 2020.
4. EVANGELISTA, A. R. *et al.* Sexualidade de idosos: conhecimento/atitude de enfermeiros da Estratégia Saúde da Família. **Revista da escola de enfermagem da USP**, [s. l.], p. 1-8, 2019. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/S1980-220X2018018103482>. Disponível em: <https://search.scielo.org/>. Acesso em: 14 de setembro 2020.
5. GOIS, A. B. *et al.* Percepção do homem idoso em relação a sua sexualidade. **Enfermagem em Foco**, [s. l.], p. 14-18, 2017. Disponível em: <http://bases.bireme.br/cgi-bin/wxislind.exe/iah/online/?IsisScript=iah/iah.xis&base=LILACS&lang=p&form=A>. Acesso em: 14 de setembro 2020.

6. LUZ, A. C. *et al.* Comportamento sexual de idosos assistidos na estratégia saúde da família. **Revista de pesquisa cuidado é fundamental online**, [s. l.], p. 2229-2240, 1 abr. 2015. Disponível em: <http://bases.bireme.br/cgi-bin/wxislind.exe/iah/online/?IsisScript=iah/iah.xis&base=LILACS&lang=p&form=A>. Acesso em: 14 de setembro 2020.
7. PEIXER, T. C. *et al.* Sexualidade na terceira idade: percepção de homens idosos de uma estratégia de saúde da família. **Journal of nursing and health**, [s. l.], p. 131-40, 20 out. 2015. Disponível em: <http://bases.bireme.br/cgi-bin/wxislind.exe/iah/online/?IsisScript=iah/iah.xis&base=BDENF&lang=p&form=F>. Acesso em: 14 de setembro 2020.
8. QUEIROZ, A. M. *et al.* Representações sociais da sexualidade entre idosos. **Revista Brasileira de Enfermagem**, [s. l.], p. 662-667, 2015. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/0034-7167.2015680413i> Disponível em: <https://search.scielo.org/>. Acesso em: 14 de setembro 2020.
9. RODRIGUES, D. M. *et al.* Desvelamento crítico em sexualidade entre idosas como dispositivo de avaliação educativa dialógica. **Revista Baiana de Enfermagem**, [s. l.], p. 1-9, 2 abr. 2019. Disponível em: <http://bases.bireme.br/cgi-bin/wxislind.exe/iah/online/?IsisScript=iah/iah.xis&base=LILACS&lang=p&form=A>. Acesso em: 14 de setembro 2020.
10. SANTOS, A. D. *et al.* Concepção de mulheres idosas sobre a sexualidade na velhice\*. **Revista de enfermagem UFPE on line**, [s. l.], 29 nov. 2019. Disponível em: <http://bases.bireme.br/cgi-bin/wxislind.exe/iah/online/?IsisScript=iah/iah.xis&base=BDENF&lang=p&form=F>. Acesso em: 14 de setembro 2020.
11. SARAIVA, R. J.; ROSAS, A. M.; VALENTE, G. S. A intersubjetividade entre enfermeiros e idosos sobre sexualidade no contexto da consulta de enfermagem. **Revista enfermagem atual**, [s. l.], p. 38-47, 2017. Disponível em: <http://bases.bireme.br/cgi-bin/wxislind.exe/iah/online/?IsisScript=iah/iah.xis&base=BDENF&lang=p&form=F>. Acesso em: 14 de setembro 2020.
12. SILVA, F. G.; PELZER, M. T.; NEUTZLING, B. R. Atitudes das idosas quanto à expressão da sua sexualidade. **Artigo Original**, [s. l.], p. 1-12, 2019. Disponível em: <https://search.scielo.org/>. Acesso em: 14 de setembro 2020.



13. UCHÔA, Y. S. *et al.* A sexualidade sob o olhar da pessoa idosa. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, [s. l.], p. 939-949, 2016. Disponível em: <https://search.scielo.org/>.

Acesso em: 14 de setembro 2020.