

PRÁTICA SEXUAL EM IDOSOS: TABUS E REALIDADE

Graciete Souza Cruz¹; Lorena Silva dos Santos¹; Marcos Henrique Fernandes²; Rafael Pereira²; Claudineia Matos de Araujo³

1 – Discente do Curso de Fisioterapia da Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia

2 - Docente do Programa de Pós Graduação em Enfermagem e Saúde (nível doutorado), Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia/PPGES/UESB, Jequié, Bahia, Brasil.

3 – Discente do Programa de Pós Graduação em Enfermagem e Saúde (nível doutorado), Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia/PPGES/UESB, Jequié, Bahia, Brasil.

INTRODUÇÃO

O processo de envelhecimento é resultado de modificações ocorridas no organismo de forma definitiva e gradativamente progressiva. Desta forma, o processo de envelhecimento traz alterações anatômicas e fisiológicas com impacto diferente em cada ser humano já que vários fatores se agregam a estas modificações (ALMEIDA; LOURENÇO, 2007). Em muitos países a população tem envelhecido de forma rápida e intensa. Estima-se que no ano de 2050 a população brasileira será de 253 milhões de habitantes, se tornando a quinta maior o do planeta em números de idosos. (MIRANDA; MENDES; SILVA, 2016).

Entretanto, existem poucas discussões, do que se refere às questões da prática sexual em idosos. Assim, torna-se necessário que as pessoas idosas reconheçam e aceitem as modificações que ocorrem no organismo e ajustem o seu modo de viver a essa nova realidade (KNIJNIK, 2000). A prática sexual na terceira idade carece de identidade e é permeado por elementos de discursos teóricos e ideológicos fundamentados em antigos legados, muitas vezes oriundos das ciências sociais e da medicina (NERI, 1993).

Ainda que a prática sexual seja um fenômeno indissociável da existência humana e, por conseguinte, se a pessoa idosa existe, é naturalmente um ser sexual, independentemente, da faixa etária a que pertence. Entretanto, discutir sobre a prática sexual na terceira idade tem sido algo negligenciado pelas áreas da saúde, pouco conhecido e compreendido pela sociedade, pelos próprios idosos e pelos profissionais da saúde (STEINKE, 1997).

Inseridos nesse contexto, tanto o homem quanto a mulher continuam a apreciar as relações sexuais durante a terceira idade, porém as alterações que ocorrem, em ambos, podem prejudicar o prazer sexual. Diante disso, e para que não haja prejuízo nas relações afetivas, é necessária uma adaptação às mudanças ocorridas nesta fase da vida (AZEVEDO, 2000).

Nessa perspectiva, a prática sexual, como necessidade humana básica, deve ser considerada nas intervenções junto aos idosos, ainda que muitos profissionais da saúde

tenham dificuldade em tratativas dessa natureza, pois acreditam no estereótipo de que a pessoa idosa não está mais disponível para a intimidade ou não têm potencial para relações íntimas (CAPODIECI, 1996).

Acrescido a essa ideia, os principais fatores que influenciam negativamente a prática sexual do idoso, está o desconhecimento e os aspectos culturalmente proibitivos cultivados a respeito de relações sexuais entre eles. Para muitos, a velhice é vista como um período de assexualidade, e isso faz com que se comportem segundo a expectativa social sendo a libido um sentimento de culpa e vergonha (CASTRO; REIS, 2002).

Dessa forma, não é possível perceber a prática sexual dos idosos sem compreender essas dimensões, uma vez que a idade avançada permite às pessoas vivenciarem o sexo em suas sutilezas, algo enriquecedor da relação humana e que, portanto, pode ser saboreado lentamente, sem regras ou modelos. Isso, porém, não dispensa os profissionais de saúde, no seu papel de educadores, da abordagem de questões de promoção da saúde na velhice, salientando a importância do uso do preservativo na prevenção da infecção pelo HIV/AIDS e/ou outras Infecção Sexualmente Transmissíveis (IST). Aponta-se, ainda, para a necessidade de os cursos da área da saúde oferecer em seus currículos um espaço para discussão sobre a prática sexual do idoso nas dimensões fisiológica, psicológica, emocional e cultural (RIBEIRO, 2005).

Percebe-se, assim, poucas discussões sobre a prática sexual em idosos, o que têm contribuído para a manutenção de estereótipos e, conseqüentemente, para a estagnação das atividades sexuais das pessoas com mais idade. Dessa forma, uma má compreensão da prática sexual e de legítimas manifestações amorosas na terceira idade talvez leve as dificuldades para a superação de tais problemas. Assim, o esclarecimento acerca das informações distorcidas que se difundem em relação à prática sexual da pessoa idosa pode contribuir para a diminuição das crenças e tabus sobre um assunto permeado por preconceitos (RISMAN, 2005).

Neste sentido o estudo terá como questão de pesquisa: quais tabus e realidades existem acerca da prática sexual em idosos? Para responder a estes questionamentos traçamos como objetivo: Analisar as evidências científicas que abordam os tabus e realidades que interferem na prática sexual em idosos.

Considerando ser a invisibilidade da prática sexual na terceira idade, tanto por parte da sociedade quanto dos profissionais de saúde, um entrave para as ações de educação em saúde que possibilitem ao idoso manter atividade sexual de forma prazerosa e segura, acredita-se que pesquisas direcionadas para este objeto de estudo possam ser importantes para a

implementação de políticas de saúde que contribuam para proteger os idosos de IST e/ou para a melhoria do desempenho da prática sexual.

MATERIAL E MÉTODO

Trata-se de um estudo do tipo revisão da literatura, que inclui análise de estudos científicos que darão suporte para a tomada de decisão e a melhoria na prática clínica. Este método de pesquisa permite a síntese de estudos publicados e possibilita conclusões gerais sobre uma particular área de estudo (BENEFIELD, 2011).

Nesse sentido foi elaborada a seguinte questão norteadora: Quais tabus e realidades existem acerca da prática sexual na terceira idade?

Em seguida, foi realizada a busca na literatura nas seguintes bases de dados: Literatura Latino Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e na Biblioteca Virtual da Saúde (BVS) utilizando-se os descritores: Prática sexual AND idosos, idosos AND preconceitos, mitos AND idosos AND prática sexual.

Os critérios de inclusão definidos para a seleção dos artigos foram: artigos publicados no idioma português; disponíveis em texto completo, que respondessem ao objetivo do estudo e com publicação no período de 2013 a 2018. Sobre os critérios de exclusão foram retirados os artigos repetidos, que não contemplassem a pergunta norteadora, além de monografias, dissertações, teses ou outro tipo de documento.

A coleta de dados foi realizada entre julho e setembro de 2018 e reuniu um total de 116 artigos, divididos nas bases de dados LILACS (05) e BVS (03), totalizando 08 artigos lidos detalhadamente por responderem ao objetivo deste estudo.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Neste estudo foram analisados oito artigos, aos quais tem em comum a prática sexual em idosos. Após a organização e interpretação dos resultados obtidos nos artigos, os estudos foram agrupados em eixos temáticos: 1) prática sexual em idosos; 2) Fatores que interferem na prática sexual; 3) Promoção de saúde na população idosa - (informações a respeito do HIV).

1) Prática sexual em idosos

O processo de envelhecimento traz consigo uma gama de alterações, sendo importante garantir qualidade de vida a essa população (CASTRO et al, 2013). Alguns

estudos agrupados nessa temática indicam que qualidade de vida diz respeito ao indivíduo como um todo, não tendo apenas enfoque na doença, mas deve também abranger outras dimensões, como a prática sexual (CUNHA et al, 2015; ROZENDO, 2015). No entanto, o tema ainda é permeado de tabus e preconceitos, levando a população idosa a ser vista como seres assexuados, como se o passar dos anos lhe trouxessem incapacidade nesse aspecto do desenvolvimento humano (VIERA et al, 2012).

De acordo, Rozendo (2015), mudanças no corpo são inevitáveis com o envelhecimento, porém, não necessariamente afetam a satisfação sexual do homem, ou da mulher, mencionando ainda que o desejo existe enquanto há vida e pode ser descoberto, ou redescoberto e vivenciado em qualquer idade.

A prática sexual não está ligada somente a genitalidade, existe também uma afetividade, como beijos, abraços, carinho e conversas sendo estas manifestações que podem promover prazer e bem estar, não sendo apenas a atividade sexual que os faz vivenciar a e exercer sua sexualidade (CASTRO et al, 2013).

Diante do preconceito ainda existente ao se tratar da prática sexual na população idosa, alguns autores trazem a importância do profissional de saúde no que diz respeito à percepção, compreensão e mesmo implementação de ações no intuito de ajudar os idosos a compreender e vivenciar a prática sexual da melhor maneira possível, tendo em vista as alterações que ocorrem devido ao processo de envelhecimento (CUNHA et al, 2013; CASTRO et al, 2013).

2) Fatores que interferem na prática sexual

O processo de envelhecimento enquanto etapa de vida ainda é visto como sinônimo de incapacidades, entre essas a prática sexual está inserida. Sendo a população idosa erroneamente dita como desprovida de prazeres sexuais (CASTRO et al, 2013).

Diversos são os fatores que interferem na prática sexual da população idosa, entre eles estão: ausência do parceiro devido à morte, *ocorrência de doenças, uso de medicamentos bem como mudanças na fisiologia sexual. Além de fatores sociais e culturais (ALENCAR et al, 2014).*

De acordo com Vieira et al (2012), além dos fatores mencionados acima, as experiências de vida prévias e relativas, em especial a qualidade da relação sexual e conjugal desencadeada ao longo da vida, podem interferir na relação. Indo além, ele ainda aborda que algumas mulheres idosas podem rejeitar as atividades sexuais em

virtude de ao longo de suas vidas, não terem sido estimuladas de forma satisfatória por seu parceiro, tendo praticado sexo de forma mecânica e não prazerosa, não atingindo, muitas vezes, o orgasmo.

No que diz respeito ao aspecto social, os idosos ainda são vítimas de preconceito quando se fala sobre a prática sexual, visto que tal prática está voltada para a população mais jovem, e com receio do julgamento, os idosos passam a adotar uma postura discreta reprimindo atitudes e desejos sexuais, podendo ocasionar comprometimento na qualidade de vida (VIEIRA et al, 2014; VIEIRA et al, 2012).

Desta forma, apesar dos fatores que podem interferir na prática sexual, o indivíduo idoso tem direito a qualidade de vida, o que inclui a prática sexual. E relatam ainda que é necessária a atuação do profissional na desmistificação de tabus, promovendo orientações a essa população (CASTRO et al, 2013; ALENCAR et al, 2014).

3) Promoção de saúde na população idosa - (informação a respeito do HIV).

A infecção pelo vírus HIV refere-se a um fenômeno dinâmico e instável, sendo dependente do comportamento individual e coletivo. Um dos maiores focos relacionados à epidemia da AIDS é o critério vulnerabilidade, estando os idosos entre eles (SILVA et al, 2013). Porém estudos a respeito do conhecimento do HIV na terceira idade, discute-se que idosos não se enxergam como vulneráveis, atribuindo essa possibilidade aos jovens (BITTENCOURT et al, 2015).

De acordo com Bittencourt et al (2015), essa percepção pode estar relacionada ao fato dos serviços de saúde ainda serem escassos quanto a prática sexual na terceira idade e as doenças sexualmente transmissíveis. Partindo do conceito que todo ser humano tem direito a qualidade de vida e que a prática sexual contribui de forma positiva, torna-se necessário que tal prática ocorra de forma segura, sendo usados métodos contraceptivos, no intuito de prevenção, cuidado e atenção à saúde (BRITO et al, 2016).

Nesse sentido, torna-se importante o desenvolvimento de ações que visem à prevenção e assistência direcionada a terceira idade, visto que a prática sexual nessa fase é ainda permeada de tabus (SILVA et al, 2013), além da necessidade de campanhas que abordem a temática, ou mesmo durante consultas de rotina em atendimento aos idosos, proporcionando a prevenção de riscos e agravos à saúde (BITTENCOURT et al, 2015; SILVA et al, 2013).

CONCLUSÕES

O estudo retratou que o envelhecimento humano traz alterações anatômicas e fisiológicas com impacto diferente em cada indivíduo, abordando ainda um cuidado integral, visando a qualidade de vida relacionado a prática sexual.

No entanto, foi observado que ainda é um tema pouco discutido tanto em pesquisas como na prática clínica, visto que é permeado de tabus e preconceitos quando tratados na população idosa, sendo vistos como seres desprovidos de desejo sexual, como se o passar dos anos lhe trouxesse incapacidade nessa esfera do desenvolvimento humano. Para tanto, é necessário à atuação do profissional na desmistificação dos tabus, no intuito de promover orientações a essa população. Nesse sentido, evidencia-se a importância de ações voltadas a essa temática visando assistência direcionada a terceira idade.

Diante do exposto, sugerem-se ações de saúde voltadas a essa temática visando assistência direcionada a terceira idade, a fim de garantir um cuidado integral e a compreensão das alterações no processo de envelhecimento vivenciando a prática sexual.

REFERÊNCIAS

ALENCAR, Danielle Lopes; MARQUES, Ana Paula de Oliveira; LEAL, Márcia Carrera Campos; VIEIRA, Júlia de Cássia Miguel. **Fatores que interferem na sexualidade de idosos: uma revisão integrativa.** *Ciência & Saúde Coletiva*, 19(8):3533-3542, 2014.

ALMEIDA, T.; LOURENÇO, M. L. Envelhecimento, amor e prática sexual: utopia ou realidade?. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, Rio de Janeiro, v. 10, n. 1, p. 101-113, jan./abr. 2007.

BENEFIELD, L. E. Implementing evidence-based practice in home care. **Home Healthc Nurse**, v. 21, n. 12, p. 804-11, Dez. 2011.

BITTENCOURT, Greicy Kelly Gouveia Dias; MOREIRA, Maria Adelaide Silva Paredes; MEIRA, Lindiane Constância da Silva; NÓBREGA Maria Miriam Lima; NOGUEIRA, Jordana Almeida; SILVA, Antonia Oliveira. **Concepções de idosos sobre vulnerabilidade ao HIV/Aids para construção de diagnósticos de enfermagem.** *Rev Bras Enferm.* 2015.

BRITO, Nívea Maria Izidro; ANDRADE, Smalyanna Sgren da Costa; SILVA, Fernanda Maria Chianca; FERNANDES, Marta Regina Chaves Camilo; BRITO, Karen Krystine Gonçalves; OLIVEIRA, Simone Helena dos Santos. **Idosos, infecções sexualmente**

transmissíveis e aids: conhecimentos e percepção de risco. ABCS Health Sci.; 41(3):140-145, 2016.

CASTRO, Susane de Fátima Ferreira; NASCIMENTO, Bárbara Gomes; SOARES, Sabrina Dayana; JÚNIOR, Francisco de Oliveira Barros; SOUSA, Cristina Maria Miranda; LAGo, Eliana Campêlo. **Sexualidade na terceira idade - a percepção do enfermeiro da estratégia saúde da família.** Rev enferm UFPE on line., Recife, 7(10):5907-14, out., 2013.

CUNHA, Luana Miranda; MOTA, Wellhington Silva; GOMES, Samara Calixto; FILHO, Moacir Andrade Ribeiro; BEZERRA, Italla Maria Pinheiro; MACHADO, Maria de Fatima Antero Sousa; QUIRINO, Glauberto da Silva. **Vovó e vovô também amam: sexualidade na terceira idade.** Rev Min Enferm. 19(4): 894-900, 2015.

MIRANDA, C. M. D; MENDES, A. C. G; SILVA, A. L. A. **O envelhecimento populacional brasileiro: Desafios e consequências sociais atuais e futuras.** Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia. Rio de Janeiro. v. 19, n.3, p. 507- 519. 2016.

NÉRI, A. L. (Org.). **Qualidade de vida e idade madura.** São Paulo: Papyrus, 1993.

RIBEIRO, A. Prática sexual na Terceira Idade. In.: NETTO, M. P. & cols. Gerontologia. **A velhice e o envelhecimento em visão globalizada.** São Paulo: Ateneu, 2005.

RISMAN, A. Prática sexual e terceira idade: uma visão histórico-cultural. **Textos sobre Envelhecimento,** Rio de Janeiro, v. 8, n. 1, 2005.

ROZENDO, Adriano da Silva; ALVES, Juliana Medeiros. **Sexualidade na terceira idade: tabus e realidade.** *Revista Kairós Gerontologia*, 18(3), pp. 95-107. ISSN 1516-2567. ISSN e 2176-901X. São Paulo (SP), 2015.

SILVA, Marcella Monteiro; VASCONCELOS, Ana Lúcia Ribeiro; RIBEIRO, Leila Karina de Novaes P. **Caracterização epidemiológica dos casos de AIDS em pessoas com 60 anos ou mais, Pernambuco, Brasil, 1998 a 2008.** Cad. Saúde Pública, Rio de Janeiro, 29(10):2131-2135, out, 2013.

VIEIRA, Kay Francis Leal; MIRANDA, Rosane de Sousa; COUTINHO, Maria da Penha de Lima. **Sexualidade na velhice: um estudo de representações sociais.** Psicologia e Saber Social, 1(1), 120-128, 2012.

VIEIRA, Sara; HASSAMO, Vanessa; BRANCO, Vera; VILELAS, José. **A vivência da sexualidade saudável nos idosos: O contributo do enfermeiro.** Revista de ciência da saúde da ESSCVP vol. 6 Julho, 2014.