

SEXUALIDADE DO IDOSO E O IMPACTO NA QUALIDADE DE VIDA

Samara de Lima Leite¹; Sigrid Shally Nascimento de Lyra Ramos²

1CBPEX/ e-mail: samara3232@hotmail.com; 2Universidade Federal da Paraíba/ e-mail: sigridramos@live.com;

RESUMO

O envelhecimento populacional é um dos maiores trunfos da humanidade e também um dos nossos grandes desafios. Na sociedade contemporânea ainda há uma concepção muito negativa do envelhecimento, onde a sexualidade é extinta desta faixa etária, sendo os idosos considerados pessoas desprovidas de sexualidade. Assim, justificamos esta pesquisa por acreditar ser importante, voltar o olhar para a sexualidade após os 60 anos, que é negada pela cultura, que se recusa a enxergar que a sexualidade pode conduzir um bem-estar e melhora da Qualidade de Vida (QV). O objetivo dessa pesquisa foi investigar a relação entre a sexualidade e a QV dos idosos. Tratou-se de uma revisão integrativa da literatura e foram coletados materiais que fundamentaram a construção do estudo, nas bases de dados LILACS e BIREME, de junho a setembro de 2016. Foram selecionadas 12 produções relacionadas à temática do estudo, sendo 50% em português, 10% em inglês e 40% em espanhol, as quais foram categorizadas em: sexualidade do idoso e sexualidade e qualidade de vida. A maneira como vivemos nossa sexualidade é a expressão de nossa maneira de ser. Não se pode afirmar que o idoso perca a capacidade de amar ou de ter uma vida sexual ativa. As expressões de afeto estão presentes na vida dos idosos como em qualquer outra etapa da vida, embora não se apresente da mesma forma. Concluímos que os idosos que transpõem as barreiras da cultura e das imposições e preconceitos sociais conseguem estabelecer uma vida sexual ativa e satisfatória.

Descritores: Sexualidade; Idoso; Qualidade de vida.

INTRODUÇÃO

O envelhecimento populacional é um fenômeno que traz grandes desafios, pois o aumento da longevidade causou a elevação das demandas sociais e econômicas, alterações e impactos importantes culturais e políticos em todo o mundo (SOUZA, 2012). Para a Organização Mundial da Saúde (OMS) são consideradas idosas as pessoas com mais de 65 anos em países em desenvolvimento, no entanto, nos países em desenvolvimento, como o Brasil, a terceira idade começa nos 60 anos (ZIMERMAN, 2010).

No Brasil o crescimento demográfico da população idosa é uma realidade. Estimativas apontam que no ano de 2025, o Brasil venha a se tornar a sexta maior população idosa (SANTOS, 2013). Estudos também indicam que em 2050, uma a cada cinco pessoas na população mundial terão mais de 60 anos, sendo essa proporção nos países desenvolvidos, de uma para cada três pessoas nos países em desenvolvimento (SILVA, 2010).

Na sociedade contemporânea ainda há uma concepção muito negativa de envelhecimento, principalmente, quanto a questão da sexualidade, onde os idosos, tendem a ser considerados “seres assexuados”, ou pessoas desprovidas de sexualidade (BRASIL, 2010). Por vezes, são compelidos a ocultar cuidadosamente todo e qualquer interesse sexual sobre pena de serem socialmente desconsiderados e afetivamente rejeitados pela própria família (SILVA, 2010).

Este cenário desafiador, gera a preocupação com o bem-estar e saúde sexual dos idosos, considerando que futuramente grande parte da população fará parte desta faixa etária. É importante lutar por uma mudança da visão do envelhecimento, pois, na sociedade contemporânea ainda persiste uma concepção negativa do mesmo, principalmente no que diz respeito à sexualidade, onde falsas crenças e mistificações tornam difícil falar e aceitar a sexualidade dos idosos e o estereótipo de que o prazer sexual esteja limitado somente ao período juvenil da vida (COELHO, 2012).

Justificamos este estudo por acreditar ser importante voltarmos o olhar para a sexualidade do idoso, que de uma forma geral, é negada pela sociedade e cultura, que se recusam a enxergar que a prática sexual, durante o envelhecimento poderá contribuir para um bem-estar e conseqüentemente na melhora da Qualidade de Vida (QV). O objetivo dessa pesquisa foi investigar a relação entre a sexualidade e a qualidade de vida dos idosos.

METODOLOGIA

Há inúmeros caminhos para se refletir sobre a produção de um conhecimento de uma área. Neste estudo, a opção foi por uma Revisão Integrativa da Literatura, realizada a partir de uma



abordagem qualitativa. Foram coletados materiais bibliográficos que fundamentaram a construção e análise da sexualidade na terceira idade, nas bases de dados LILACS e BIREME, de junho a setembro de 2016. Os critérios de inclusão foram publicações entre os anos de 2008 a 2015. A produção veiculada eletronicamente, além de possibilitar o acesso às discussões atuais sobre prevenção de câncer de próstata, é a mais facilmente acessada. Antes de se iniciar a análise qualitativa foi realizada uma caracterização das fontes do estudo. Tal caracterização, além de fornecer um panorama geral sobre os diferentes textos veiculados sobre o assunto, serviu de cenário para a análise do presente estudo.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

O conjunto das fontes pesquisadas sobre envelhecimento e sexualidade na contemporaneidade e o impacto na qualidade de vida integra referências de distinta natureza: livros, artigos científicos publicados tanto em revistas brasileiras quanto internacionais, dissertações e teses. Ao todo, foram selecionadas 12 produções relacionadas à temática do estudo, sendo 50% em português, 10% em inglês e 40% em espanhol, as quais foram categorizados em: *sexualidade do idoso e sexualidade e qualidade de vida*.

Quadro 1 Caracterização da sexualidade do idoso.

FONTE	QUANT.	REFERÊNCIAS
LILACS	2	COELHO DNP, DAHER DV, SANTANA RF, SANTO FHE. Percepção de mulheres idosas sobre sexualidade: implicações de gênero e no cuidado de enfermagem. Rev. Rene. 2010. LYRA DGP, JESUS MCP. Compreendendo a vivência da sexualidade do idoso. Rev. Nursing. 2008.
BIREME	3	GRANDIM CVC, SOUSA AMM, LOBO JM A prática sexual e o envelhecimento. Rev. Cogitare. 2008. MOLINA RB. Intervención educativa sobre salud sexual en ancianos y ancianas del Centro urbano Abel Santamaría Cuadrado. Medisan. 2010. PÉREZ-MARTÍNEZ VT, ARCIA CHÁVEZ N. Comportamiento de la sexualidad en ancianos del Policlínico Ana Betancout. Rev. Cub. Med. Gen. Int. 2008.
MEDLINE	3	JUSTO D. et al. Sexual activity and erectile dysfunction elderly men with angiographically documented coronary artery disease. Intern. Jour. Impot. Res. 2010. POLIZER AA, ALVES TMB Perfil da satisfação e função sexual de idosas. Rev. Fisiot. Mov. 2009. RUÍZ LGG, SÁNCHEZ LG, ARANDA IC Trabajando la incontinencia en atención primaria: satisfacción, sexualidade y cumplimiento terapéutico. Arch. Esp. Urol. 2009.

Quadro 2 Caracterização da sexualidade e qualidade de vida



FONTE	QUANT.	REFERÊNCIAS
MEDLINE	2	LENARDT MH, SEIMA MD. Concepção de ser idoso pelos Cavalheiros da Boca Maldita: estudo qualitativo descritivo. Onl. Braz. Jour. Nur. 2009. HERNÁNDEZ MF, CANO MNG. Sexualidad en las mujeres mayores. Atenc. Prim. 2012.
LILACS	1	LINHARES FMP, POTTES AF, ARAÚJO EC, MENEZES EP. Percepção de idosos sobre o exercício da sexualidade atendidos no Núcleo de Atenção ao idoso em Recife. Rev. Enferm. Hered. 2008.
BIREME	1	GRANDIM CVC, SOUSA AMM, LOBO JM. Sexualidade e qualidade de vida na terceira idade. Rev. Cogitare. 2013.

Rodrigues (2010) estabelece a diferença entre *sexualidade* e *relação sexual*, caracterizando sexualidade como a maneira que uma pessoa expressa seu gênero, por meio de gestos, da postura, do falar, do andar, da voz, das roupas, dos enfeites, do perfume, enfim, de cada detalhe do indivíduo. Já a relação sexual, o autor caracteriza como um componente da sexualidade, e ao contrário do que muitos pensam não é apenas a relação entre os órgãos genitais, mas, a troca de cheiros, olhares, toque, secreção e carícias.

Muitas vezes os idosos com vida sexual ativa envergonham-se de admiti-lo. A família e a sociedade costumam desencorajá-los a isso (ZIMERMAN, 2010). A mídia geralmente retrata o sexo com preconceito e tabus, caracterizando como sendo uma prática para jovens e esbeltos, tratando com preconceito os idosos que desejam uma vida sexual ativa. Correspondentemente o idoso não encontra em seu dia-a-dia a confirmação de que desejar uma vida sexual é normal e sadio. Portanto não surpreende que o interesse sexual professado diminua depois dos 50 anos, o que em parte é atribuído à visão negativa da sociedade (STUART-HAMILTON, 2012).

A sociedade acredita que tanto o homem quanto a mulher que atingem uma idade avançada perdem totalmente a capacidade, o interesse e o desejo de manter uma atividade sexual pelas modificações fisiológicas que ocorrem no processo de envelhecimento. Esta visão, porém, não é correta e este ciclo, mesmo possuindo alterações, se faz representar na vida de um indivíduo mais velho (RISMAN, 2013). A sexualidade muda no decorrer do tempo pois, as pessoas mudam, e, na velhice, pode-se dizer que com relação à atividade sexual, se perde em quantidade, mas pode-se ganhar em qualidade, devido às experiências adquiridas ao longo da vida (RODRIGUES, 2008).

As alterações observadas na sexualidade, com o passar dos anos, proporcionam em ambos os sexos oportunidades para se compreender melhor o sexo oposto. Envelhece-se como se vive, e falar de sexualidade no idoso é falar de vida (COELHO, 2012). Durante o envelhecimento a QV tem sido associada às questões de dependência-autonomia, uma vez que os estudos mostram que a

perda da capacidade funcional influencia, negativa e significativamente, na QV do idoso (NERI, 2014; MALAGUTTI; BERGO, 2010).

Pesquisas apontam que a QV pode estar associada à prática de exercícios físicos. Em um estudo detectou-se que os ativos fisicamente se avaliaram mais satisfeitos com sua vida sexual do que inativos, mostrando uma possível influência da atividade física sobre a imagem corporal e a conseqüente satisfação consigo mesmo e com a vida sexual, resultando em bem-estar e melhora na QV. Constatou-se, ainda, que aqueles que aceitavam melhor sua aparência, estavam mais satisfeitos consigo mesmos e se avaliaram mais satisfeitos com sua vida sexual (VIANA, 2013).

Não se pode afirmar que o idoso perca sua sexualidade, porém o envelhecimento implica em limitações relacionadas a vida sexual, devido as mudanças fisiológicas e imposições da sociedade (RODRIGUES, 2008). As expressões de afeto estão presentes no envelhecimento, como em qualquer outra etapa da vida, embora nem sempre se apresente da mesma forma. O idoso não deixa de amar, mas reinventa formas amorosas. Resgatar o direito a uma vida sexual ativa, implica poder pensar o amor em outras formas que passam pela ternura, pelos contatos físicos, como o olhar, o toque, a voz, redescobrando as primeiras formas de amor do ser humano (SANTOS, 2013).

CONCLUSÕES

As mudanças biológicas que ocorrem no organismo são um processo natural do envelhecimento, e que embora a frequência das relações sexuais tenda a diminuir com a idade, e mesmo as expressões da sexualidade de cada indivíduo venha a manifestar-se de forma mais discreta, não significa que fim da expressão ou desejo sexual destes. Concluímos que tratar da sexualidade no envelhecimento não é tarefa fácil, pois engloba a subjetividade de cada indivíduo. Os idosos que transpõe as barreiras da cultura e das imposições e preconceitos sociais conseguem estabelecer uma vida sexual ativa e satisfatória, porém, ainda existem aqueles para os quais exercer sua sexualidade é uma ideia aversiva, e habituam-se a viver sem a mesma em suas vidas, ou ao menos, sem admiti-la e reconhecê-la como parte integrante de sua existência.

REFERÊNCIAS

- BRASIL. Estatuto do Idoso. Lei Federal n- 10741 de 01 de outubro de 2003. Brasília, 2010.
- CAVALHEIRO, BC. Análise da produção científica sobre a sexualidade da mulher idosa em periódicos da enfermagem, saúde pública e gerontologia, no período de 2003/2007. [Dissertação] UFRG, Rio Grande, 2012.
- COELHO DNP, DAHER DV, SANTANA RF, SANTO FHE. Percepção de mulheres idosas sobre sexualidade: implicações de gênero e no cuidado de enfermagem. Rev. Rene. 2010.

- COELHO, AVR. O Sentido subjetivo da sexualidade na terceira idade. [Monografia] UCG. Goiânia, 2012.
- FRAIMAN, AP. Coisas da idade. São Paulo: **Hermes Ed.**, 2010.
- GRANDIM CVC, SOUSA AMM, LOBO JM A prática sexual e o envelhecimento. **Rev. Cogitare.** 2008.
- GRANDIM CVC, SOUSA AMM, LOBO JM. Sexualidade e qualidade de vida na terceira idade. **Rev. Cogitare.** 2013.
- HERNÁNDEZ MF, CANO MNG. Sexualidad en las mujeres mayores. **Atenc. Prim.** 2012.
- JUSTO D. et al. Sexual activity and erectile dysfunction elderly men with angiographically documented coronary artery disease. **Intern. Jour. Impot. Res.** 2010.
- LAROQUE, Mariana Fonseca et al. Sexualidade do idoso: comportamento para a prevenção de DST/AIDS. **Rev. Gaúc. Enf.**, Porto Alegre, 2011.
- LENARDT MH, SEIMA MD. Concepção de ser idoso pelos Cavalheiros da Boca Maldita: estudo qualitativo descritivo. *Onl. Braz. Jour. Nur.* 2009.
- LINHARES FMP, POTTES AF, ARAÚJO EC, MENEZES EP. Percepção de idosos sobre o exercício da sexualidade atendidos no Núcleo de Atenção ao idoso em Recife. *Rev. Enferm. Hered.* 2008.
- LYRA DGP, JESUS MCP. Compreendendo a vivência da sexualidade do idoso. *Rev. Nursing.* 2008.
- MACEDO, Arthur Roquete de. Envelhecer com arte, longevidade e saúde. São Paulo: Atheneu, 2010.
- MALAGUTTI, W. BERGO, AMA. (org), Abordagem interdisciplinar do idoso. Rio de Janeiro: Rubio. 2010.
- MASCHIO, MBM et al. Sexualidade na terceira idade: medidas de prevenção para doenças sexualmente transmissíveis e AIDS. **Rev. Gaúc. Enf.**, Porto Alegre, 2011.
- MOLINA RB. Intervención educativa sobre salud sexual en ancianos y ancianas del Centro urbano Abel Santamaría Cuadrado. *Medisan.* 2010.
- NERI, A.L. Velhice e qualidade de vida na mulher. 2014.
- PÉREZ-MARTÍNEZ VT, ARCIA CHÁVEZ N. Comportamiento de la sexualidad em ancianos del Policlínico Ana Betancout. *Rev. Cub. Med. Gen. Int.* 2008.
- POLIZER AA, ALVES TMB Perfil da satisfação e função sexual de idosas. *Rev. Fisiot. Mov.* 2009.
- RISMAN, A. Atividade sexual na terceira idade. In: VERAS, R. (org). Um envelhecimento digno para o cidadão do futuro. Rio de Janeiro, 2013.
- RODRIGUES, LCB. Vivências da sexualidade de idosos (as). [Dissertação] – UFRG, Rio Grande, 2008.
- RUÍZ LGG, SÁNCHEZ LG, ARANDA IC Trabajando la incontinencia en atención primaria: satisfacción, sexualidade y cumplimiento terapéutico. *Arch. Esp. Urol.* 2009.
- SANTOS, SS. Sexualidade e amor na velhice. Porto Alegre: **Ed. Sulina**, 2013.
- SILVA, JV. Saúde do idoso: processo de envelhecimento sob múltiplos aspectos. São Paulo: **Iátria**, 2010.
- SOUZA, JL. Sexualidade na terceira na terceira idade: uma discussão da aids, envelhecimento e medicamentos para disfunção erétil. DST –Doenças Sexualmente Transmissíveis, Pernambuco, 2008.
- STUART-HAMILTON, Ian. A psicologia do envelhecimento: uma introdução. Tradução Maria Adriana Veríssimo Veronese. Porto Alegre: **Artmed**, 2012.
- VIANA, H. B. A influência da atividade física sobre a avaliação subjetiva da qualidade de vida de pessoas idosas [Dissertação]. 2013.
- ZIMERMAN, GI. Velhice: aspectos biopsicossociais. Porto Alegre: **Art. Méd. Sul**, 2010.

