

SEXUALIDADE: NARRATIVA DE MULHERES IDOSAS RESIDENTES EM RECIFE/PE

Virginia Lucia Costa Neves ¹
Silvana Maria Macêdo Uchôa ²
Cristina Maria de Souza Brito Dias ³

RESUMO

Este estudo teve como objetivo geral compreender as percepções acerca da sexualidade de mulheres idosas residentes em Recife/PE. Especificamente almejou-se: distinguir os significados relativos ao ato sexual e à sexualidade; saber se houve mudanças na esfera sexual relacionadas à idade; e, identificar a existência de mitos ou preconceitos ligados à sexualidade. A base teórica utilizada foi Teoria de Seleção, Otimização e Compensação (Teoria SOC), que tem como fundamento a perspectiva *Lifespan*. Participaram cinco mulheres na faixa etária entre 60 a 75 anos. Os instrumentos utilizados foram: um questionário sociodemográfico e uma entrevista com roteiro. Os resultados das entrevistas foram analisados pela Técnica de Análise de Conteúdo Temático. Os principais resultados obtidos evidenciaram que: 1) as percepções sobre sexualidade não se restringiram à genitalidade, envolvendo uma dimensão mais sensorial permeada de carinho, encantamento e trocas, havendo mais seletividade na escolha dos parceiros; 2) na atualidade, houve mudanças na esfera sexual compatíveis com as escolhas e a realidade de vida; 3) os mitos e preconceitos apareceram em relação ao próprio status e no contexto da conjugalidade. Diante disso, conclui-se pelo reconhecimento de que a sexualidade é uma dimensão importante na velhice e que se expressa de diferentes formas. Espera-se contribuir na ampliação das informações e estudos sobre a sexualidade; auxiliar na desconstrução de preconceitos que têm acompanhado a velhice no contexto social.

Palavras-chave: Sexualidade. Ato sexual. Velhice. Preconceito/Ageísmo.

INTRODUÇÃO

As mulheres representam a maioria da população idosa em todos os continentes do globo. No Brasil, a expectativa de vida dos brasileiros vem aumentando e alcançando uma média ao nascer de 76,3 anos. Entretanto, para as mulheres, estima-se uma longevidade de 79,9 anos, enquanto para os homens é de 72,8 anos, apesar destes valores oscilarem diante das diferenças regionais (REIS; BARBOSA; PIMENTEL, 2016).

A velhice é uma manifestação heterogênea, não se podendo determinar a dimensão

¹ Mestranda em Psicologia Clínica da Universidade Católica de Pernambuco, virginianeves.5@gmail.com;

² Graduanda em Psicologia Clínica da Universidade Católica de Pernambuco, silvanammu@gmail.com;

³ Prof. Dra. em Psicologia Clínica da Universidade Católica de Pernambuco, cristina.msbd@gmail.com;

deste fenômeno, carecendo, portanto, apontar determinantes significativos durante o curso de vida deste grupo populacional (MAXIMIANO-BARRETO et al., 2019). E, no que tange as mulheres brasileiras, vale ressaltar que durante seu percurso de vida enfrentam desigualdades e desvantagens, tanto nos ambientes familiares, como nos profissionais (UCHÔA et al. 2016).

Conquanto esteja associada a um período de desvantagens, de doença e limitações, no qual se caminha para a finitude, a pessoa idosa continua possuidora de suas vontades, desejos, pensamentos e sensações, que não desaparecem porque ela envelheceu (FALCÃO, 2016). E neste âmbito, a sexualidade é considerada prognóstico de qualidade de vida (SILVA; RODRIGUES; GONÇALVES, 2020).

Viver por mais tempo só incorpora valor à vida se houver qualidade. Apesar de ser o derradeiro estágio da existência humana, à velhice pode-se agregar maior liberdade de tempo para cuidar do outro e se cuidar, participar de atividades de lazer, sociais e educativas; novas oportunidades de conviver com filhos e netos; possibilidades de reencontrar amigos; permitir-se novos afetos e menos compromissos (FRUETT, 2015).

A sexualidade é compreendida como “experiência”, não é um fenômeno estático e definitivo, resulta da história, da cultura e da subjetividade, tendo uma multiplicidade de modos de externar e vivenciar o prazer (FOUCAULT, 1998). Assim sendo, é multidimensional e complexa. Pode ser demonstrada a partir da influência mútua e manifesta-se nas relações sociais por meio da corporeidade que permeia a vida humana. Desta forma, a sexualidade pode ser distinguida do sexo, uma vez que ele representa apenas um dos modos de expressar o amor humano (OLIVEIRA, 2019; SILVA; RODRIGUES; GONÇALVES, 2020; UCHÔA et al. 2016).

O corpo e a sexualidade das pessoas idosas, vistos pelas lentes sociais, são demarcados por imagens e papéis, ditados pelos parâmetros culturais, econômicos e políticos que revelam uma gradação de configurações comportamentais sobre a sexualidade, incluindo a sexual (DANTAS et al., 2017; OLIVEIRA, 2019). Neste cenário a sexualidade traz na bagagem cultural e social mitos e preconceitos, ainda bastante arraigados (OLIVEIRA; VIEIRA, 2018).

Muitos fatores interferem nos envolvimento e nas expressões afetivas entre idosos. Preconceitos, negação da sexualidade e julgamentos inapropriados, ainda estão vigorosamente presentes e são mais resistentes no seio familiar (OLIVEIRA et al., 2016). Os mitos e os preconceitos, com relação a sexualidade afetam de forma mais incisiva as

mulheres idosas, fazendo com que, muitas vezes, essas mulheres fiquem intimidadas para usufruir de sua vida de forma plena. Isto acontece, especialmente, em virtude das alterações fisiológicas causadas pelo envelhecimento, pelas características do próprio indivíduo, pelas normas religiosas e repressões familiares que vão reforçar este estigma social (CAPODIECI, 2000; CREMA; DETILIO, 2017; OKUNO et al., 2014).

Outro fator importante, em relação a mitos e preconceitos que circundam a sexualidade da pessoa idosa está atrelada a ideia de desinteresse sexual, acarretando uma precariedade na educação e promoção em saúde, bem como das campanhas de prevenção das Infecções Sexualmente Transmissíveis (IST) e da Síndrome da Imunodeficiência Adquirida (SIDA) nessa população, mostrando quão tênue é a compreensão acerca da sexualidade dos idosos (ALENCAR et al, 2014; MASCHIO et al, 2011; SOUZA; MELO; SANTIAGO, 2010).

O referencial teórico fundamentou-se em dois estudos do psicólogo alemão Paul B. Baltes (1939 - 2006). Um, sobre padrões evolutivos e plasticidade do desempenho cognitivo que caracterizou o envelhecimento numa perspectiva de desenvolvimento psicológico ao longo de toda a vida (*lifespan*), no qual adota conceitos de plasticidade e capacidade de resiliência (FONTES; NERI, 2015; SCORALICK-LEMPKE; BARBOSA 2012). Outro, no modelo teórico da Teoria de Seleção, Otimização e Compensação (Teoria SOC), proposta na década de 1980, segundo a qual “os ganhos e as perdas evolutivas são resultantes da interação entre recursos da pessoa com os recursos do ambiente, em um regime de interdependência” (NERI, 2006, p. 21)

Na perspectiva *Lifespan* o desenvolvimento ocorre a partir do que o indivíduo é e dos aspectos comuns para os membros de determinado grupo social, num processo contínuo, multidimensional e multidirecional que sofre várias influências. As influências se dividem em normativas e não normativas. As normativas podem ser ontogênicas (mais homogêneas entre os sujeitos, graduadas pela idade e fase da vida) e históricas (previsíveis e estão associadas a um caráter universal de ocorrência, mudanças biossociais); as não normativas não são previsíveis (eventos pessoais não esperados, doenças graves, perdas precoces ou ganhos inesperados) (BALTES; REESE; LIPSITT, 1980; LIMA; COELHO, 2011; NERI, 2006).

O envelhecimento bem-sucedido, na perspectiva *Lifespan*, baseia-se no processo de adaptação, que vai moldando ativamente a sequência dos acontecimentos, desde os primeiros anos de vida, e segue em um contínuo (FREIRE; RESENDE; RABELO, 2012).

A proposição da Teoria SOC, argumenta que os ganhos e as perdas evolutivas são resultantes da interação entre recursos da pessoa com os recursos do ambiente, em um regime de interdependência” (NERI, 2006, p. 21).

O modelo teórico SOC, evidencia às estratégias de enfrentamento utilizadas ao longo da vida, para suportar as transformações físicas, mentais e sociais, especialmente, aquelas que vão da fase adulta até a finitude (FREIRE; RESENDE; RABELO, 2012). Tem como objetivos descrever o desenvolvimento do indivíduo como um todo (infância à velhice) e estabelecer o manejo entre as mudanças internas e externas, com base nos recursos físicos, psicológicos e sociais da pessoa, de modo a maximização dos ganhos e minimização das perdas (NERI, 2006; SCHULZ; HECKHAUSEN, 1996).

Nesta visão, a velhice bem-sucedida ocorre na manutenção de competências, em diversos domínios de funcionamento, na administração de oportunidades (selecionados e otimizados) e no gerenciamento das perdas (compensação), respeitando os limites de plasticidade e as condições do indivíduo, numa readaptação proporcional ao surgimento de restrições. Entretanto, a descoberta de novos domínios ou a transformação dos já existentes podem gerar respostas satisfatórias (SCHULZ; HECKHAUSEN, 1996; SCORALICK-LEMPKE; BARBOSA, 2012).

Este estudo é um recorte da dissertação de mestrado intitulada “Sexualidade: (re)descobrimos possibilidades na(s) velhice(s)”. Neste formato, baseou-se nas narrativas das participantes do sexo feminino e teve como objetivo geral compreender as percepções acerca da sexualidade de mulheres idosas residentes em Recife/PE. Especificamente almejou-se: distinguir os significados relativos ao ato sexual e à sexualidade; saber se houve mudanças na esfera sexual relacionadas à idade; e, identificar a existência de mitos ou preconceitos ligados à sexualidade.

METODOLOGIA

Tratou-se de um estudo de caráter qualitativo, descritivo e transversal que permitiu explorar os valores subjetivos, relativos à sexualidade, dentro de um grupo social específico, realizado numa Instituição de Ensino Superior, na região central da cidade de Recife/PE, na qual ocorrem eventos mensais dedicados às pessoas idosas e foi financiada pelos autores.

A amostra foi intencional, formada por cinco mulheres idosas, entre aquelas que vivenciavam problemas semelhantes, por estarem na mesma fase de vida. Os critérios de

inclusão foram: ter entre 60 e 75 anos, considerando a primeira fase da velhice entre 60 e 74 anos (velhos-jovens) e o início da segunda fase (velhos-velhos, entre 75 e 84 anos) (PAPALIA, OLDS, FELDMAN, 2006); ter frequentado o programa mensal supracitado, espaço de lazer e debates acerca do envelhecimento e velhice, no qual a sexualidade foi tema recorrente; estar apta cognitivamente e disponível para participar e responder a pesquisa. Não foram controlados: estado civil, condição socioeconômica, profissão escolaridade e religião.

Os instrumentos utilizados para coleta de dados foram: um questionário sociodemográfico composto por perguntas relativas a: nome, idade, estado civil, número de filhos, religião, escolaridade, renda familiar e lazer principal; um roteiro de entrevista semiestruturada com sete questões elaboradas pela pesquisadora, com foco nos objetivos da pesquisa, sobre as quais a participante discorria com liberdade de resposta.

O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa, sob o CAAE nº 073228919.9.0000.5206. As mulheres foram convidadas a participar da pesquisa, pela pesquisadora e informadas sobre o objetivo da pesquisa, o caráter sigiloso com que os dados seriam tratados, a garantia do anonimato e sobre a gravação para posterior digitação das informações. Com as cinco mulheres que aceitaram participar foi agendado um dia e horário num espaço de atendimento psicológico dentro da instituição.

Conforme o acordado, a entrevista teve início após a assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido – TCLE e deu-se início a gravação da entrevista.

Os dados coletados nas entrevistas foram analisados pela Técnica de Análise de Conteúdo, considerada a forma usual e abrangente de representar os dados no campo da investigação social qualitativa constituída por procedimentos sistemáticos, num conjunto de técnicas que objetivam o conteúdo das comunicações (BARDIN, 2011; MINAYO, 2014).

A pesquisa qualitativa viabiliza os dados para se chegar à compreensão das relações entre os atores sociais e as situações (CÂMARA, 2013). Fato este, corroborado por Minayo (2014) quanto a potencialidade deste método estudar as relações, as representações, as crenças, as percepções e as opiniões, como resultado das interpretações pessoais e das vivências, além de registrar seus legados. O que é respaldado por Turato (2005) quando se refere ao método como um modelo de entendimento invisível ao olhar comum, proporcionando uma compreensão profunda das ligações entre os elementos.

Esta abordagem se caracteriza por três etapas, as quais foram obedecidas. Inicialmente foi feita a pré-análise (fase da organização) objetivando o conhecimento e a

organização dos conteúdos. Seguiu-se a exploração do material (busca das categorias) fase mais longa, em que se intenta reduzir textos em palavras, ou expressões significativas. Finalmente, o tratamento dos resultados (inferência e interpretação), interligando com o quadro teórico que subsidiou a pesquisa ou abriu novas perspectivas teóricas de interpretação (BARDIN, 2011; MINAYO, 2014).

Os entrelaçamentos do conjunto de etapas podem ser visualizados numa composição das intenções e ações da análise de conteúdo, conforme demonstrado no Quadro 1.

Quadro 1 - Análise de Conteúdo, conjunto das etapas

ETAPAS	INTENÇÕES	AÇÕES
1ª etapa Pré-análise	<ul style="list-style-type: none"> • Resgatar o objeto e os objetivos da pesquisa. • Iniciar a escolha dos documentos. • Definir indicadores para a análise: definição das unidades de registro; – palavras-chave ou frases; e de unidades de contexto (se necessário). 	<ul style="list-style-type: none"> • Leitura flutuante: primeiro contato com os textos, captando o conteúdo de forma genérica, sem grandes preocupações técnicas. • Estruturar o corpus: seguir normas de validade: <ol style="list-style-type: none"> 1. Exaustividade – dominar o roteiro; 2. Representatividade – acercar-se do universo pretendido; 3. Homogeneidade – dar coerência interna aos conteúdos técnicos e aos interlocutores; 4. Pertinência – adequar o objeto e o objetivo do estudo.
2ª etapa Exploração do material	<ul style="list-style-type: none"> • Citar os índices de elaboração de indicadores - recortes de texto e categorizações. • Preparar e explorar o material – alinhamento. 	<ul style="list-style-type: none"> • Seccionar o texto em unidades/categorias – inventariar (isolamento dos elementos). • Reagrupar por categorias para análise posterior – classificação (organização das mensagens a partir dos elementos repartidos).
3ª etapa Tratamentos dos dados e interpretação	<ul style="list-style-type: none"> • Interpretar dos dados brutos (falantes). • Organizar quadros de resultados, pondo em relevo as informações fornecidas pelas análises. 	<ul style="list-style-type: none"> • Inferir com uma abordagem variante/qualitativa, trabalhando com significações em lugar de inferências estatísticas.

Fonte: Souza, Melo e Santiago, 2010.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Todas as participantes tinham independência e autonomia, cognição preservada e frequentavam regularmente eventos oferecidos para esta faixa etária. Entre elas, três moravamsozinhas, três desenvolviam atividades intelectuais e duas atividades beneficentes. Uma vivia com o esposo e duas referiram ter companheiros. Apenas uma não tinha filhos. O quadro 2 traz alguns aspectos sociodemográficos que caracterizam as participantes.

Quadro 2 – Caracterização dos participantes

Participantes Idade	Estado civil	Filhos	Religião	Escolaridade	Renda em Sal.Mínimo	Lazer principal
Participante 1 60	Viúva	Sem filhos	Católica	Superior completo	12 S.M.	Viajar Dançar
Participante 2 63	Solteira	1 (1M)	Espírita	Superior completo	15 S.M.	Viajar Dançar
Participante 3 69	Solteira	4 (4H)	Católica	Médio completo	4 S.M.	Voluntariado Artesanato
Participante 4 75	Casada	3 (2H/1M)	Católica	Médio incompleto	4 S.M.	Costurar Ir à missa
Participante 5 75	Divorciada	3 (3H)	Espírita	Superior completo	3 S.M.	Ler Caminhar

A partir das análises das entrevistas foram ordenadas três categorias temáticas para atender os objetivos e permitir a discussão sobre os significados relativos ao sexo e à sexualidade; as mudanças na esfera sexual relacionadas à idade; os mitos e preconceitos ligados à sexualidade.

As interpretações seguiram os pressupostos da perspectiva *Lifespan* e da Teoria SOC considerando o percurso da sexualidade ao longo da vida e as estratégias de compensação utilizadas nesta fase. As mudanças inevitáveis ao tempo vivido se alicerçam no contexto social de cada indivíduo, que guarda as informações transmitidas pela ciência, embora incorpore inverdades decorrentes de mitos e preconceitos transmitidos culturalmente.

Significados relativos ao sexo e à sexualidade

Os dados obtidos nesta categoria evidenciaram diferentes significados acerca do sexo e da sexualidade e apontaram que todas as participantes nestes contextos etários ampliaram o olhar em torno da sexualidade, atribuindo ao sexo uma ação ligada à genitalidade. Nominaram uma extensão dos significados pela desobrigação do sexo como ato, para a vivência da sexualidade, ainda que, essa compreensão não seja plenamente percebida (Participante 4). Entretanto, três (Participante 1, 2 e 3) expressam fronteiras bem definidas em relação aos termos e aos sentimentos. O carinho, a proximidade, as demonstrações de afeto apareceram na narrativa da Participante 4 e 5 (ambas com 75 anos) como atitudes suficientes e compensadoras, ainda que na ausência de sexo, mas denotaram acontecer em decorrência da relação afetiva desenvolvida ao longo da vida. Para a Participante 4 a vivência da dimensão sexual, atividade sexual, estava relacionada as pessoas jovens e na sua perspectiva a simples demonstração de carinho substituiria o desejo levando-o para uma

esfera mais subjetiva e sensitiva. Assim, a sexualidade aparece ocupando uma dimensão subjetiva singular, compatível com a realidade de cada contexto, nos quais foram vivenciadas, como descrito a seguir:

“... O sexo vinha muito misturado com a sexualidade e não sabia definir... não tinha concepção entre sexualidade e sexo... Hoje estar junto pode ser, extremamente interessante, um ato de sexualidade maravilhoso e não obrigatoriamente uma relação sexual” (Participante 1, 60 anos).

“... sexo é só o ato... sexualidade é carinho, trocas, afeto... Não muda nada com a idade, agora precisa ser com a pessoa certa... Hoje, nem sempre o objetivo é a prática sexual, precisa do carinho” (Participante 2, 63 anos).

“... o ato sexual em si é muito banal pra mim, pode fazer o sexo por fazer... sexualidade é uma coisa que está em você... Dizem que com o tempo, tudo é que nem arroz com feijão, mas não é assim, cada vez tinha que ser mais bonito, porque você conhece mais a pessoa, né... tinha que se tratar mais de um ato de amor” (Participante 3, 69 anos).

“... o sexo, especialmente para o jovem, é necessário, é uma coisa prazerosa, muito boa... meu marido foi meu primeiro namorado estamos juntos há 57 anos... hoje, eu queria que ele, já que não tem mais ereção, me fizesse um carinho, um cheiro, um abraço, um agrado... hoje ele é arisco” (Participante 4, 75 anos).

“... sexo é um atributo dos seres animais racionais e irracionais... sexualidade é o enamorar-se, já é uma expressão... Quando ouve a voz da criatura o coração dispara... se aplica às pessoas, dependendo de como viveram (Participante 5, 75 anos).

Sexo e sexualidade são termos que se sobrepõem na sociedade. São temas ignorados ou pouco discutidos, apesar da sexualidade ser um aspecto essencial para os seres humanos e sua manifestação fazer parte de uma dinâmica natural, conforme Gomes et al. (2018). A principal fonte de informações sobre sexo e sexualidade da atual geração de idosos, na maioria das vezes, foram obtidas através dos amigos ou da prática pessoal (UCHÔA et al.

2016).

Nesta etapa da vida, a sexualidade se faz presente, entre expressões e sentimentos, que não estão ligados à idade, tende a adquirir amplitude de percepção, ultrapassando corporeidade, como argumentam Oliveira e Vieira (2018). Manifestam-se de forma singular e não se limitam à genitalidade, corroborando com Araújo (2015) e Rozendo e Alves (2015).

No que se refere às estratégias utilizadas para maximizar ganhos (resultados desejados) e minimizar perdas (resultados indesejáveis) em relação à sexualidade, as influências normativas graduadas pela idade, referidas pela Teoria *Lifespan* pontuam a plasticidade ao lidar com situações novas e a Teoria SOC na seleção e otimização dos recursos em busca de compensação (BALTES et al., 1980; FREIRE; RESENDE; RABELO, 2012).

O componente sexual associa-se às expressões emocionais nos longevos e a qualidade de vida tem relação com o bem-estar percebido, envolve comunicação sensibilidade e criatividade (CAPODIECI, 2000). No que Gomes et al. (2018) corroboram e acrescentam dizendo que a sexualidade se expressa afetivamente e o desejo se reinventa, para expressar alegria por estar vivo.

Mudanças na esfera sexual relacionadas à idade

As narrativas, deste tópico, circunscreveram as vivências do grupo estudado e ressaltaram o modo particular de se comunicar e expressar sentimentos e necessidades, além de externalizar as mudanças que foram introjetadas.

Diante da ausência de reciprocidade afetiva, negadas pelo esposo às tentativas de aproximação e demonstrações de carinho, os sentimentos expressados pela Participante 4 revelaram sua frustração, fazendo com que esta energia “sexualidade” fosse redirecionada na direção de trabalhos voltados para os filhos e os netos, para manter-se ativa e compensada. Da mesma forma, o fato de não compartilhar uma sexualidade afetuosa e íntima com outra pessoa, a Participante 5, também redirecionou suas energias no envolvimento de ocupações positivas, doando seu tempo em trabalhos altruístas, recriando suas expressões emocionais no contato com as pessoas.

A situação de viuvez pode representar inumeráveis mudanças na vida da mulher idosa, que perpassam pelas esferas físicas, emocionais e sociais. A narrativa da Participante 1 trouxe sua satisfação ao redescobrir uma nova parceria amorosa, com quem estabeleceu uma

relação, com mais prazer físico e emocional, quando comparada aos anos anteriores à viuvez, ao contrário de muitas mulheres que, vivenciando este *status* social, escolhem se manter sozinhas. Por outro lado, a Participante 2, apesar de não ter companheiro se permite desfrutar a vida, enquanto espera o homem dos seus sonhos, numa exposição clara de que os desejos relativos à sexualidade acompanham a pessoa em todos os ciclos da vida. Já a Participante 3 revelou que não se privou da ausência de parceiro para sentir prazer sexual, selecionou, otimizou e compensou a falta com um dispositivo mecânico, visto não ter encontrado uma pessoa que considerasse adequada para si, como descrito nos relatos a seguir:

“... quando você tem um parceiro criativo, que também gosta das mesmas coisas que você, ele sabe como despertar em você determinadas coisas. Comparando meus últimos anos de casada, eu tinha menos vida sexual do que tenho atualmente” (Participante 1, 60 anos).

“... a única coisa que tenho hoje são amigas, mas vida amorosa não tenho... Adoro dançar e toda noite estou dançando nos bailes, mas eu danço comigo. Fico a noite toda sozinha ao lado da mesa... algumas vezes danço com uns senhores... Eu tenho um sonho... encontrar um parceiro, um homem honrado, honesto, que não seja ciumento, acima de tudo livre” (Participante 2, 63 anos).

“... me dei conta que não estava encontrando um parceiro como eu queria, comecei a praticar o sexo com um vibrador e me dei bem, bem mesmo... Eu me amo e não vou pegar qualquer um... Acho que tô ficando meio doida, de tanto fazer sozinha” (Participante 3, 69 anos).

“... como eu tive ele muito presente, nesse sentido, aí é que eu sinto falta... Quando vou fazer um carinho ele diz que tá doendo aqui, uma dor não sei aonde, ah!... como quem está fugindo... Meu marido tem 84 anos... Tem tantas pessoas com mais idade e sexualmente está ativo, na medida do possível... Hoje eu me ocupo com a casa, meus netos e costuro algumas coisas para minhas filhas” (Participante 4, 75 anos).

“... Eu não tenho parceiro amoroso... No meu pensamento, tenho tanta ocupação, me envolvo com tanta coisa... O fato de morar só, a coisa pode degradingolar, pra outra

coisa bem diferente... vai ficando depressiva, enjoada e a minha tendência, para estar com os outros, sempre foi muito grande... eu faço disso toda a ocupação do meu tempo, do emocional e não dou lugar para minhas expressões individuais” (Participante 5, 75 anos).

As participantes expressaram adequações dentro das suas realidades, exibindo a plasticidade comportamental amparada pela perspectiva *Lifespan*, além de demonstrarem as estratégias de seleção, otimização e compensação, compatíveis com a Teoria SOC. Na velhice, este aporte estimula a alocação de recursos internos e externos na administração das perdas e ganhos, diante das restrições advindas do tempo vivido e do ambiente, visando compensação.

A seletividade acontece em paralelo à diversidade conhecida ou experienciada, enquanto a primeira aumenta ao longo da vida, a segunda diminui gradativamente (SCHULZ; HECKHAUSEN, 1996). Em contrapartida, na velhice a seletividade emocional tende a aumentar devido a diminuição normativa dos níveis de alerta e da intensidade emocional das respostas, que, neste aspecto, passa a ser compatível com o instrumental biopsíquico das pessoas (NERI, 2006).

Numa velhice saudável, a liberdade dos compromissos laborais pode apresentar-se como oportunidades para aquisição de conhecimento e o engajamento em movimentos sociais, espirituais, ou de lazer (PONCIANO et al. 2019). Neste sentido, as atividades promovem a manutenção das habilidades cognitivas e favorecem a socialização. (SCORALICK-LEMPRE; BARBOSA 2012).

Mitos e preconceitos ligados à sexualidade

Este cenário apresentou algumas das dificuldades enfrentadas pelos idosos. A narrativa da Participante 3 evidenciou o mito da assexualidade, especialmente nas mulheres de mais idade. O sexo, nesta fase e a sexualidade, embora sejam um aspecto importantes e estejam presentes geram medos e ‘pré-conceitos’ incorretos, em grande parte, em relação ao próprio *status*. Na narrativa da Participante 4, o comportamento do marido sugere um prejuízo de valor em relação a sexualidade, ou ausência de investimento na relação, seja por desgaste, seja por desconhecimento ou medo de se permitir ao novo. A internalização de mitos ou preconceitos, em relação à sexualidade na velhice, extrapola o nível intelectual, particularmente se for considerado a época, na qual se estruturou estes conceitos, como

pode ser visto a seguir:

“... às vezes, quando você quer tocar num assunto desses, a maioria das mulheres, principalmente as de mais idade, dizem que a gente não deve nem pensar mais nisso... como não pensar se está presente, pulsando no meu corpo... só acho que existe vergonha de comentar o que sente, os prazeres, a falta de um carinho mais profundo, acho que falta isso nas pessoas da terceira idade” (Participante 3, 69 anos).

“... meu marido estudou, fez curso superior, mas tem a mente muito fechada... O homem tem que ter aquele “orgulho” né, se aceitar o carinho pensa que a gente tá querendo tudo, justo é isso... na minha situação, a gente tem que se conformar... meu marido tem 84 anos... tem tantas pessoas com a mesma idade e sexualmente está ativa, na medida do possível” (Participante 4, 75 anos).

Malgrado as disfunções naturais à idade, os mitos e preconceitos incorporados ao longo da vida tendem a interferir negativamente, na sexualidade dos senescentes. Uchôa et al. (2016), num estudo realizado com 200 idosos, observou que a sexualidade sofre influência do processo histórico, da educação, das doutrinações religiosas e das informações passadas de geração a geração. Neste aspecto, Souza, Melo, Santiago, 2015) pontuam que as mulheres são marcadas por conceitos latentes na sociedade, como o medo da ridicularização ou de rotulações.

Os benefícios da atividade sexual à qualidade de vida, quando adaptada à realidade de cada pessoa na velhice pode compensar perdas, pertinentes à idade, mas tende a enfrentar preconceitos, especialmente, dentro da conjugalidade. Uchôa et al., 2016) apontam que, um dos principais fatores que inibem a sexualidade dos idosos é a falta de informações.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A sexualidade na velhice só poderá ser vivida de forma plena e igual a qualquer outra fase da vida, quando passar a ser vista sem as estigmatizações e preconceitos perpetuados ao longo da história. Longe disso, ainda alberga a ideia de desencantamento e obscuridade. A mudança destes paradigmas só terá lugar, através da educação, conscientização e

comprometimento sociopolítico para com os atuais idosos e as novas gerações.

Por ser considerada uma época de declínio, de limitações, de aparecimento de doenças, da perda do viço retratado na juventude, da assexualidade, ainda se apresenta como impedimento à manutenção, busca, ou restauração de desejos, de novos ou antigos projetos e sonhos, tendo em vista, que ‘teoricamente’ o caminho só promete a finitude. Todavia, a finitude, a doença e as vicissitudes de toda ordem acompanham o ser humano desde sua concepção e se manifestam de várias formas, em qualquer tempo e lugar.

No que se refere a perspectiva *Lifespan*, seus pressupostos atribui a manutenção da plasticidade, capaz de promover contínuos ganhos e aprendizagens ao longo do curso da vida, ao mesmo tempo que, a Teoria SOC defende as constantes estratégias de seleção, otimização e compensação no gerenciamento de ganhos e perdas, especialmente na velhice, priorizando concepções otimistas que procuram sustentar as mudanças, bem como subsidiar potencialidades e possibilidades enquanto se vive.

O contexto do grupo estudado, apontou nuances desta diversidade de pensamentos, comportamentos e possibilidades, visto que, apesar de estarem próximas geograficamente, cada uma das participantes caracterizou a singularidade pessoal, emocional e social imprimidas pelas vivências ao longo dos anos vividos. Sob outro aspecto, ficaram sinalizadas as distinções de percepção e de significado acerca da sexualidade e do ato sexual, as mudanças e adaptações na esfera sexual decorrentes à idade, os sentimentos, os desejos, as frustrações, os preconceitos vivenciados e algumas das estratégias adotadas para minimizar as ausências e perdas referentes a sexualidade.

Por outro lado, as limitações deste estudo foram relativas: ao tamanho da amostra; retratar apenas uma camada social; serem residentes em área urbana; terem completa autonomia e independência cognitiva, física e financeira e, finalmente, contarem com a idade máxima de 75 anos.

Esta temática, apesar de inúmeros estudos realizados, apenas inicia sua repercussão e discussão, tem muito a ser explorado pelas academias e muito a ser trabalhado junto aos senescentes. Nesse âmbito, faz-se necessário intensificar as pesquisas sobre a sexualidade na velhice, em suas diversas facetas e incrementar a diligência de intervenções psicoeducativas sobre a sexualidade, entre as pessoas idosas e junto a população mais jovem, dentre outras.

REFERÊNCIAS

ALENCAR, D. L. et al. Fatores que interferem na sexualidade de idosos: uma revisão integrativa. **Ciência e Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 19, n. 8, p. 3533-3542, 2014. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/csc/v19n8/1413-8123-csc-19-08-03533.pdf>>. Acesso em: 10 set. 2018.

ARAÚJO, A. C. F. Rompendo o silêncio: desvelando a sexualidade em idosos. **UNILUS Ensino e Pesquisa**, Santos, v. 12, n. 29, p. 35-41, out./dez. 2015. Disponível em: <<http://revista.unilus.edu.br/index.php/ruep/article/view/689/u2015v12n29e689>>. Acesso em: 10 set. 2018.

BALTES, P. B.; REESE, H. W.; LIPSITT, L. P. Life-span developmental psychology. **Annual Review of Psychology**, Palo Alto, Califórnia, n. 31, p. 65-110, 1980. Disponível em: <<https://www.annualreviews.org/doi/pdf/10.1146/annurev.ps.31.020180.000433>>. Acesso em: 10 set. 2018.

BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. Tradução Luís Antero Reto e Augusto Pinheiro. São Paulo: Edições 70. 2011. 279 p. Título original: L'Analyse de contenu. ISSN 9788562938047

CÂMARA, R. H. Análise de conteúdo: da teoria à prática em pesquisas sociais aplicadas às organizações. **Gerais: Revista Interinstitucional de Psicologia**, v. 6, n. 2, p. 179-191, 2013. Disponível em: <<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/gerais/v6n2/v6n2a03.pdf>>. Acesso em: 10 set. 2018.

CAPODIECI, S. **A idade dos sentimentos: amor e sexualidade após os sessenta anos**. Bauru:EDUSC. 2000. 235 p.

CREMA, I. L.; DE TILIO, R. Representações da menopausa para a sexualidade de idosas: revisão integrativa de literatura. **Psicologia Ciência e Profissão**, Brasília, v. 37, n. 3, p. 753- 769. 2017. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/pcp/v37n3/1982-3703-pcp-37-3-0753.pdf>>. Acesso em: 10 out. 2019.

DANTAS, V. et al. Sexualidade e qualidade de vida na terceira idade. **Revista Brasileira de Pesquisa e Saúde**, Vitória, v. 19, n. 4, p. 140-148, 2017. Disponível em: <<https://periodicos.ufes.br/rbps/article/view/19814/13235>>. Acesso em: 10 set. 2018.

FALCÃO, D. V. S. Amor romântico, conjugalidade e sexualidade na velhice. In FREITAS, E. V., & PY, L. (Org.). **Tratado de Geriatria e Gerontologia**. 4 ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, p. 1498-1507

FONTES, A. P.; NERI, A. L. Resiliência e velhice: revisão de literatura. **Ciência e Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 20, n. 5, p. 1479-1495, 2015. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/csc/v20n5/pt_1413-8123-csc-20-05-01475.pdf>. Acesso em: 10 set. 2018.

FOUCAULT, M. **História da sexualidade 1: a vontade de saber**. 12 ed., Vol.1. Rio de Janeiro: Edições Graal. 1988.

FREIRE, S. A.; RESENDE, M. C.; RABELO, D. F. Enfrentando mudanças no envelhecimento: o modelo de seleção, otimização e compensação. **Perspectivas em**

Psicologia, Uberlândia, v. 16, n. 1, p. 190-211, 2012.
Disponível em:
<<http://www.seer.ufu.br/index.php/perspectivasempsicologia/article/view/27556/1511>>
Acesso em: 30 set. 2018.

FRUETT, A. C. **Longevidade: o inconsciente no declínio da vida**. Fortaleza: Premius. 2015. 195 p.

GOMES, R. M. et al. Sexualidade na terceira idade: as representações sobre sexo. **Revista Multidisciplinar e de Psicologia**, Crato, 2(40), 939-955. 2018. Disponível em:
<<https://idonline.emnuvens.com.br/id/article/view/1168/1697>>. Acesso em: 10 set. 2019.

LIMA, P. M. R.; COELHO, V. L. D. A arte de envelhecer: um estudo exploratório sobre a história de vida e o envelhecimento. **Psicologia Ciência e Profissão**, Brasília, v. 31, n.1), p. 4-19, 2011. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S1414-98932011000100002>>. Acesso em: 10 set. 2018.

MASCHIO, M. B. M. et al. Sexualidade na terceira idade: medidas de prevenção para doenças sexualmente transmissíveis e AIDS. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, Porto Alegre, v. 32, n. 3, p. 583-589, 2011. Disponível em:
<<http://www.scielo.br/pdf/rngen/v32n3/21.pdf>>. Acesso em: 10 set. 2018.

MAXIMIANO-BARRETO et al. A feminização da velhice: uma abordagem biopsicossocial do fenômeno. **Interfaces Científicas Humanas e Sociais**, Aracaju, v. 8, n. 2, p. 239-252, ago. set. out./2019. Disponível em:
<<https://periodicos.set.edu.br/humanas/article/view/6076/3668>>. Acesso em: 30 out. 2020.

MINAYO, M. C. S. (). *O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde*. 3 ed. São Paulo: Hucitec. 2014. 407 p.

NERI, A. L. O legado de Paul B. Baltes à Psicologia do desenvolvimento e do envelhecimento. **Temas em Psicologia**, Ribeirão Preto, v. 14, n. 1, p. 17-34, 2006. Disponível em:
<<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/tp/v14n1/v14n1a05.pdf>>. Acesso em: 10 set. 2018.

OLIVEIRA, E. et al. Mitos e verdades sobre o envelhecimento: percepções dos idosos. **Revista Intercâmbio**, Montes Claros, VII, p. 68-89, 2016. Disponível em:
<<http://www.intercambio.unimontes.br/index.php/intercambio/article/view/86/74>>. Acesso em: 10 set. 2018.

OLIVEIRA, F. F. F.; VIEIRA, K. F. L. Sexualidade na longevidade e sua significação em qualidade de vida. **Revista Brasileira de Sexualidade Humana**, Rio de Janeiro, v. 29, n. 1, p.103-109. 2018. Disponível em: <<https://doi.org/10.35919/rbsh.v29i1.46>>. Acesso em: 30 set. 2018.

OLIVEIRA, K. F. O corpo e a sexualidade na terceira idade: um olhar sobre como vem se lidando com essa dimensão da idade. **Revista Gestão, Educação, Tecnologia e Saúde**, v. 2, n.1, p. 42-66, 2019. Disponível em:
<<https://ojs3x.gets.science/index.php/gets/article/view/14/artigo>>. Acesso em: 30 out. 2018.

OKUNO et al. Qualidade de vida de pacientes idosos vivendo com HIV/AIDS. **Cadernos de Saúde Pública**. v. 30, n. 7, p. 1551-9, 2014. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/csp/v30n7/0102-311X-csp-30-7-1551.pdf>>. Acesso em 30 out. 2020.

PAPALIA, D. E., OLDS, S. W., & FELDMAN, R. D. **Desenvolvimento humano** 8 ed. Porto Alegre: Artmed. 2006.

PONCIANO, E. L. T. et al. Aprendendo a viver ao longo da vida: desafios de pesquisa sobre a construção da pessoa. **Semina: Ciência Sociais e Humanas**, Londrina, v. 40, n. 1, p. 139-142. 2019. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1676-54432019000100010&lng=pt&tlng=pt>. Acesso em: 30 set. 2018.

REIS, C.; BARBOSA, L. M. L. H.; PIMENTEL, V. P. O desafio do envelhecimento populacional na perspectiva sistêmica da saúde. **BNDES Setorial**, Rio de Janeiro, n. 44, p. 87-124. 2016. Disponível em: <<https://web.bndes.gov.br/bib/jspui/handle/1408/9955>>. Acesso em: 10 nov. 2018.

ROZENDO, A. S.; ALVES, J. M. Sexualidade na terceira idade: tabus e realidade. **Revista Kairós Gerontologia**, São Paulo, v. 18, n. 3, p. 95-107, 2015. Disponível em: <<https://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/26210/18869>>. Acesso em: 10 set. 2018.

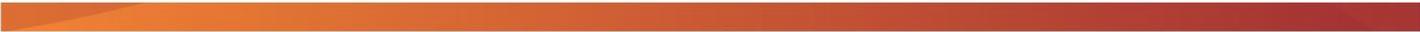
SCHULZ, R.; HECKHAUSEN, J. A. life span model of successful aging. **American Psychologist**, Washington, v. 51, n. 7, p. 702-714, 1996. Disponível em: <<http://psycnet.apa.org/record/1996-04968-003>>. Acesso em: 30 out. 2018.

SCORALICK-LEMPKE, N. N.; BARBOSA, A. J. G. Educação e envelhecimento: contribuições da perspectiva Life-Span. **Estudos de Psicologia**, Campinas, n. 29 (Suppl. 1), p.647-655. 2012. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0103-166X2012000500001>>. Acesso em: 10 set. 2018.

SILVA, R. M.; RODRIGUES, B. B.; GONÇALVES, L. S. A sexualidade na terceira idade sob a perspectiva dos idosos atendidos num ambulatório de psicogeriatría do Distrito Federal. **Brazilian Journal of Development**, Curitiba, v. 6, n. 2, p. 6273-6292, 2020. Disponível em: <<https://doi.org/10.34117/bjdv6n2-071>>. Acesso em: 10 set. 2018.

SOUZA, M. B. M. JR.; MELO, M. S. T.; SANTIAGO, M. E. A análise de conteúdo como forma de tratamento dos dados numa pesquisa qualitativa em educação física escolar. **Movimento**, Porto Alegre, v. 16, n. 3, p. 31-49, 2010. Disponível em: <<https://seer.ufrgs.br/Movimento/article/view/11546/10008>>. Acesso em: 10 jul. 2020.

TURATO, E. R. Métodos qualitativos e quantitativos na área da saúde: definições, diferenças e seus objetos de pesquisa. **Revista de Saúde Pública**, São Paulo, v. 39, n. 3, p. 507-14. 2005. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rsp/v39n3/24808.pdf>>. Acesso em: 10 set. 2018.



UCHÔA, Y. S. et al. A sexualidade sob o olhar da pessoa idosa. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, Rio de Janeiro, v. 19, n. 6, p. 939-949. 2016. Disponível em:
<<https://doi.org/10.1590/1981-22562016019.150189>>. Acesso em: 10 set. 2018.