

Velho-ser: um olhar sobre qualidade de vida e sexualidade da pessoa idosa

The old being: a look at the quality of life and sexuality of the elderly person

Vejez: una mirada a la calidad de vida y la sexualidad de las personas mayores

Simone Rodrigues da Silva Araújo
Leozenito Corado de Freitas
Luciana Mendonça Timoteo

RESUMO: Faz-se necessário compreender o envelhecimento como um processo natural, que ocorre desde o nascimento de uma ser pessoa até sua morte; a velhice, tendo como marco formal os sessenta anos em países ocidentais. Mas se torna mais necessário ainda retomar, aqui, a questão do propalado 'mito da velhice assexuada'. De que velhice assexuada se estaria falando? Das pessoas com sessenta anos ou mais? Quantos mais? Tomando como base para nossa reflexão algumas publicações nacionais e internacionais sobre sexualidade na velhice, objetiva este estudo descrever e analisar a produção científica referente ao tema, sendo este articulado ao da qualidade de vida. O presente estudo foi desenvolvido em conformidade com os procedimentos metodológicos de uma revisão sistemática. No início, obteve-se um total de 2.670 artigos, sendo que, após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, dez artigos foram incluídos e analisados. A partir deste estudo, evidencia-se que a sexualidade pode ser estudada a partir de diversos ângulos, podendo ser entendida em sua relação com saúde, bem-estar e qualidade de vida.

Palavras-chave: Sexualidade; Qualidade de vida; Pessoa idosa.

ABSTRACT: *It is necessary to understand aging as a natural process, which occurs from the birth of a person to his death; old age, with the formal mark of sixty in Western countries. But it becomes even more necessary to return, here, to the question of the so-called 'myth of asexual old age'. What asexual old age is one talking about? Of people sixty or older? How many more? Taking as a basis for our reflection some national and international publications on sexuality in old age, this study aims to describe and analyze the scientific production on the subject, linked to the issue of quality of life. The present study was developed in accordance with the methodological procedures of a systematic review. At the beginning, a total of 2,670 articles were obtained, and, after applying the inclusion and exclusion criteria, ten articles were included and analyzed. From this study, it is evident that sexuality can be studied from different angles, needing to be understood in its relationship with health, well-being and quality of life.*

Keywords: *Sexuality; Quality of life; Elderly.*

RESUMEN: *Es necesario entender el envejecimiento como un proceso natural, que ocurre desde el nacimiento de una persona hasta su muerte; vejez, con la marca formal de los sesenta en los países occidentales. Pero se hace aún más necesario volver, aquí, a la cuestión del llamado 'mito de la vejez asexuada'. ¿De qué vejez asexuada se habla? ¿De personas de sesenta años o más? ¿Cuántos más? Tomando como base para nuestra reflexión algunas publicaciones nacionales e internacionales sobre la sexualidad en la vejez, este estudio tiene como objetivo describir y analizar la producción científica sobre el tema, vinculada a la cuestión de la calidad de vida. El presente estudio fue desarrollado de acuerdo con los procedimientos metodológicos de una revisión sistemática. Al principio se obtuvieron un total de 2.670 artículos y, tras aplicar los criterios de inclusión y exclusión, se incluyeron y analizaron diez artículos. A partir de este estudio, se evidencia que la sexualidad puede ser estudiada desde diferentes ángulos, necesitando ser entendida en su relación con la salud, el bienestar y la calidad de vida.*

Palabras clave: *Sexualidad; Calidad de vida; Anciano.*

Introdução

De acordo com a Organização Mundial de Saúde, OMS (2008), pessoa idosa é aquela com idade igual ou superior a 60 anos. Entretanto, sabe-se que a velhice não tem um período

definido como de início, dado que depende da disposição, do interesse e da atitude de cada ser humano. Dessa forma, envelhecer não pode ser visto como sinônimo de enfraquecer, de ficar triste, ou de ser improdutivo; entretanto, existem, ainda, determinados mitos ou representações¹ e atitudes sociais atribuídos à idade avançada, principalmente os que se referem à sexualidade, o que dificulta a vida dessas pessoas (Concone, & Lodovici, 2021; Grandin, Souza, & Lobo, 2007).

Tributariamente ao processo de envelhecimento vai ocorrendo uma alteração gradual e irreversível na estrutura e no funcionamento do organismo humano, no decorrer do tempo. A despeito das problemáticas que vão acometendo as pessoas idosas, verifica-se que esse segmento populacional tem crescido de forma considerável nos últimos anos, conquista que é atestada como um fenômeno mundial (Brasil, 2008) – o da longevidade². Surge a necessidade, então, de “discutir de que modo a conquista da longevidade pode se traduzir como uma experiência positiva tanto para os sujeitos, quanto para as sociedades nas quais eles vivem” (Fonseca, 2016, p. 5). E o que se poderá dizer da sexualidade desses longevos que ganham, na contemporaneidade, anos de vida, mas aos quais é também necessária a qualidade de vida?

Assim, verificou-se, neste trabalho, a necessidade do enfoque no aspecto da qualidade de vida, pois esta não deixa de ser relacionada com a percepção de um indivíduo acerca de sua posição durante a vida, bem como de suas finalidades, perspectivas, ansiedades e inquietações. Torna-se necessário, pois, compreender o envelhecimento como um procedimento natural voltado para uma abordagem integral da saúde (Uchôa *et al.*, 2016).

Ao se discutir sobre qualidade de vida, é necessário abranger o domínio da percepção do indivíduo sobre a sexualidade, uma questão complexa devido a sua multidimensionalidade. A sexualidade se expressa por intermédio da influência mútua de uma a outra pessoa, sendo revelada por meio de relações sociais transversalmente da corporeidade, ou caracterizada como a atitude de ser e de estar no mundo mediante os Eros que permeiam o cotidiano humano (Uchôa *et al.*, 2016).

Quanto à sexualidade, esta é concebida como a atitude com que uma pessoa expressa seu sexo, isto é, como a mulher vivencia e manifesta o “ser mulher” e o homem o “ser homem”, por meio de gestos, da fala, das roupas, da postura, do andar, ou seja, dos detalhes

¹ Retoma-se aqui as ideias de Concone e Lodovici (2021, p. 11), quanto à opção pelo termo “representações”, “pois o termo “mito” no uso corriqueiro, não erudito, que dele se faz, já embute um paradoxo, aparecendo como uma verdade, que já se afirma inverídica” (Concone, & Lodovici, 2021, p. 11).

² O IBGE, em 2019, revelou dados demográficos com estimativas para 2060, quando o número de idosos poderá chegar a 73 milhões, um aumento de 160% aos atuais 29 milhões de brasileiros com mais de 60 anos (Andrade, 2021, p. 43).

característicos do modo de ser ou parecer de cada pessoa. Assim, a sexualidade pode ser evidenciada de inúmeras maneiras, não ficando restrita ao ato sexual, devendo ser vivenciada por todas as pessoas, independentemente de idade cronológica (Ribeiro *et al.*, 2014). E, antes de tudo, envelhecer não significa tornar-se assexuado; pelo contrário, o que se deve indagar é, como o fazem a esse respeito, Concone e Lodovici (2021, p. 11): “... de onde vem [tal] representação da velhice assexuada?”.

A despeito de, nas últimas décadas, estar ocorrendo uma revolução na concepção e na prática da sexualidade em geral, repercutindo de forma muito marcante na velhice, isso não impede que as pessoas idosas continuem sendo alvo de dúvidas e preconceitos.

Alguns fatores, por sua vez, afetam positivamente esse processo, dentre eles destacando-se a vida sexual que deixou de ter apenas função reprodutiva, passando a ser fonte de satisfação e de realização pessoal, dado que muitos indivíduos conseguem alcançar uma idade mais avançada em condições psicológicas e físicas satisfatórias (Ribeiro, 2002).

Para entender melhor a sexualidade de uma pessoa idosa, é, pois, necessário levar em consideração os princípios culturais, espirituais e educacionais que influenciam de modo primordial sua vida, especialmente o desenvolvimento sexual. Tanto é assim que o bem-estar de um idoso é visto como resultado do equilíbrio entre as inúmeras dimensões da sua capacidade funcional e social; espera-se, pois que, quanto mais ativa for uma pessoa idosa, maior poderá ser sua satisfação e, como consequência, melhor sua qualidade de vida (Grandin, Souza, & Lobo, 2007).

Visando a estender e problematizar a reflexão acerca dessa temática, além de poder contribuir, de alguma forma, para a prática clínica de profissionais e estudiosos da área, este estudo tem como objetivo descrever e analisar a produção científica referente à sexualidade ligada à qualidade de vida de uma pessoa idosa. Nossa expectativa é a de que desdobramentos reflexivos oportunos e muito necessários deverão ir decorrendo do presente estudo.

Método

O estudo foi desenvolvido em conformidade com os procedimentos metodológicos de uma revisão sistemática, uma vez que se trata de uma pesquisa que pretende seguir protocolos próprios já bem-estabelecidos pela universo científico (Galvão, & Ricarte, 2019).

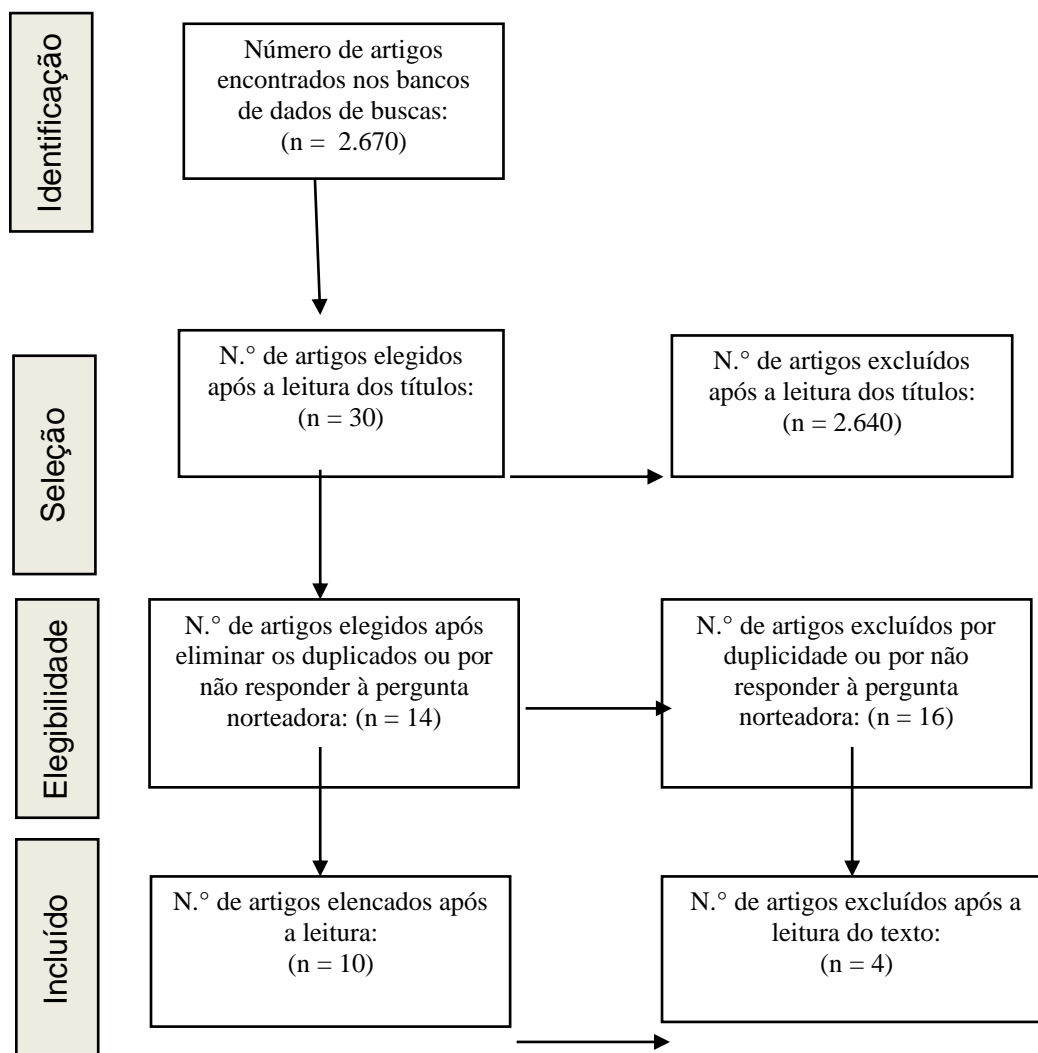
Nesse sentido, este trabalho seguiu as recomendações da Declaração *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses- PRISMA* (Moher *et al.*, 2009), tendo sido realizado no Brasil no ano de 2021.

Para nortear o presente trabalho, primeiramente definiu-se a pergunta norteadora, a saber: Como a literatura científica descreve a qualidade de vida ligada à sexualidade de uma pessoa idosa? Na sequência, foi realizada uma busca na literatura mediante consulta às bases de dados *Scientific Eletronic Library Online* (SciELO) e *National Library of Medicine National Institutes of Health dos EUA* (PubMed), sendo que essa busca ocorreu no período de maio a julho de 2021.

Após um mapeamento das principais terminologias, os descritores selecionados da lista de Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) foram: qualidade de vida, sexualidade e pessoa idosa, associando-se a esses termos sinônimos e uma lista de termos sensíveis para a busca. Ademais, para aprimorar a busca de dados, também foram utilizados os operadores booleanos: *and* (e), *or* (ou) e *and not* (e não), sendo utilizados da seguinte forma: na pesquisa 1: idoso *OR* envelhecimento; na pesquisa 2: qualidade de vida *AND* sexualidade *AND* idoso; e na pesquisa 3: sexualidade do idoso *AND NOT* sexualidade. Com isso, foram incluídos, nesta revisão, estudos publicados em português, no período de 2016 a 2019. Em oposição, foram excluídos artigos que não abordaram diretamente o tema em estudo, os que não pertenciam ao período de publicação pesquisado, e os artigos pagos. Até o fechamento desta pesquisa, não foram encontrados materiais publicados sobre essa temática nos anos de 2020 e 2021.

Resultados

No início da pesquisa, obteve-se um total de 2.670 artigos. Para filtrar os estudos que abordassem diretamente o tema, realizou-se a leitura dos títulos das pesquisas e selecionados trinta artigos; excluídos trabalhos que não apresentavam título referente ao tema proposto. Após a seleção dos artigos, o próximo filtro: o conteúdo dos resumos. Excluídos os trabalhos que não continham o conteúdo proposto, resultou, assim, nos quatorze trabalhos que concordavam com o objeto de estudo e respondiam a ele. Entretanto, após aplicar os critérios de inclusão e exclusão previamente selecionados, foram elegíveis para conclusão dessa pesquisa dez artigos. Para melhor compreensão, o fluxograma Prisma na figura 1.

Figura 1. Fluxograma Prisma utilizado na estratégia de busca e seleção dos estudos incluídos para análise

Fonte: Elaborado pelos autores (2021)

Com relação às características sociodemográficas dos estudos avaliados, o Quadro 1 identifica que a maioria dos artigos não mencionou o país em que o trabalho foi realizado (60%), sendo todos produzidos entre 2016 e 2019. As amostras variaram entre 12 e 1.129, sendo que a idade foi ≥ 60 anos. Quanto ao *design*, há um estudo transversal, seis estudos de revisão, dois estudos descritivos e um transversal (Quadro 1).

Quadro 1: Características sociodemográficas dos estudos avaliados (n= 10)

Autor/ Ano	País	Amostra	Idade	Design
Araújo, B. J. <i>et al.</i> (2017)	Brasil	126 idosos	>60	Pesquisa qualitativa com abordagem descritiva
Carvalho, C. F. <i>et al.</i> (2016)	Brasil	30 idosos	≥60	Estudo não experimental, de caráter descritivo
Dantas, D. V. <i>et al.</i> (2017)	Não mencionado	16 artigos	≥60	Revisão integrativa
Leandro, D. D., Silva, S. O. P., & Lima, C. B. (2016)	Não mencionado	Não mencionado	≥60	Revisão de literatura
Leite, S. L., & Ramos, S. S. N. L. (2016)	Não mencionado	12 artigos	≥60	Revisão integrativa
Oliveira, G. N., Barbosa, K. C. T., & Almeida, A. B. (2016)	Não mencionado	15 artigos	≥60	Revisão de literatura
Oliveira, F. F. F., & Vieira, K. F. L. (2018)	Não mencionado	Não mencionado	≥60	Revisão da literatura
Rodrigues, C. F. C. <i>et al.</i> (2019)	Brasil	1.129 idosos	≥60	Estudo transversal
Silva, A. L. <i>et al.</i> (2017)	Não mencionado	13 artigos	≥60	Revisão de literatura
Tomazini, D. J. (2019)	Portugal	Não mencionado	≥60	Revisão bibliográfica

Fonte: Elaborado pelos autores (2021)

O Quadro 2 descreve informações de caracterização dos estudos envolvidos nesta revisão quanto à análise estatística, ao risco de viés, ao resultado e à conclusão.

Quadro 2: Análise estatística, risco de viés, resultado e conclusão

Autor/ Ano	Análise estatística	Risco de viés	Resultado	Conclusão
Araújo, B. J. <i>et al.</i> (2017)	Não mencionado	Não mencionado	Foi realizada uma entrevista com 126 idosos. Todos os entrevistados têm idade acima de 60 anos, sendo 57,94% do sexo feminino e 42,06% do masculino	Foi demonstrado que a maioria dos entrevistados não se interessa pela sexualidade, ressaltando que não é apenas o sexo que é importante para se sentirem felizes
Carvalho, C. F. <i>et al.</i> (2016)	Estatística não paramétrica, através de uma medida de correlação de postos de Spearman	Não mencionado	Participaram desta pesquisa 30 idosos, sendo 14 do gênero masculino e 16 do gênero feminino. Houve prevalência do sexo feminino	Ao finalizar este estudo, pôde-se constatar que o objetivo de compreender a correlação entre sexualidade e qualidade de vida foi alcançado
Dantas, D. V. <i>et al.</i> (2017)	Não mencionado	Não mencionado	A longevidade é considerada um fenômeno mundial. Além da dificuldade em compreender o conceito abrangente de sexualidade, denota-se uma tendência em desvinculá-la das atividades naturais entre as pessoas idosas	A sexualidade está mais relacionada à qualidade de vida dos jovens do que dos idosos, tem um viés cultural, social, com mitos e tabus. A sociedade e os profissionais da saúde precisam estar informados e preparados para superarem esses desafios
Leandro, D. D., Silva, S. O. P., & Lima, C. B. (2016)	Não mencionado	Não mencionado	Os resultados apontam para a velhice como uma fase do desenvolvimento humano, que não pode ser usado referência de incapacidade	O idoso pode ter vida sexual ativa, viver intensamente sua sexualidade e exercer sua cidadania com todos os direitos a ela inerentes
Leite, S. L., & Ramos, S. S. N. L. (2016)	Não mencionado	Não mencionado	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	Concluímos que os idosos que transpõem as barreiras da cultura e das imposições e preconceitos sociais conseguem estabelecer uma vida sexual ativa e satisfatória
Oliveira, G. N., Barbosa, K. C. T., & Almeida, A. B. (2016)	Não mencionado	Não mencionado	O conteúdo emerge o interesse de resgatar a sexualidade e qualidade de vida dos idosos, já que fora visto que é um assunto de grande relevância na sociedade	O envelhecimento precisa ser estudado, questionado é discutido em todo o percurso ao longo da vida. Dessa maneira, a sexualidade precisa ser compreendida e acima de tudo aceita universalmente

Oliveira, F. F. F., & Vieira, K. F. L. (2018)	Não mencionado	Não mencionado	A velhice, tal como a infância, a juventude e a vida adulta, são percebidas como etapas de transformações, tanto na dimensão física como biológica, emocional e sexual, cuja vivência de cada pessoa se dá de maneira heterogênea	Apesar do envelhecimento trazer modificações na vida sexual da pessoa idosa é importante ressaltar que as vivências sexuais se mostra essencial para que se envelheça com uma boa qualidade de vida
Rodrigues, C. F. C. <i>et al.</i> (2019)	Teste Qui quadrado com correção de Rao & Scott, as médias foram testadas por meio do Teste de Wald, com nível de significância de 5%	Não mencionado	A maioria dos idosos avaliados era do sexo feminino, com idade entre 60 e 69 anos	O componente físico da qualidade de vida foi associado à satisfação sexual e as maiores médias deste componente foram encontradas entre os idosos ativos satisfeitos. A prática sexual é de extrema importância para a qualidade de vida do idoso.
Silva, A. L. <i>et al.</i> (2017)	Não mencionado	Não mencionado	O universo da pesquisa foi composto inicialmente por 30 artigos. A partir da compilação e análise dos temas foram escolhidos para contribuir com este trabalho apenas treze artigos	A presente revisão evidenciou fatores como influência cultural, repressão na educação e ainda falta de informação, quando o assunto é sexualidade.
Tomazini, D. J. (2019)	Não mencionado	Não mencionado	A partir dos temas abordados neste estudo, vimos que o crescimento da população idosa é um fenômeno atual	A interação social, as formas criativas de se relacionar e viver a sexualidade contribuem para a autonomia e independência do idoso.

Fonte: Elaborado pelos autores (2021)

Discussão

Com base na literatura analisada, o universo do entendimento sobre qualidade de vida se manifesta de forma multidisciplinar, visto que abrange várias maneiras de concebê-la pela ciência e pelo saber popular, bem como ao se considerarem os aspectos singulares que permeiam a vida de um indivíduo como um todo. Dessa forma, englobam-se diversos elementos do dia a dia das pessoas, desde concepções e expectativas subjetivas sobre a vida,

até questões mais específicas como o comportamento clínico diante de doenças e dores (Almeida, Gutierrez, & Marques, 2012).

Com isso, verifica-se que há muitos esforços para desvendar essa área do conhecimento. Entender qualidade de vida como um forma humana de perceber o próprio existir, mediante questões objetivas e subjetivas é um desses. Contudo, é necessário que exista uma compreensão adequada, livre de reducionismos, pois o que se verifica são inter-relações constantes entre os elementos que estão inseridos nesse universo (Almeida, Gutierrez, & Marques, 2012).

Nesse cenário, Barbosa (1998) afirma que, para melhor compreensão da área de conhecimento em qualidade de vida, é preciso lançar mão de uma perspectiva ou de um paradigma complexo de mundo, uma vez que se expressa na relação que existe entre o homem, a natureza, e o ambiente que o cerca. Por exemplo, mesmo diante da diferença entre esferas de percepção que envolvem este conceito, é necessário que estas sejam relacionadas, e que a influência de uma sobre a outra seja considerada, ao formar um todo.

Nessa perspectiva, a qualidade de vida não pode deixar de ser considerada, pois a pessoa idosa vem se destacando de maneira autônoma, visto que aproximadamente 75% desta população está vivendo com liberdade e com independência, o que contribui para um envelhecimento ativo e saudável (Ferreira, & Fernandes, 2015). Com o aumento da expectativa de vida da população, tornou-se importante que a pessoa idosa não tenha apenas maior longevidade, mas também felicidade e satisfação com a vida.

Pode-se atestar, portanto, que a qualidade de vida está diretamente relacionada com o bem-estar e com os elementos objetivos e subjetivos que são indispensáveis para a dignidade humana. As pessoas desejam constantemente alcançar a plenitude da vida, por meio de ganhos adicionais e recompensas. Assim, o viver bem deve ser perseguido por todos, independentemente da idade cronológica, pois o que importa mesmo é sentir-se feliz.

Nesse sentido, nos dias atuais, a sexualidade, que “ganhou um novo *status* frente às diretrizes e prescrições necessárias para se ter qualidade de vida” (Andrade, 2021, p. 45), deve ser entendida não mais em um sentido restrito, mas, sim, em um sentido bem-estendido, não envolvendo apenas aspectos fisiológicos, sendo, então, considerada como um elemento capaz de dar sentido, significado, à existência humana. É vista, pois, como uma função vital do indivíduo, ao ser relacionada a múltiplos fatores de ordem biológica, psicológica, social e cultural (Martinez Fernandez, & Santos Paniagua, 2007).

A par dessa complexidade, é preciso considerar, também, a “existência de representações e vivências muito diferenciadas dentro de nossa sociedade” (Velho, 1986, p. 37). Considere-se ainda que a relação entre velhice e sexualidade, antes um tema pouco estudado entre nós (Debert, & Brigueiro, 2012), passou a ser, nos últimos anos, tema de constantes debates (Andrade, 2021).

Vasconcelos *et al.* (2004) apontam que a relação sexual entre idosos está relacionada ao processo de intimidade que existe entre parceiros. É improvável dissociar a intimidade e o sexo, visto que um se torna o complemento do outro, sobretudo nesta etapa da vida. Em oposição a esta afirmação, culturalmente tem-se atribuído à pessoa idosa a ideia de ela ser assexuada, como se os anos vividos fossem a condição suficiente e necessária para essa consideração. Na verdade, se trata de “(...) um discurso mais ou menos cristalizado, repassado e repetido com ares de verdade” (Concone, & Lodovici, 2021, p. 11).

Nesse cenário, verificou-se que a sociedade, muitas vezes impôs certos padrões de comportamento, capazes de limitar a sexualidade humana a um período, desde a puberdade até o início da maturidade, não sendo reconhecida, portanto, a atividade sexual no período da velhice; sendo esta penalizada diante dos preconceitos secularmente sedimentados entre os homens. Com isso, os idosos foram sendo submetidos a essa equivocada concepção que, aliada às modificações fisiológicas do envelhecimento, pareciam aceitar a dessexualização como um processo natural da idade (Castro, & Reis, 2002).

Não obstante, sabe-se que atualmente as experiências sexuais são uma realidade vivenciada pelos idosos, favorecedora a sua satisfação física e mental (Murillo Gonzalez, & Rapozo Brenes, 2007). De fato, segundo Silva (2003), não há condições fisiológicas que inviabilizem as pessoas idosas, em situações satisfatórias de saúde, de terem uma vida sexual ativa. A sexualidade na velhice, por conseguinte, pode ser vivenciada das mais variadas maneiras, sempre se relacionando como uma forma de expressão autêntica de carinho. Debert e Brigueiro (2012, p. 37) complementam que os: “(...) especialistas se empenham em incluir a velhice no curso da vida sexual, propondo que o declínio da frequência de atividade sexual com o avanço da idade é compensado por uma intensidade ampliada do prazer”.

Sobre esse aspecto, Vasconcellos *et al.* (2004) afirmam que os sentimentos que envolvem a sexualidade não são perdidos com o tempo, uma vez que o amor e o sexo podem externar muitas variáveis para as pessoas que estão no processo de envelhecimento. Dessarte,

a maturidade favorece o afeto, a paixão, o namoro, o sexo, a cumplicidade e o companheirismo, elementos essenciais para a pessoa idosa ter uma vida afetiva satisfatória.

Dessa maneira, segundo Almeida e Lourenço (2007), caso o idoso se permita a tais vivências, ele terá um envelhecimento prazeroso, ao contrário daqueles que apenas decidem viver um saudosismo passivo, ou ainda qualquer outro tipo de posicionamento imobilizador. Assim se verificou que, em algumas sociedades, o entendimento da velhice esteve diretamente relacionado a uma concepção negativa, em que a pessoa idosa foi vista como um ser social estéril; decorrendo, assim, dessa negação cultural, um reflexo negativo sobre a sexualidade longeva.

Soma-se a isso, o fato de a sexualidade ter sido considerada pelas civilizações como sendo sinônimo de sexo e, conseqüentemente, ser vinculada à reprodução, o que se deu pela imposição de grupos religiosos, políticos e sociais, ao longo de vários séculos. O que era para ser natural, tornou-se, em várias situações, uma ação mecânica entre os casais que queriam constituir família (Almeida, & Lourenço, 2008). Baseada ainda no conceito da sexualidade ligada à reprodução, a essência dos seres humanos foi perdida ao longo dos anos, permitindo que o sexo entre o homem e a mulher tivesse apenas um propósito - a geração de filhos. Na atualidade, tem se observado que a sociedade é contrária a essa equivocada lógica, passando a reconhecer que a sexualidade não se resume ao ato sexual em si, mas é a forma como uma pessoa expressa amor, carinho e respeito, seja por meio de gestos, da postura, da fala, do andar, da voz, enfim de cada detalhe que o indivíduo é capaz de demonstrar a seu parceiro (Almeida, & Lourenço, 2007).

Diante disso, é preciso reconhecer as mudanças que se relacionam com a velhice, ou com as chamadas terceira, quarta idade... No homem, esse processo pode mostrar-se de modo diferente; muitas vezes esse homem não sente que sua sexualidade tenha se alterado; de fato, em nível fisiológico, a produção de espermatozoides após os 40 anos é menor, mas não totalmente ausente (Teixeira *et al.*, 2012).

Com frequência, vê-se que homens idosos buscam mulheres mais jovens, dado que isso representaria uma elevação de sua virilidade; consideram, em contrapartida, como uma situação ridícula e constrangedora o caso de mulheres se envolverem com parceiros mais jovens. Não obstante, nota-se que mulheres e homens idosos continuam tendo desejos sexuais, mesmo diante das alterações desencadeadas pelo processo fisiológico, como as expectativas socioculturais, doenças e o uso de inúmeras medicações (Leite, Moura, & Berlezi, 2007).

Dessa forma, os principais problemas sexuais que mais acontecem os idosos são: a falta de conhecimento sobre essa problemática, ou mesmo vergonha de falar com um profissional qualificado sobre assuntos como a impotência nos homens, a ausência de lubrificação nas mulheres, falta de libido, sobre os efeitos secundários causados pelo uso da polifarmácia, dores e dificuldades físicas, demência, institucionalização e morte ou a separação de um dos parceiros; tudo isso deixando a sexualidade pouco excitante, e fazendo com que alguns casais utilizem a expressão *viramos amigos* (Ribeiro, 2002).

Além disso, apesar de inicialmente associada a adultos jovens, ficou evidenciado que houve um aumento no número de pessoas com Infecções Sexualmente Transmissíveis (ISTs) com idade acima de 60 anos, o que pode ser resultado da prática sexual sem o uso de preservativos, provavelmente por questões educativas, culturais ou até mesmo por uma satisfação pessoal (Ribeiro, 2002; Rufino, Arrais, & Cárdenas (2013). Daí a importância de que os idosos sejam orientados sobre a prática segura do sexo, a fim de aproveitarem a vida zelando pela sua saúde e bem-estar (Ribeiro, & Jesus, 2006).

Considerações finais

Partindo do estudo realizado, foi possível identificar que a sexualidade na velhice é questão permeada por preconceitos e estigmas, ainda um tabu entre as pessoas idosas e a sociedade em geral. Que é necessário debater o tema justamente para contribuir com a desmistificação de crenças equivocadas e ultrapassadas, vencer os preconceitos ainda resistentes. Ao contrário do que algumas pessoas acreditam, os idosos também necessitam exercer sua sexualidade para seu completo bem-estar. Contudo, a sociedade tem ido de encontro a essa assertiva e, por isso, muitos chegam na velhice abdicando desse prazer para não serem afastados de um determinado convívio social. Nesse sentido, é necessário que o ser humano aceite que o sexo é uma prática normal e saudável também para quem está na velhice.

A partir do que foi recuperado e discutido neste estudo, evidencia-se que a questão do sexo está invariavelmente correlacionada à saúde, ao bem-estar e à qualidade de vida. É preciso, pois, pensar no ser humano em sua plenitude, lidando não apenas com limitações físicas, medos, anseios, mas também com todas as dificuldades que grande parte das pessoas enfrenta por ter que quebrar tabus que ainda existem, especialmente quando se trata da sexualidade na velhice.

Referências

- Almeida, T., & Lourenço, M. L. (2007). Envelhecimento, amor e sexualidade. *Revista RBGG*, 10(1), 101-113. Recuperado em 7 julho, 2021, de: <https://www.scielo.br/j/rbgg/a/bSf8FWZsv845HtGB8z3CztD/abstract/?lang=pt>.
- Almeida, T., & Lourenço, M. L. (2008). Amor e sexualidade na velhice. *Revista RBCEH*, 5(1), 130-140. Recuperado em 7 julho, 2021, de: <http://seer.upf.br/index.php/rbceh/article/view/104>.
- Almeida, M. A. B., Gutierrez, G. L., & Marques, R. (2012). *Qualidade de vida*. São Paulo, SP: Escola de Artes, Ciências e Humanidades - EACH/USP. Recuperado em 15 julho, 2021, de: http://each.uspnet.usp.br/edicoes-each/qualidade_vida.pdf.
- Araújo, B. J., Sales, C. de O., Cruz, L. de F. S., Moraes Filho, M., & Santos, O. P. (2017). Qualidade de vida e sexualidade na população da terceira idade de um centro de convivência. *Revista Cient. Sena Aires*, 6(2), 85-94. Recuperado em 12 julho, 2021, de: <http://revistafacsa.senaaires.com.br/index.php/revisa/article/view/282>.
- Barbosa, S. R. C. S. (1998). Qualidade de Vida e ambiente: uma temática em construção. In: Barbosa, S R. da C. S. (Org.). *A temática ambiental e a pluralidade do Ciclo de Seminários do NEPAM*. Campinas, SP: UNICAMP, NEPAM, pp. 401-423.
- Brasil. (2008). Ministério da Saúde. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística-IBGE- *Estimativa da população idosa no Brasil*. Brasília, DF: Ministério da Saúde.
- Carvalho, C. F., Bezerra, A., Castro, J. R., Nascimento, A. C., Pereira, B. M. M., Silva, C. C. (2016). Sexualidade e qualidade de vida dos idosos da rede crescer - conviver de Uberlândia – MG. *Revista Eletrônica da Reunião Anual de Ciência*, 6(1), 1-15.
- Castro, N. M. S., & Reis, C. A. C. (2002). Sexualidade na terceira idade: não posso, não quero ou não devo. O mito da dessexualização das idosas e a influência da estereotipia negativa às mesmas e suas consequências na vida afetiva e sexual. *Revista Iniciação Científica Newton Paiva*, 3(1). Recuperado em 12 julho, 2021, de: <http://www.ggaging.com/details/290/pt-BR>.
- Concone, M. H. V. B., & Lodovici, F. M. M. (2021). Prefácio. In: D`Alencar, R. S., & Cerqueira, M. B. (Orgs.). *Velhice & Sexualidade – tramas da diversidade*. Ilhéus, BA: Editus, Editora da UESC. (ISBN: 978-65-86213-41-6).
- Dantas, D. V., Batista Filho, R. C., Dantas, R. A. N., Nascimento, J. C. P., Nunes, H. M. A., Rodriguez, G. C. B., & Silva, I. F. X. (2017). Sexualidade e qualidade de vida na terceira idade. *Revista Bras. Pesq. Saúde, Vitória*, 19(4), 140-148. Recuperado em 12 julho, 2021, de: <https://periodicos.ufes.br/index.php/rbps/article/view/19814>.
- Debert, G. G., & Brigeiro, M. (2012). Fronteiras de gênero e a sexualidade na velhice. *Revista Brasileira de Ciências Sociais*, 22(80). Recuperado em 12 julho, 2021, de: <https://www.scielo.br/j/rbcsoc/a/4ZCPxm3dySBsmm79BJFmmfR/abstract/?lang=pt>.
- Araújo, S. R. da S., Freitas, L. C., & Timoteo, L. M. (2022). Velho-ser: um olhar sobre qualidade de vida e sexualidade da pessoa idosa. *Revista Kairós-Gerontologia*, 25(1), 169-185. ISSNprint 1516-2567. ISSNe 2176-901X. São Paulo (SP), Brasil: FACHS/NEPE/PUC-SP

Ferreira, D., & Fernandes, M. (2015). A enfermagem e o idoso: uma análise da sexualidade como qualidade de vida. *Anais do CIEH*, 2(1). Recuperado em 15 julho, 2021, de: http://editorarealize.com.br/editora/anais/cieh/2015/TRABALHO_EV040_MD2_SA8_ID2791_05082015160509.pdf.

Fonseca, S. C. (2016). Apresentação. In: Fonseca, S. C. (Org.). *O Envelhecimento Ativo e seus fundamentos*. São Paulo, SP: Portal Edições, pp. 5. ISBN: 978-85-69350-06-4.

Galvão, M. C. B., & Ricarte, I. L. M. (2019). Revisão Sistemática da Literatura: Conceituação, Produção e Publicação. *Revista Logeion: Filosofia da informação*, 6(1), 57-73. Recuperado em 7 julho, 2021, de <https://sites.usp.br/dms/wp-content/uploads/sites/575/2019/12/Revis%C3%A3o-Sistem%C3%A1tica-de-Literatura.pdf>.

Grandin, C. V. C., Souza, A. M. N., & Lobo, J. M. (2007). A prática sexual e o envelhecimento. *Revista Cogitare Enferm.*, 12(2), 204-213. Recuperado em 7 julho, 2021, de: <https://revistas.ufpr.br/cogitare/article/view/9826>.

Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística, IBGE. (2019). *Sinopse do Censo Demográfico de 2018*. Rio de Janeiro, RJ. Recuperado em 7 julho, 2021, de: <https://www.ibge.gov.br/apps/populacao/projecao/>.

Leandro, D. D., Silva, S. O. P., & Lima, C. B. (2016). Sexualidade como suporte à qualidade de vida do idoso. *Revista Temas em Saúde*, 16(4), 277-294. Recuperado em 7 julho, 2021, de: <https://temasemsaude.com/wp-content/uploads/2017/01/16418.pdf>.

Leite, M. T., Moura, C., & Berlezi, E. M. (2007). Doenças sexualmente transmissíveis e HIV AIDS na opinião de idosos que participam de grupos de terceira idade. *Revista Bras. Geriatr. Gerontol.*, 10(3), 321-327. Recuperado em 7 julho, 2021, de: <https://www.scielo.br/j/rbgg/a/v5MqHpt9DhpD3Y97FMYMQZP/?format=pdf&lang=pt>.

Leite, S. L., & Ramos, S. S. N. L. (2016). Sexualidade do idoso e o impacto na qualidade de vida. *Anais do I CNEH*. Recuperado em 12 julho, 2021, de: <https://www.editorarealize.com.br/artigo/visualizar/24701>.

Martinez Fernandez, L., & Santos Paniagua, C. (2007). La sexualidad em la persona adulta mayor. In: Murillo Gonzalez, A. C., & Rapozo Brenes, M. (Eds.). *Envejece La sexualidade?* Buenos Aires, Argentina: Espacio Editorial, 15-35.

Moher, D., Liberati, A., Tetzlaff, J., Altman, D. G., & Grupo PRISMA. (2009). Preferred reporting items for systematic reviews and meta analyses: the PRISMA statement. *Plos Medicine*, 6(7), 1-6, e1000097. <https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1000097> Recuperado em 8 julho, 2021, de: <https://journals.plos.org/plosmedicine/article?id=10.1371/journal.pmed.1000097>.

Murillo Gonzalez, A. C., & Rapozo Brenes, M. (2007). Modificaciones en la sexualidad ocasionadas por el proceso de envejecimiento. In: Murillo Gonzalez, A. C., & Rapozo Brenes, M. (Eds.). *Envejece La sexualidade?* Buenos Aires, Argentina: Espacio Editorial, 15-35.

Oliveira, F. F. F., & Vieira, K. F. L. (2018). Sexualidade na longevidade e sua significação em qualidade de vida. *Revista Brasileira de Sexualidade Humana*, 29(1), 103-109. Recuperado em 12 julho, 2021, de: https://www.rbsh.org.br/revista_sbrash/article/view/46.

Oliveira, G. N., Barbosa, K. C. T., & Almeida, A. B. (2016). A sexualidade na qualidade de vida do idoso. *Anais do Simpósio de TCC e Seminário de Iniciação Científica*, 969-973. Recuperado em 12 julho, 2021, de: http://nippromove.hospedagemdesites.ws/anais_simposio/arquivos_up/documentos/artigos/dbd89c41acf0efbcf8f55b6a15d4ad53.pdf.

Organização Mundial da Saúde, OMS. *Guia Global: Cidade Amiga do Idoso*. Genebra, Suíça: WHO, 2008. Recuperado em 12 julho, 2021, de: <http://www.who.int/ageing/GuiaAFCPortuguese.pdf>.

Ribeiro, A. (2002). *Sexualidade na terceira idade*. São Paulo, SP: Ateneu, 124-135.

Ribeiro, L. C. C., & Jesus, M. V. N. (2006). Avaliando a incidência dos casos notificados de AIDS em idosos no estado de Minas Gerais no período de 1999 a 2004. *Revista Cogitare Enferm.*, 11(2), 113-116. Recuperado em 8 julho, 2021, de: <https://revistas.ufpr.br/cogitare/article/view/6852>.

Ribeiro, I. A. P., Silva, E. D. C., Assis, L. R. S., Elias, C. M. V., Carvalho, M. L., & Souza, I. B. J. (2014). Percepção de homens na terceira idade sobre sexualidade. *Revista Interd.*, 7(1), 76-84. Recuperado em 8 julho, 2021, de: <https://revistainterdisciplinar.uninovafapi.edu.br/index.php/revinter/article/view/243>.

Rodrigues, C. F. do C., Duarte, Y. A. de O., Rezende, F. A. C., Brito, T. R. P., & Nunes, D. P. (2019). Atividade sexual, satisfação e qualidade de vida em pessoas idosas. *Revista Eletr. Enferm.*, 21(1), 1-9. Recuperado em 12 julho, 2021, de: <https://revistas.ufg.br/fen/article/view/57337>.

Rufino, M. R. D., Arrais, A. da R. & Cárdenas, C. J. (2013). Sexuality in Old Age and AIDS: new challenges for university seniors. *Revista Temática Kairós-Gerontologia*, 16(Número especial 15), "Eroticism/Sexuality and Old Age", pp. 207-226. On-line ISSN 2176-901X. Print ISSN 1516-2567. São Paulo (SP), Brasil: FACHS/NEPE/PUC-SP. Recuperado em 12 julho, 2021, de: <https://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/17560>.

Silva, R. M. O. (2003). A sexualidade no envelhecer: um estudo com idosos em reabilitação. *Revista Acta Fisiátrica*, 10(3), 107-112. Recuperado em 12 julho, 2021, de: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/lil-413573>.

Silva, A. L., Santos, J. P., Silva, I., Santos, W. A., & Pinto, Y. G. T. (2017). Sexualidade e qualidade de vida na terceira idade. *Anais do Congresso Internacional Envelhecimento Humano*. Recuperado em 12 julho, 2021, de: https://www.editorarealize.com.br/editora/anais/cieh/2017/TRABALHO_EV075_MD4_SA9_ID2524_23102017004330.pdf.

Teixeira, M. M., Rosa, R. P., Silva, S. N., & Bacaicoa, M. H. (2012). O enfermeiro frente à sexualidade na terceira idade. *Revista Universidade Ibirapuera*, 3(1), 50-53. Recuperado em 8 julho, 2021, de: <http://www.revistaunib.com.br/vol3/47.pdf>.

Tomazini, D. J. (2019). Qualidade de vida na velhice: envelhecimento ativo e sexualidade. *Revista da Sociedade de Psicologia do Rio Grande do Sul*, 8(2)- 59-64. Recuperado em 12 julho, 2021, de: <http://www.sprgs.org.br/diaphora/ojs/index.php/diaphora/article/view/194>.

Uchôa, Y. da S., Costa, D. C. A., Silva Junior, I. A. P., Silva, S. de T. S. E., Freitas, W. M. T. de M., & Soares, S. C. da S. (2016). A sexualidade sob o olhar da pessoa idosa. *Revista Bras. Geriatr. Gerontol.*, 19(6), 939-949. Recuperado em 9 julho, 2021, de: <https://www.scielo.br/j/rbgg/a/7dtmjLMf3c4bHR8bgcQDFXg/abstract/?lang=pt>.

Vasconcellos, D., Novo, R. F., Castro, O. P., Vion-Dury, K., Ruschel, Â, Couto, M. C. P., Colomby, P., & Giami, A. (2004). A sexualidade no processo do envelhecimento: novas perspectivas - comparação transcultural. *Revista Estudos de Psicologia*, 9(3), 413-419. Recuperado em 12 julho, 2021, de: <https://www.scielo.br/j/epsic/a/SrQsbzcWQBk7kBfQbyWyDbf/abstract/?lang=pt>.

Recebido em 08/09/2021

Aceito em 30/11/2021

Simone Rodrigues da Silva Araújo - Enfermeira. Mestra em Gerontologia, Universidade Católica de Brasília. Doutoranda em Gerontologia, Universidade Católica de Brasília. Acadêmica de Medicina, Universidade Católica de Brasília. Brasília, DF.

ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0002-4184-7625>

E-mail: simone.araujo.silva@hotmail.com

Leozenito Corado de Freitas - Professor. Especialista em Direito Educacional. Acadêmico de Medicina, Universidade de Rio Verde, UniRV.

ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0001-9003-5044>

E-mail: leozenito@gmail.com

Luciana Mendonça Timoteo - Acadêmica de Medicina, Universidade de Rio Verde, UniRV.

ORCID iD: <http://orcid.org/0000-0001-5175-5073>

E-mail: lulu-timoteo@hotmail.com