



RESEARCH ARTICLE

OPEN ACCESS

PRÁTICAS SEXUAIS NA TERCEIRA IDADE: MITOS E DESAFIOS

Mariana Kelly Lacerda Del Piano Soares^{1,*}, Luana Araújo dos Reis², Diana Moraes de Carvalho¹, Flávia Rocha Brito³, Jarbas dos Santos Araújo⁴, Frank Evilácio de Oliveira Guimarães⁵, Anne Argolo e Sacramento⁶, Luciana Araújo dos Reis⁷ and Jeniffer Moreira Arruda⁸

¹ Graduanda em Enfermagem pela Faculdade Independente do Nordeste. Vitória da Conquista, Bahia, Brasil

² Pós doutoranda em Enfermagem e Saúde (UFBA), Docente da Faculdade Independente do Nordeste (FAINOR), Vitória da Conquista, Bahia, Brasil

³ Mestre em Enfermagem e Saúde, Coordenadora da Atenção Básica, Carabas, BA, Brasil

⁴ Enfermeiro, Pós-Graduando em MBA Gestão em Saúde e Controle e Infecção Hospitalar. Salvador, Bahia, Brasil

⁵ Mestre em Enfermagem, Docente da Universidade Católica de Salvador e do Centro Universitário Maurício de Nassau. Salvador, Bahia, Brasil

⁶ Enfermeira. Pós-graduanda em Saúde Ocupacional, Jequié, Bahia, Brasil

⁷ Pós-Doutora em Ciências da Saúde. Docente da Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia. Jequié, BA, Brasil
Gerente de Pesquisa da Faculdade Independente do Nordeste. Vitória da Conquista, BA, Brasil

⁸ Enfermeira pela Faculdade Independente do Nordeste. Vitória da Conquista, Bahia, Brasil

ARTICLE INFO

Article History:

Received 28th September, 2019

Received in revised form

27th October, 2019

Accepted 11th November, 2019

Published online 31st December, 2019

Key Words:

Envelhecimento,
Idoso, Sexualidade,
Práticas Sexuais, IST.

ABSTRACT

Objetivo: descrever os mitos e desafios das práticas sexuais na terceira idade através de uma revisão integrativa. **Método:** Revisão integrativa de literatura que teve suas buscas nas bases de dados lilacs, medline e scielo de artigos publicados de janeiro de 2009 a dezembro de 2019, com o emprego dos descritores: Envelhecimento, Idoso, Sexualidade, Práticas Sexuais, IST. Realizou-se a sistematização dos dados pela técnica de Análise de Conteúdo. **Resultados:** Foram analisados oito artigos em que se descreveu os mitos e desafios das práticas sexuais enfrentadas na terceira idade. No tocante às estratégias, busca-se integrar o tema na grade curricular dos cursos de saúde e o amparo na educação continuada desses profissionais como qualificação para uma eficaz abordagem a esse grupo. **Conclusão:** Reconhece-se, pois, que os mitos e desafios da sexualidade, assim como da prática sexual em si e até mesmo da idade desse indivíduo, levanta questionamentos sobre o que lhe é ou não permitido. Visto isso, o preparo dos profissionais na ponta do atendimento deve estar afinado, objetivando acolher, proteger, desmistificar e educar essa população idosa quando as práticas sexuais seguras.

Copyright © 2019, Mariana Kelly Lacerda Del Piano Soares et al. This is an open access article distributed under the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

Citation: Mariana Kelly Lacerda Del Piano Soares, Luana Araújo dos Reis, Diana Moraes de Carvalho et al. 2019. "Práticas sexuais na terceira idade: mitos e desafios", *International Journal of Development Research*, 09, (12), 32861-32863.

INTRODUCTION

O prazer e a qualidade podem ser sinônimos de envelhecimento para muitas pessoas de idade avançada (DANIEL et al, 2016). Porém, o envelhecimento ativo vem como um desafio coletivo, incluindo domínios que requerem uma visão sem preconceito para que esse rearranjo do estilo de viver se torne cada vez mais natural, comum e seguro (VELOZO 2015).

*Corresponding author: Mariana Kelly Lacerda Del Piano Soares, Graduanda em Enfermagem pela Faculdade Independente do Nordeste. Vitória da Conquista, Bahia, Brasil.

O direcionamento de uma maior atenção à saúde da população com mais de sessenta anos de idade é necessário, tendo em vista o aumento no número de idosos, da expectativa de vida e do envelhecimento ativo. Dentre as questões que compreendem a qualidade de vida da terceira idade, destacam-se a sexualidade e as práticas sexuais como importantes critérios para o envelhecimento ativo (SOUZA 2015). Além do aumento da população de idosos e o aumento das práticas sexuais entre eles, os riscos de contrair as Infecções Sexualmente Transmissíveis - IST entre a população idosa também aumentou.

Diante este fato, a educação em saúde sexual para o público idoso se fez mais importante. Seja pelo medo de perder a ereção, por não saber utilizar o preservativo ou pela “segurança” da fidelidade do cônjuge, uma parcela dessa população, mesmo possuindo conhecimento das formas de prevenção, ainda pratica atividade sexual de maneira insegura. Além, há aqueles que desconhecem as formas de prevenir as IST, fazendo enfática a preocupação em atender a terceira idade com olhar não só nas doenças crônicas, mas também na sua saúde sexual (LAROQUE et al, 2011). O interesse no tema surgiu após experiência em estágio curricular perante a observação de relatos de vivência sexual de idosos. Cada vez mais se encontra idosos com vida sexual ativa em controversa aos tabus da sociedade moderna. Estes, por sua vez, apesar de enfrentarem diversos preconceitos sociais, culturais e familiares buscam estratégias para manutenção de uma prática sexual ativa (SOUZA 2015). Diante do exposto, este artigo objetivou descrever os mitos e desafios das práticas sexuais na terceira idade através de uma revisão integrativa.

MATERIALS AND MÉTODOS

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, que constitui uma avaliação ampliada de textos que nos levam a uma reflexão para estudos futuros. É utilizada para analisar, identificar e sintetizar resultados de estudos independentes sobre uma mesma temática, possibilitando determinar o conhecimento atual sobre o assunto de escolha. A revisão integrativa proporciona suporte para a tomada de decisões e a melhoria da prática clínica, além de apontar a necessidade de realização de novos estudos para preencher as lacunas existentes no conhecimento científico da atualidade (CROSSETTI, 2012). Para o desenvolvimento desta revisão, foram adotadas as seguintes etapas: 1 - Escolha da temática a ser buscada. 2 – Elaboração da questão orientadora da pesquisa. 3 – Escolha da base de dados. 4 – Escolha dos descritores e elaboração das estratégias de busca. 5 – Elaboração de critérios de Inclusão e Exclusão. 6 – Busca na Base de dados e 7 – Análise dos dados encontrados (MENDES et al, 2019). Foram utilizados os critérios de inclusão artigos entre os anos de 2009 a 2019, com o tema sobre práticas sexuais na terceira idade e de exclusão artigos anteriores ao ano de 2009 com temas fora do assunto práticas sexuais na terceira idade. Este estudo obedeceu a Lei de direitos autorais de nº 9.610/98 que regulamenta os direitos autorais, entendendo-se sob esta denominação os direitos do autor e os que lhe são conexos.

RESULTADOS

Foram analisados 08 artigos que abordam de forma direta a temática deste estudo, após aplicação dos critérios de inclusão e exclusão. Os artigos serão apresentados a seguir contemplando ano de publicação, periódico, título do artigo, autores, objetivos e principais resultados.

DISCUSSÃO

Para muitos, a definição de sexo e de sexualidade não é clara, o que as leva a serem confundidas ou mesmo entendidas somente como o ato sexual em si. Entretanto, a sexualidade vai muito além. É a compreensão de amor e ternura em cada indivíduo, envolvendo sentimentos, ações e interações, tornando um ser sensual e ao mesmo tempo sexual, sendo

assim, intrínseca à personalidade e saúde de cada pessoa (UCHÔA et al, 2016). Entende-se que, apesar de todas as modificações físicas e psicológicas de cada indivíduo ao longo da vida, a capacidade de amar e o desejo por intimidade não são anulados, pelo contrário, é aprendido uma nova forma de experimentar a sexualidade em cada idade. Uma maior aceitação do idoso como um ser sexualmente ativo contribui para qualidade de vida desse idoso, auxiliando no processo de descobrimentos e práticas sexuais seguras (SANTOS et al, 2019). Nesse contexto, surge a auto percepção da pessoa idosa perante a sexualidade, que, em sua maioria, é embasada em vivências anteriores e modificações biopsicossociais advindas do envelhecer, mas que muitas vezes, também incluem mitos que distorcem a impressão do “eu” nas relações em que o indivíduo esteja envolvido (CAÓTICAS 2009).

De geração em geração, os tabus sobre sexualidade são nutridos e pertencentes na formação dos indivíduos. Essa construção de uma sociedade preconceituosa fundamenta a necessidade de discussões sobre o tema para que se promova saúde e qualidade de vida. Tais discussões também devem ser incluídas nas formações acadêmicas até as permanentes dos profissionais de saúde (CASSÉTTE et al, 2016). Esse preconceito ainda forte na sociedade, oprime e vulnerabiliza os idosos que desejam ter suas vidas sexuais ativas (UCHÔA et al, 2016).

Diante desses pudores e tabus, os senis que desejam realizar-se sexualmente se fecham e suas fantasias sexuais passam a fazer parte somente de uma vida onírica (ROZENDO, ALVES, 2015). Os mitos e desafios das práticas sexuais na terceira idade são fundamentados no preconceito que vem não só externo, mas também entre os próprios idosos. Porém, deve-se desfazer esses tabus e conscientizar os idosos sobre as novas possibilidades nessa etapa da vida. Em cada fase da vida nosso comportamento sexual é modificado e adaptado, assim como os processos fisiológicos. Na terceira idade, o indivíduo é visto como decrépito e assexuado, o que não é verdade, uma vez que com o aumento da expectativa de vida, além da continuidade, ou até, intensificação do comportamento sexual, muitos vovós e vovós se descobrem e se permitem viver novas alegrias e prazeres (SANTOS et al, 2017).

A moral religiosa é um dos fortes fatores que contribuem para as limitações dentro do relacionamento do casal e da vida de castidade após viuvez, o que faz com que, principalmente as mulheres, se bloqueiem para satisfazer seus desejos sexuais, seja durante o casamento ou após a viuvez gerando conflitos entre querer e poder. Em controversa, as mulheres que se permitem viver seus desejos relatam uma vida mais plena diante as suas realizações, quebrando os estigmas e superando os mitos e tabus ainda impostos pela sociedade (ROZENDO, ALVES, 2015). Com isso, o atendimento ao idoso deve iniciar desde a porta de entrada dos serviços de saúde. Embora o tema ainda seja pouco ou nada discutido, é plausível abordar o idoso na ESF- Estratégia de Saúde da Família, criando programas que desconstruam preconceitos, mitos e tabus que cercam esse público (SILVA et al, 2016). Para isso, o enfermeiro da Estratégia de Saúde da Família deve ser capacitado para realizar o atendimento da saúde sexual do idoso, seja o que mantém a moral da crença ou o que se permitiu viver seus desejos, de maneira que ambos sintam confiança para tirar dúvidas e ser esclarecido das mesmas de maneira eficaz (SANTOS et al, 2017).

Quadro 1. Artigos segundo ano de publicação, título, objetivos e principais resultados

ANO	TÍTULO DO ARTIGO	OBJETIVO	PRINCIPAIS RESULTADOS
2009	Sexualidade e qualidade de vida na idade avançada	Analisar a temática da sexualidade na terceira idade e a influência desta na qualidade de vida de idoso.	Tomou-se possível compreender conceitos como envelhecimento, sexualidade e qualidade de vida, visto que, a partir deste, pode-se verificar o ato como fonte de desejo, prazer e sentimentos; as faces ocultas e o emergir da sexualidade; a modificação da expressão da sexualidade na terceira idade; e o idoso para a sociedade
2015	Sexualidade Na Terceira Idade: Tabus E Realidade	analisar a maneira como a sexualidade é retratada e vivenciada na terceira idade.	Mesmo ainda sendo tabu, a sexualidade continua sendo vivenciada pela maioria dos idosos.
2015	Sexualidade E Envelhecimento: Avaliação Do Perfil Sexual De Idosos Não Institucionalizados	analisar o perfil sexual de um grupo de idosos não institucionalizados, bem como analisar os fatores que interferem na atividade sexual.	A maioria dos participantes (73,1%) eram sexualmente inativos, os quais, em sua maioria, relataram não sentir mais interesse por relações sexuais, mesmo reconhecendo a importância do sexo no envelhecimento. Quanto aos idosos ativos, a maioria (27,7%) realizam a prática quatro vezes por mês, sentiam-se satisfeitos após o ato (97,4%), tinham privacidade em suas casas (88,9%) e perceberam, com o passar dos anos, a presença tanto de alterações fisiológicas (72,2%) quanto relacionadas ao desejo (77,8%).
2015	A Percepção Dos Idosos Sobre A Sexualidade: Revisão Sistemática Da Literatura.	Explorar, recolher, organizar, sintetizar e compartilhar, por meio da revisão sistemática da literatura, os resultados de artigos primários, referentes à percepção dos idosos em relação a sua sexualidade.	Torna-se evidente que existe uma lacuna sobre o assunto e que falta informações para as desmistificações que impregnam o nosso cenário cultural com mitos e tabus que dificultam a vivência e a percepção autêntica dos idosos, no que diz respeito a sexualidade
2016	A Sexualidade Sob O Olhar Da Pessoa Idosa.	Identificar a percepção dos idosos acerca da sexualidade.	Os idosos apresentaram idade média de 72 ($\pm 5,92$) anos. A maioria (62,5%) relatou não estar preparado na juventude para iniciar a vida sexual, tinham reduzido conhecimento sobre doenças sexualmente transmissíveis (41%) e suas formas de prevenção (42,3%). Atualmente, 84% não sabiam distinguir sexo de sexualidade, mesmo assim, grande parte (69,5%) acreditava que estimulava a sua sexualidade, identificando a família (16,5%) e religião (15,5%) como fatores inibitórios. Vinte e oito e meio por cento dos pesquisados citaram que os profissionais da saúde estão preparados para abordar o tema, porém, eles são quase a última fonte de informação consultada (17,5%) quando o assunto é sexualidade.
2016	Olhar de enfermeiro na atenção primária de saúde: prática sexual na terceira idade	Refletir acerca da assistência à saúde do idoso no que se refere à prática sexual como promoção de saúde e qualidade de vida na terceira idade.	Verificou-se que o significado de sexualidade é diferente para cada idoso e pode estar relacionado com sua história de vida, a educação e o meio social em que estão inseridos e que a sua expressão é influenciada por fatores biofisiológicos e psicossociais. Observou-se ainda que os enfermeiros devam ter uma visão holística das pessoas idosas, que lhes permita desenvolver estratégias para facilitar o envelhecimento equilibrado.
2017	Percepções E Vivências De Idosos Sobre Sua Sexualidade.	Conhecer as percepções e vivências de idosos assistidos em um centro de referência para pessoas idosas.	A sexualidade é um fator importante para que os idosos vivam melhor, contudo é necessário conhecer como eles a percebem e a vivenciam, pois tal conhecimento é de suma relevância para subsidiar os profissionais de saúde, bem como para planejar políticas públicas voltadas para essas pessoas.
2019	Sexualidade na Terceira Idade: a Percepção dos Idosos Usuários de um Serviço de Apoio a Melhor Idade	Analisar a percepção das pessoas idosas acerca da sexualidade na terceira idade	Apesar de terem relatado desejos sexuais, boa parte dos entrevistados ainda não se sente à vontade para tais práticas. Alguns sentem necessidade de falar sobre o assunto, mas ainda o consideram tabu, o que justifica a baixa frequência de relações sexuais entre os participantes.

Considerações Finais

Os enfrentamentos psicossociais vivenciados pelos idosos quanto ao tema em questão, podem ser comparados a tantos outros em etapas diferentes do ciclo da vida, a exemplificar a adolescência e suas não conclusões sobre o que lhe é ou não de direito e responsabilidade. Uma vez que, a pessoa idosa opta por permanecer-se sexualmente ativo, os mitos e desafios da sexualidade, assim como da prática sexual em si e até mesmo da idade desse indivíduo, levanta questionamentos sobre o que lhe é ou não permitido. Como infeliz acréscimo, a inexistência da educação sexual da população com mais de 60 anos de idade os expõe a riscos como as IST's. Visto isso, a capacitação dos profissionais na ponta do atendimento deve estar afinada, objetivando acolher, proteger, desmistificar e educar essa população idosa quando as práticas sexuais seguras, minimizando, assim, a exposição à ISTs. Deste modo, espera-se com os resultados deste estudo sensibilizar profissionais de saúde, sobretudo enfermeiros, para melhor atender as demandas da pessoa idosa, especialmente em relação a vida sexual e sexualidade destes.

Ademais, sugere-se a inserção desta temática no meio acadêmico, para que os futuros profissionais sejam qualificados a orientar e acompanhar o idoso sexualmente ativo, bem como trabalhar com a educação em saúde como ferramenta indispensável para redução dos agravos e promoção da saúde.

REFERÊNCIAS

- Caótica S. C, Oliveira C. D. 2009. Sexualidade e qualidade de vida na idade avançada. 1 Centro Universitário Luterano de Palmas, TO (CEULP/ULBRA). Disponível em: <https://s3-sa-east-1.amazonaws.com/publisher.gn1.com.br/ggaging.com/pdf/v3n1a07.pdf>
- Cassette JB, Silva LC, Felício Eeaa, Soares LA, Moraes RA, Prado TS, Guimarães DA. 2016. Hiv/aids em idosos: estigmas, trabalho e formação em saúde. Rev. Bras. Geriatr. Gerontol. Disponível em: <https://www.redalyc.org/html/4038/403848026003/>

- Crossetti MGO. 2012. Revisão integrativa de pesquisa na enfermagem o rigor científico que lhe é exigido. *Rev. Gaúcha Enferm.* 33(2):8-9. Available from: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-14472012000200001&lng=en. <http://dx.doi.org/10.1590/S1983-4472012000200001>.
- Daniel F, Caetano E, Monteiro R, Amaral I. 2016. Representações sociais do envelhecimento ativo num olhar genderizado. *Aná. Psicológica* vol.34, nº. 4, Lisboa dezembro. Disponível em: http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=s0870-82312016000400002
- Laroque M. F, Affeldt A. B, Cardoso D. H, Souza G. L, Santana M. G, Lange C. 2011. Sexualidade do isoso: comportamento para a prevenção de dst/ aids. *Rev Gaúcha Enferm.*, Porto Alegre (RS) dez;32(4):774-80. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rngen/v32n4/v32n4a19.pdf>.7
- Mendes KDS, Silveira RCCP, Galvão CM. 2019. Use of the bibliographic reference manager in the selection of primary studies in integrative reviews. 28:e20170204. Available from: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-07072019000100602&lng=en. Epub Feb 14, 2019. <http://dx.doi.org/10.1590/1980-265x-tce-2017-0204>.
- Rozendo A. S, Alves M. J. Sexualidade na terceira idade: tabus e realidade. *Revista Kairós Gerontologia*,18(3), Pp. 95-107. ISSN 1516-2567. Issne 2176-901X. São Paulo (SP), Brasil: Fachs/Nepe/Pepgg/PUC-SP. (2015, Julho-Setembro). Disponível em: <https://docs.google.com/viewerng/viewer?url=https://revistas.pucsp.br/kairos/article/viewFile/26210/18869>
- Santos A. C, Silva S C M, Sousa A N I, Rocha T. B. M. K, Leal P. B. J, Moura L. R. 2019. Sexualidade na Terceira Idade: a Percepção dos Idosos Usuários de um Serviço de Apoio a Melhor Idade. *Atas CIAIQ. Investigação Qualitativa em Saúde Investigación Cualitativa en Salud* Volume 2. Disponível em: <https://www.proceedings.ciaiq.org/index.php/CIAIQ2019/article/view/2309/2226>
- Santos M. C, Nunes R, Cruz G. H. S, Souza M. S, Barbosa R. A. A., Lima E. R, Teles M. A. B. Percepções e vivências de idosos sobre sua sexualidade. *Almanaque Multidisciplinar De Pesquisa, Universidade Unigranrio.* Ano IV, V5volume 1, Número 1, 2017. Disponível em: <http://publicacoes.unigranrio.edu.br/index.php/amp/article/view/4317/2337>
- Silva L. M. M, Oliveira M. D, Pereira S. N. Olhar De Enfermeiro Na Atenção Primária De Saúde: Prática Sexual Na Terceira Idade. *Temas em Saúde* Volume 17, Número 1 ISSN 2447-2131 João Pessoa, 2017. Disponível em: <http://temasemsaude.com/wp-content/uploads/2017/05/17104.pdf>
- Souza M. P. 2015. A percepção dos idosos sobre a sexualidade: revisão sistemática da literatura. *Saúde & Transformação Social/Health & Social Change*, ISSN 2178-7085, Florianópolis, Santa Catarina, Brasil, v. 6, n. 1 (2015). Disponível em: <http://stat.intraducoes.incubadora.ufsc.br/index.php/saudeetransformacao/article/view/2703>
- Uchôa Y. S, Costa D. C.A, Junior I. A. P.S, Silva S. T. E, Freitas W. M. T. M, Soares S. C. S. A sexualidade sob o olhar da pessoa idosa. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, vol. 19, núm. 6, novembro-dezembro, 2016, pp. 939-949 Universidade do Estado do Rio de Janeiro Rio de Janeiro, Brasil. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/4038/403849869006.pdf>
- Veloso A.S.T. Envelhecimento, Saúde e Satisfação Efeitos do Envelhecimento Ativo na Qualidade de Vida. Editora: FEUC. Universidade De Coimbra. 23/JUL/2015. Disponível em: <http://hdl.handle.net/10316/29711>
