

A sexualidade do idoso na perspectiva biopsicossocial

Elderly sexuality from the biopsychosocial perspective

AMANDA R. CHAGAS¹; BÁRBARA C. SANTOS¹; FRANCIELLY E. N. SILVA¹; GRASIELE C. FERREIRA¹; SABRINA O. VIANA²

¹ Graduanda do Curso de Fisioterapia - PUC Minas Betim. - chagas.r.amanda@gmail.com.

¹ Graduanda do Curso de Fisioterapia - PUC Minas Betim. - babicaldeira@gmail.com.

¹ Graduanda do Curso de Fisioterapia - PUC Minas Betim. - francielly.ellen2015@hotmail.com.

¹ Graduanda do Curso de Fisioterapia - PUC Minas Betim. - grasioleferreira0@gmail.com.

² Professora do Curso de Fisioterapia - PUC Minas Betim. - sabrinaviana@yahoo.com.br.

RESUMO: a vivência da sexualidade na velhice pode sofrer influência das mudanças fisiológicas, psicológicas e sociais decorrentes do envelhecimento, processo esse irreversível e não patológico de deterioração de organismos maduros. Este estudo é uma revisão narrativa que visou identificar quais fatores biopsicossociais interferem na sexualidade do idoso. A pesquisa foi realizada nas bases Pubmed, Scielo e Lilacs, entre setembro e outubro de 2019, utilizando os descritores idoso, envelhecimento, sexualidade e saúde sexual em português e inglês. Foram selecionados estudos publicados nos últimos 10 anos, com idosos brasileiros, sem comprometimento da função cognitiva. Após análise dos artigos, os resultados foram agrupados de acordo com o modelo biopsicossocial de funcionalidade da Organização Mundial de Saúde. No aspecto biológico, redução da libido, ansiedade, disfunção erétil e outras enfermidades favorecem o declínio da vida sexual ativa do idoso. Fatores pessoais, como autoimagem negativa, experiências pregressas traumáticas, além de fatores ambientais, que incluem preconceito social, questões ideológicas presentes no ambiente de criação, falta de privacidade no domicílio e ausência do companheiro também influenciam a vivência da sexualidade. Abordar a sexualidade dos idosos exige dos profissionais de saúde uma visão holística, que combine fatores biopsicossociais a fim de compreender a sexualidade nessa perspectiva, identificando barreiras e facilitadores para sua vivência.

Palavras-chave: Idoso. Envelhecimento. Sexualidade. Saúde sexual. Fisioterapia.

ABSTRACT: the experience of sexuality in old age can be influenced by physiological and social changes resulting from aging which is an irreversible and non-pathological process of deterioration of mature organisms. This study is a narrative review that aimed to identify which biopsychosocial factors interferes in the sexuality of the elderly. The research was conducted in Pubmed, Scielo and Lilacs databases, between September and October 2019, using the keywords: elderly, aging, sexuality and sexual health in Portuguese and English. We selected studies which were published in the last 10 years, with Brazilian elderly, without impairment of the cognitive function. After analyzing the articles, the results were grouped according to the biopsychosocial model of functionality of the World Health Organization. On the biological aspect, reduced libido, anxiety, erectile dysfunction and other diseases favor the decline of the active sexual life of the elderly. Likewise, personal factors such as negative self-image, traumatic past experiences and limited knowledge about sexuality and environmental factors are mentioned, including social prejudice, ideological issues in the upbringing process, lack of privacy at home and absence of the partner. Addressing the sexuality of the elderly requires of health professionals a holistic view that combines biopsychosocial factors in order to

understand sexuality in this perspective, identifying barriers and facilitators for their experience.

Keywords: Elderly. Aged. Sexuality. Sexual health. Physical Therapy.

1 INTRODUÇÃO

O envelhecimento populacional é um fenômeno mundialmente conhecido e diretamente relacionado ao aumento da expectativa de vida, redução da taxa de mortalidade, melhorias na urbanização, aumento dos níveis de higiene pessoal e ambiental e aos avanços tecnológicos na área da saúde (DORNELAS NETO et. al., 2015). Estima-se que em 2058 os idosos representarão 25% da população brasileira (INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA, 2019). Para a Organização Pan-Americana de Saúde, o envelhecimento é um processo sequencial, individual, acumulativo, irreversível, universal e não patológico de deterioração de um organismo maduro, de maneira que o tempo o torne menos capaz de fazer frente ao estresse provocado pelo meio-ambiente (ORGANIZACIÓN PANAMERICANA DE LA SALUD, 2003).

No Brasil, um indivíduo é considerado idoso a partir dos 60 anos (BRASIL, 2020). Mas atualmente, o envelhecimento não é compreendido apenas pela idade cronológica, devendo ser acrescentadas as influências de aspectos biológicos, psicológicos e sociais (SCHNEIDER e IRIGARAY, 2008). As alterações biológicas comuns provocadas pelo processo de envelhecimento afetam os sistemas nervoso central, cardiovascular, respiratório e osteomioarticular, além do sistema geniturinário e reprodutivo. O comprometimento deste último pode causar dificuldades nas relações sexuais, como lentidão para atingir a ereção e diminuição da lubrificação vaginal (MOTTA, 2013; GRADIM et. al., 2007).

Todavia, as alterações biológicas não impedem o idoso de vivenciar a sexualidade, definida como resultado dinâmico da capacidade física, motivação, atitudes, oportunidades de parceria e conduta sexual, abrangendo todas as orientações sexuais. A sexualidade é também influenciada pela intimidade, descrita como qualidade ou condição de um relacionamento que envolve familiaridade pessoal e sentimentos acalorados e compreende o toque, carícia, fantasia e masturbação (LINDAU et. al., 2007; KENNY et. al., 2013; GALINSKI et. al., 2014).

A sexualidade nessa faixa etária recebe atenção escassa de profissionais de saúde. A negligência de profissionais médicos, por exemplo, reforça a ideia de que a sexualidade na velhice ainda é um tabu (CHERPAK et. al., 2016). Apesar dos dados comprovarem que a

população de idosos cresce no Brasil de maneira significativa com tendência de se tornar mais ativa socialmente, ainda existe a ideia de que idosos são pessoas assexuadas, e por isso este assunto é negligenciado no âmbito da promoção de saúde. A falta de preparo da sociedade para lidar com o envelhecimento somada ao preconceito e a uma compreensão limitada da sexualidade podem reduzir as oportunidades do idoso de vivenciar a sexualidade. O modelo biopsicossocial de funcionalidade e incapacidade humana criado pela Organização Mundial de Saúde tem auxiliado os profissionais a guiar condutas clínicas a partir de um olhar mais ampliado sobre a saúde (NUBILA, 2010). Neste contexto, a sexualidade na velhice poderia ser melhor compreendida considerando sua interface com fatores do contexto.

Diante do exposto, este estudo objetivou realizar uma revisão narrativa, a fim de identificar quais fatores biopsicossociais interferem na sexualidade da pessoa idosa.

2 MATERIAIS E MÉTODOS

Para dar início à pesquisa foi elaborada a seguinte questão norteadora: “Quais fatores biopsicossociais impactam na sexualidade da pessoa idosa?” A partir disso, realizou-se uma revisão bibliográfica narrativa sobre o tema em três bases de dados científicas. Foram usados os descritores em ciências da saúde: idoso/aged-elderly, envelhecimento/aging, sexualidade/sexuality e saúde sexual/sexual health de forma combinada, nos idiomas português e inglês. As pesquisas foram realizadas nas bases de dados Pubmed, Scielo e Lilacs entre setembro e outubro de 2019. Inicialmente foram selecionados estudos realizados no Brasil, publicados nos últimos 10 anos, que incluíram apenas idosos na amostra. Também foram selecionados estudos a partir da lista de referências de artigos previamente encontrados nas bases. Após leitura do título e resumo e exclusão das publicações duplicadas, 16 artigos foram selecionados para a revisão. Na segunda etapa, mediante leitura na íntegra dos artigos, excluíram-se 9 por razões como: abordar a doença como foco principal do estudo, não especificar a idade dos participantes ou incluir adultos e idosos em único grupo, não incluir brasileiros na amostra e avaliar a sexualidade através do olhar de profissionais de saúde não considerando a percepção do idoso. A leitura e análise dos sete artigos selecionados foi feita por quatro pesquisadores e as informações principais organizadas em um quadro de fichamento.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A presente revisão bibliográfica incluiu estudos de natureza quantitativa e qualitativa realizados no Brasil com amostras de pessoas idosas de ambos os sexos, cujo informante ou entrevistado foi o próprio idoso. A idade dos idosos entrevistados em todos os estudos variou entre 60 e 84 anos, sendo a maioria mulheres. Os artigos contemplaram idosos casados, divorciados e viúvos com função cognitiva preservada e de diversos níveis de escolaridade.

Sobre os artigos incluídos na revisão, observa-se um número maior de pesquisas de natureza qualitativas (4) e prevalência de estudos realizados nas regiões Nordeste e Sudeste (Quadro 1). É importante informar que os estudos revisados não abordaram aspectos da sexualidade conjugal de idosos cuidadores.

Quadro 1: Caracterização dos artigos incluídos na revisão.

Título do artigo	Ano	Objetivo	Técnica de coleta	Natureza Metodológica	Cidade/Estado
A vivência da sexualidade de idosos em um Centro de Convivência	2015	Conhecer e discutir as percepções dos idosos quanto a sua prática sexual e compreender como ele vivencia essa fase.	Entrevista semiestruturada.	Qualitativo	Teresina/Piauí
A sexualidade sobre o olhar da pessoa idosa	2016	Identificar a percepção dos idosos sobre a sexualidade.	Questionário estruturado administrado pelo pesquisador.	Quantitativo	Belém/Pará
Exercício da sexualidade em pessoas idosas e os fatores relacionados	2016	Analisar os fatores que interferem no exercício da sexualidade de pessoas idosas.	Entrevista semiestruturada.	Quantitativo	Pernambuco
Vivência da sexualidade por mulheres idosas	2017	Interpretar a vivência da sexualidade pela mulher idosa e construir um modelo teórico explicativo.	Entrevista semiestruturada.	Qualitativo	Marília/São Paulo

Análise do comportamento sexual de idosas atendidas em um ambulatório de ginecologia	2018	Analisar o comportamento sexual de pacientes idosas, a proporção das sexualmente ativas, das que possuem interesse sexual e das que consideram o sexo importante para a qualidade de vida.	Questionário estruturado.	Quantitativo	Vitória/Espírito Santo
Sentidos de sexualidade entre mulheres idosas: relações de gênero, ideologias mecanicistas e subversão	2018	Compreender os sentidos de sexualidade construídos por mulheres idosas.	Entrevista semiestruturada.	Qualitativo	Manaus/Amazonas
Compreensão de sexualidade por homens idosos de área rural	2019	Compreender o significado de sexualidade para homens idosos de área rural.	Questionário de identificação socioeconômica e saúde, entrevista semiestruturada.	Qualitativo	Cruz das Almas/Bahia

Fonte: Elaborado pelas autoras

De acordo com a pesquisa, foi possível observar que os fatores biopsicossociais mais citados nos estudos selecionados se relacionaram aos aspectos biológicos, ou seja, às estruturas e funções do corpo, seguidos pelas características pessoais e ambientais.

Os fatores biológicos mais citados relativos às consequências do envelhecimento na sexualidade foram mudanças corporais, como diminuição da libido, sintomas da menopausa, ansiedade, depressão, disfunção erétil nos homens, doenças cardiovasculares e lombalgias. Além desses fatores, a idade cronológica, cansaço e outras enfermidades foram considerados aspectos negativos pelos idosos. A deficiência das estruturas e funções corporais dos cônjuges homens, como problemas de ereção, coagulação, hipertensão e diabetes, fazem com que as mulheres deixem de praticar o ato sexual. Isso ocorre, pois parte das mulheres casadas

vivenciam a sexualidade apenas através da penetração, e não experimentam outra forma de sexualidade (NASCIMENTO et. al., 2017; OLIVEIRA et. al., 2018; CABRAL et. al., 2019).

Em contrapartida, algumas idosas relataram adaptar sua sexualidade, ou seja, a partir do momento que a penetração não se tornou mais possível, elas adotaram o toque, carícias e cuidados com sua autoimagem para se satisfazer. Assim, se sentiram satisfeitas ao se arrumarem e perfumarem, além de contribuir para diminuição de sintomas de depressão. Buscar outras formas de se manter ocupada, praticando atividade física por exemplo, melhorou a percepção da imagem corporal e, conseqüentemente, da sexualidade, evidenciando aqueles que compreendem a sexualidade em seu aspecto holístico, conseguem lidar com as dificuldades impostas pelo envelhecimento (NASCIMENTO et. al., 2017; OLIVEIRA et. al. 2018; MARQUES et. al., 2015).

Dentre os aspectos pessoais, os fatores que interferem na sexualidade dos idosos são a autoimagem, o desejo sexual e o conhecimento adquirido sobre a sexualidade através das vivências pregressas. Algumas das idosas entrevistadas se casaram com idade entre 13 e 21 anos e só tiveram suas práticas sexuais com o primeiro marido, limitando a vivência de outras experiências e possibilidade de autoconhecimento íntimo. Além disso, experiências traumáticas na vida adulta, como incompatibilidade sexual com o parceiro ou a prática sexual como obrigação, contribuíram para que idosos evitassem o ato sexual na velhice. No entanto, foi possível observar, através da educação dialógica sexual a possibilidade de reverter essa percepção da sexualidade tornando-a positiva, mantendo a sexualidade ativa ao longo da vida, pois os mesmos acreditam que a intimidade a dois é importante para o bem-estar pessoal mesmo que não ocorra penetração (RODRIGUES et. al., 2019).

A satisfação com a imagem corporal pode interferir na prática do sexo, como descrito no estudo de Alencar et. al., (2016) com 235 idosos, no qual demonstrou que o excesso de peso e aumento da circunferência da cintura foram citados pelo público feminino como interferência negativa na prática sexual (OLIVEIRA et. al., 2018; MARQUES et. al., 2015).

Algumas idosas inativas sexualmente que almejam mudar tal realidade, demonstram que o desejo permanece com a idade, contrariando a visão de que a sexualidade é incompatível com a velhice. Essas se satisfazem por meio de comportamentos, como autoerotismo, carícias e beijos, mantendo a capacidade sexual ativa independente das limitações e comorbidades (RODRIGUES et. al., 2018). Em contrapartida, alguns idosos com atividade sexual diminuída, exprimem sua sexualidade por meio do amor e da união com seu parceiro, criando uma relação

permanente fundamentada no companheirismo, valorizando a troca de carinho, atenção e o diálogo apesar de não se completar o ato sexual (MARQUES et. al., 2015; NASCIMENTO et. al., 2017).

Outro fator importante observado foi que o desejo sexual se mantém aflorado nos idosos através dos relatos de que eles sentem muita vontade de praticar relações sexuais, mesmo que seja em menor frequência. Nota-se que a frequência sexual diminui à medida que a idade avança e que os idosos prezam mais pela qualidade de suas relações do que pela quantidade (MARQUES et. al., 2015).

Os fatores relacionados às influências ambientais observados foram a falta de orientações em relação à educação sexual, preconceitos sociais, modo de criação, presença ou não de parceiros e privacidade. Grande parte dos idosos entrevistados nos estudos lidos não concluíram o ensino “primário”, e provavelmente tiveram menos acesso às fontes de conhecimento sobre envelhecimento e sexualidade, fazendo com que acreditem que há prazo de validade para vivenciar a sexualidade, como se esta fosse restrita aos jovens (NASCIMENTO et. al., 2017, OLIVEIRA et. al., 2018; MARQUES et. al., 2015). Rodrigues et. al., (2019) destacaram a importância de diálogos educativos entre os idosos, visto que proporcionam uma libertação sobre a definição da sexualidade, sendo um caminho viável para desmistificar a sexualidade e proporcionar o desvelamento crítico. Esses autores mostraram que os diálogos em grupo repercutiram positivamente no conhecimento das idosas sobre a sexualidade, causando um desvelamento crítico sobre o sexo ser apenas para a juventude, o empoderamento das mulheres e sua libertação.

A sociedade, de modo geral, prega que idosos são seres improdutivos e assexuados e isso faz com que eles neguem a si e aos seus desejos, para se enquadrarem em um padrão comportamental “adequado para a faixa etária”, que muitas vezes é empregado pelos próprios filhos como aversão à ideia de que idosos praticam o coito. Além do preconceito social, há também o preconceito matrimonial, onde o cônjuge estabelece um modelo físico agradável, no qual muitas idosas não se enquadram, resultando em episódios de infidelidade ou divórcio (OLIVEIRA et. al., 2018; MARQUES et. al., 2015).

Muitas idosas foram criadas em ambientes de ideologia patriarcal, o que mostrou ter impacto nas relações sexuais vivenciadas por mulheres no sentido de praticar o sexo por obrigação e por terem crescido com a ideologia de que mulheres nasceram para ter apenas um parceiro ao longo de toda sua vida, provando que existe influência da criação que essas

mulheres receberam na sua sexualidade. Neste contexto, as mulheres se veem em posição submissa na qual seus corpos foram idealizados para servir ao outro ou na obrigação de manter o casamento. Tal visão patriarcal pode ter refletido num desejo sexual disciplinado e negado a essas mulheres (OLIVEIRA et. al., 2018; MARQUES et. al., 2015). Além disso, os estereótipos também exercem grande influência na vivência da sexualidade das idosas, pois se sentem pressionadas a atender normas culturais. A sociedade priva os idosos de exercerem sua sexualidade de forma autônoma, fazendo com que bloqueiem seus impulsos afetivos e até os anulem (NASCIMENTO et. al., 2017).

Outro aspecto importante é a presença de um companheiro. Algumas idosas solteiras, viúvas ou divorciadas se privam em satisfazer suas necessidades, desejos sexuais ou contato íntimo, havendo a interrupção de práticas sexuais advindas da ausência de parceiro, pois as mesmas acreditam que a sexualidade está restrita ao matrimônio (RODRIGUES et. al., 2018). Além disso, a ausência de privacidade em domicílio é também outro empecilho para sexualidade, pois normalmente o idoso ao morar com suas famílias, convive com outras gerações, não restando espaço para a vivência de sua sexualidade, dificultando assim a expressão dos seus desejos (NASCIMENTO et. al., 2017). A sexualidade ultrapassa o sexo, e o companheirismo nessa fase da vida revela facetas importantes como a existência de sentimentos, amor, respeito e cumplicidade (RODRIGUES et. al., 2018).

4 CONCLUSÃO

A maioria dos estudos revisados considerou a percepção de mulheres idosas sobre a própria sexualidade e a mesma diferiu entre os gêneros. Notou-se que a vivência da sexualidade pelo idoso é influenciada por fatores biológicos, pessoais e socioculturais, como mudanças corporais causadas pela senescência, vivências pregressas, falta de orientação, diferenças intergêneros, estereótipos, presença de um companheiro e preconceitos sociais e que tais fatores podem contribuir para o declínio da vida sexual ativa.

A prática sexual entre idosos pode ser benéfica quando desejada pelo casal e praticada em seu contexto mais amplo. Cuidar da autoimagem, desenvolver-se intelectualmente, praticar exercícios físicos, assim como reduzir as barreiras ambientais podem impactar positivamente a vivência da sexualidade.

Para favorecer a educação em saúde sexual de forma efetiva é importante que os profissionais de saúde, incluindo os fisioterapeutas, entendam que o declínio de funções corporais não determina a ausência da sexualidade ou do desejo sexual, e sim uma forma diferente de vivenciá-las. Desta forma, faz-se necessário que saibam orientar e encorajar a população idosa na vivência de sua sexualidade e conseqüentemente proporcionar melhor qualidade de vida. Abordar a sexualidade da pessoa idosa exige dos profissionais de saúde uma visão holística, que combine fatores biológicos, psicológicos e socioculturais, a fim de compreender a sexualidade nessa perspectiva, identificando barreiras e facilitadores para sua vivência.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Lei no. 10.741, de 01 de outubro de 2003. Dispõe sobre o Estatuto do Idoso e dá outras providências. Brasília, DF: Presidência da República, 2003. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/2003/l10.741.htm. Acesso em 04.07.2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. Relatório Mundial de Envelhecimento e Saúde. Estados Unidos da América: Ministério da Saúde, 2015.

CABRAL, Nidiane Evans da Silva. Compreensão de sexualidade por homens idosos de área rural. Bahia: Cruz das Almas, 2019.

CHEPARK, Guilherme Liausu; SANTOS, Fânia Cristina. Assessment of physicians' addressing sexuality in elderly patients with chronic pain. Einstein. São Paulo, 2016.

CYBULSKI, Mateusz et al. Sexual quality of life, sexual knowledge and attitudes of older adults on the example of inhabitants over 60s of Bialystok, Poland." *Frontiers in psychology*, v. 9. Polônia: Bialystok, 2018.

DI NUBILA, Heloisa B. V. Uma introdução à CIF: Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde. *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional*, vol. 35, n. 121. São Paulo, 2010.

DORNELAS NETO, Jader et al. Doenças sexualmente transmissíveis em idosos: uma revisão sistemática". *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 20. Rio de Janeiro, 2015

EMERENZIANI, GP et al. Diferença de gênero e correlação entre sexualidade, hormônios tireoidianos, funções cognitivas e físicas no idoso. *Jornal de investigação endocrinológica*, p. 1-9, 2018.

GALINSKY, Adena M.; MCCLINTOCK Martha K.; WAITE, Linda J. Sexuality and physical contact in national social life, health, and aging project wave. *The Journals of Gerontology, Series B*, v. 69. Chicago, 2014.

GRADIM, Clícia Valim Côrtes; SOUSA, Ana Maria Magalhães; LOBO, Juliana Magalhães. A prática sexual e o envelhecimento. *Cogitare enfermagem*, v. 12, n. 2. Minas Gerais: Alfenas, 2007.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. Projeções e Estimativas da População do Brasil e das Unidades da Federação". Disponível em <<https://www.ibge.gov.br/apps/populacao/projecao/>>. Acesso em 28 de agosto de 2019.

LINDAU, Stacy Tessler et.al. A study of sexuality and health among older adults in the united states. Chicago, 2007.

LOCHLAINN, Mary Ni.; KENNY, Rose Anne. et al. Sexual Activity and aging . Irlanda: Dublin, 2013.

MARQUES, Antônio Dean B., et al. A vivência da sexualidade de idosos em um centro de convivência. Teresina, 2015.

MEYDAN, Gewirtz, Ateret; ZOHAR, Even, Ahuva; WERNER, Shoshi. Examining the Attitudes and Knowledge of Social Work and Nursing Students on Later-Life Sexuality. *Canadian Journal on Aging/La Revue canadienne du vieillissement*, v. 37, n. 4, Israel, 2018.

NASCIMENTO, Renata Fernandes e colaboradores. Vivência da sexualidade por mulheres. *Revista de Enfermagem*. Rio de Janeiro, 2017.

OLIVEIRA, Esthephania de Lima; DAS NEVES, André Luiz Machado; DA SILVA, Iolete Ribeiro. Sentidos de sexualidade entre mulheres idosas: Relações de gênero, ideologias mecanicistas e subversão *Psicologia & Sociedad*, Amazonas, 2018.

ORGANIZACIÓN PANAMERICANA DE LA SALUD. Guia Clínica para Atención Primária a las Personas Mayores. 3° ed. Washington: OPAS, 2003.

RONEY, Linda; KAZER, Meredith Wallace. Geriatric sexual experiences: The seniors tell all. EUA: Fairfield, 2015.

SCHNEIDER, Rodolfo Herberto; IRIGARAY, Tatiana Quarti. O envelhecimento na atualidade: aspectos cronológicos, biológicos, psicológicos e sociais. *Estudos de psicologia*, Vol.25, n.4. Campinas, 2008.