



PRÁTICA SEXUAL DE IDOSOS DE UM CENTRO DE CONVIVÊNCIA: UM RECORTE EXPLORATÓRIO

Sexual practice of elderly people in a living center: an exploratory research

Luzia Rodrigues Lobo de Oliveira¹, Cristina Braga², Marcia K. Koike³, Karen Ruggeri Saad⁴, Valnice de Oliveira Nogueira⁵

¹ Luzia Rodrigues Lobo de Oliveira. Enfermeira pela Universidade Camilo Castelo Branco. Hospital Santa Marcelina. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0717-8931> E-mail: luzia.lobo@gmail.com

² Cristina Braga. Enfermeira. Doutoranda em Ciências da Saúde IAMSPE/ SP. Docente da Universidade Camilo Castelo Branco. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2267-2508>. E-mail: cris.br@terra.com.br

³ Marcia K. Koike. Bióloga. Doutora em Medicina em Emergências clínicas USP. Professora de Pós Graduação Stricto Sensu IAMSPE/SP. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5556-8061> E-mail: mkoike2011@gmail.com

⁴ Karen Ruggeri Saad. Fisioterapeuta. Doutora em Ciências Cirúrgicas UNIFESP. Professora de Pós Graduação Stricto Sensu IAMSPE/SP. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3904-9026>. E-mail: karenruggeri@gmail.com

⁵ Valnice de Oliveira Nogueira. Enfermeira. Doutora em Ciências da Saúde UNIFESP. Coordenadora da Comissão de Residência Multiprofissional em Saúde da Secretaria Municipal da Saúde/SP. ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7726-8839>. E-mail: vallnog@yahoo.com.br

Resumo

Introdução: O envelhecimento populacional bem sucedido perpassa pelas questões sociais, culturais, espirituais, cívicas e da saúde. A sexualidade para a terceira idade com informação, prazer e de forma segura deve ser oportunizado com políticas públicas. **Objetivos:** descrever a prática sexual e a sexualidade em um grupo de idosos e identificar os aspectos que permeiam o sexo seguro sob a ótica deles. **Método:** Tratou-se de um estudo descritivo, transversal, exploratório com abordagem quantitativa. A amostra foi composta de 29 idosos de ambos os sexos que frequentavam um núcleo de convivência localizado na zona leste da cidade de São Paulo. A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética com o parecer de nº 45637915.5.0000.5494. **Resultados e discussão:** Dos participantes, 83% eram do sexo feminino, 34% relataram ser viúvos e divorciados respectivamente. Quanto à prática sexual, 55% dos respondentes tem vida sexual ativa, 34% praticam sexo duas ou mais vezes na semana e 44% sentem-se muito satisfeitos. A maioria acredita possuir informações detalhadas sobre IST, tendo como referência apenas o uso de preservativos, mas 38% dos respondentes o utilizam e 55% já obtiveram informações com profissionais de saúde. **Conclusão:** Constatou-se na população pesquisada que a sexualidade e o sexo é um fato cada vez mais presente na terceira idade. Ações de saúde devem ser deflagradas pelos profissionais de saúde uma vez que a expectativa de vida desse segmento populacional aumentou bem como o modo de viver a sexualidade.

Palavras-chave: Idoso; Saúde do Idoso; Sexualidade; Sexo Seguro



Abstract

Introduction: Successful population aging runs through social, cultural, spiritual, civic and health issues. Sexuality for the elderly with information, pleasure and in a safe way should be provided with public policies. **Objectives:** to describe sexual practice and sexuality in a group of elderly people and to identify the aspects that permeate safe sex from their perspective. **Method:** This was a descriptive, cross-sectional, exploratory study with a quantitative approach. The sample consisted of 29 elderly people of both sexes who attended a community center located of the city of São Paulo. The research was approved by the Ethics Committee by the number 45637915.5.0000.5494. **Results and discussion:** Of the participants, 83% were female, 34% reported being widowed and divorced respectively. As for sexual practice, 55% of respondents have an active sex life, 34% have sex two or more times a week and 44% feel very satisfied. Most believe they have detailed information about STIs, using only condoms as a reference, but 38% of respondents use it and 55% have already obtained information from health professionals. **Conclusion:** It was concluded that the researched population that sexuality and sex is an increasingly present fact in old age. Health actions must be triggered by health professionals since the life expectancy of this population segment has increased as well as the way of living sexuality.

Keywords: Aged; Health of Elderly; Sexuality; Safe sex

Introdução

Define-se idoso, os indivíduos com idade igual ou superior a 60 anos, em países subdesenvolvidos e a partir de 65 em países desenvolvidos. O envelhecimento pode vir acompanhado de alterações graduais e irreversíveis na estrutura e funcionamento do organismo e considera-se que, perdas de habilidades associadas a este processo de envelhecimento podem não estar exatamente relacionadas com a idade cronológica (MIRANDA, MENDES, SILVA, 2016; KREUZ & FRANCO, 2017).

O envelhecimento da população brasileira está relacionado a queda da fecundidade, o que resultou em um relativo aumento da taxa de crescimento populacional. O número de idosos com mais de 60 anos no Brasil, passou de 3 milhões em 1960, para 14 milhões em 2002 observando-se um aumento de 500% em quarenta anos com projeções de alcançar 32 milhões em 2020 (JÚNIOR & COSTA, 2016; VERAS & OLIVEIRA, 2018).

Para a promoção do envelhecimento bem-sucedido, é necessária a otimização de oportunidades para a saúde, participação e segurança, objetivando aumentar a qualidade de vida nesta fase da vida. Para isso, a proposta do envelhecimento ativo visa proporcionar à pessoa idosa o envelhecimento com dignidade, promovendo a autonomia e independência através da participação ativa a nível social, cultural, espiritual e cívico (MASCHIO, 2011; VIEIRA & LIMA, 2016).

Então sendo o envelhecimento, um processo dinâmico acompanhado de perdas e a adaptações, a identificação da diminuição da função sexual é fundamental e necessária para manutenção da prática sexual, uma vez que a sexualidade é uma necessidade básica diretamente atrelada ao prazer, ao afeto, associados a fatores hormonais, emocionais e socioculturais.

Apesar das oportunidades de acesso à informação sobre o sexo e o envelhecimento, preconceitos e estagnações nas atividades sexuais podem deflagrar o surgimento e o aumento da incidência de Infecções Sexualmente Transmissíveis (IST).



As políticas de prevenção das IST para a população idosa devem ser fundamentadas para a vivência saudável e plena da sexualidade uma vez que houve mudanças de paradigma sobre a prática sexual (JÚNIOR & COSTA, 2016), sendo um desafio para Saúde Pública garantir condições de promoção e assistência à saúde em razão do aumento da longevidade e da oferta de drogas para disfunção erétil nos homens e do ressignificado da sexualidade para as mulheres.

Desta forma questiona-se: Qual a percepção do idoso acerca da prática Sexual na Terceira Idade? Como entendem a prática do sexo seguro? Este artigo tem os objetivos de descrever a prática sexual e a sexualidade em um grupo de idosos e identificar os aspectos que permeiam o sexo seguro sob a ótica deles.

Método

Trata-se uma pesquisa exploratória, descritiva com corte transversal, com abordagem quantitativa.

A pesquisa foi realizada em 2015 no Núcleo de Convivência do Idoso (NIC), um espaço de laser, cultura, educação, atividade física, saúde e conveniência, destinado a idosos da Zona Leste na cidade de São Paulo.

No NIC, os idosos são orientados por uma equipe multiprofissional composta por psicólogo, assistente social, educador físico, enfermeiro, dentre outros equipe da saúde, que prioriza em sua abordagem a qualidade de vida. Os grupos têm encontros diários das 8 as 12h e na última segunda do mês ocorrem palestras sobre vários temas. Este núcleo de convivência atende 50 idosos de ambos os sexos, de 60 anos ou mais.

Os critérios para seleção e inclusão nos grupos de idosos do NCI foram o aceite em participar do estudo, ter idade igual ou superior a 60 anos, ser alfabetizado e ter condições psicomotoras de responder ao questionário. Foram excluídos os idosos que não aceitaram participar do estudo ou não estavam presentes no momento da aplicação do instrumento de coleta de dados.

A amostra foi composta por 29 idosos de ambos os sexos que aceitaram participar mediante assinatura do TCLE e pela resposta de um instrumento de coleta de dados que continha perguntas sobre a caracterização sócio demográfica e sexualidade. O tempo de resposta do questionário foi em torno de 10 minutos.

A coleta de dados foi realizada após a liberação do estudo pelo CEP sob o nº-CAE 45637915.5.0000.5494 atendendo aos aspectos éticos da pesquisa com seres humanos contidos na Resolução CNS 466/12 (BRASIL, 2012).

O tratamento dos dados foi utilizado a estatística descritiva, de forma agrupada e não agrupada abordando as características sócio demográficas da amostra, bem como a prática sexual e a satisfação dos idosos em relação à sexualidade.

Resultados e Discussões

Para compreender a sexualidade do idoso, é preciso levar em conta que o comportamento sexual é definido por vários princípios: cultura, religião e educação. Estes valores influenciam intensamente o desenvolvimento sexual, determinando como irão vivenciá-lo e lidar com ele por toda a vida.

Desta forma, o bem-estar do idoso é resultado do equilíbrio entre as diversas dimensões da sua capacidade funcional e social. Assim, quanto mais ativo o idoso, maior sua satisfação, consequentemente melhor a sua qualidade de vida.



A seguir são apresentados os resultados da pesquisa. A tabela 1 diz respeito à caracterização da amostra da pesquisa.

Tabela 1- Variáveis demográficas da amostra, São Paulo, 2015.

VARIÁVEL	N	%	\bar{x}	S
Idade				
60 70	12	41%	73,6	8,33
70 80	9	31%		
80 90	8	28%		
Total	29	100%		
Estado Civil				
Casado	9	32%		
Viúvo	10	34%		
Divorciado	10	34%		
Total	29	100%		
Sexo				
Masculino	5	17%		
Feminino	24	83%		
Total	29	100%		

Fonte: Autores do estudo

Percebe-se que a 41% dos entrevistados encontram-se na faixa etária entre os 60 e 70 anos, 12 idosos. No entanto vale ressaltar que os respondentes acima de 70 anos são numericamente significativos, o que confirma que a população brasileira tem envelhecido. A média de idade dos respondentes foi de 73,6 anos com desvio padrão de 8,33.

O envelhecimento populacional é um fenômeno observado, que decorre de vários fatores e repercute na redução das taxas de mortalidade, uma conquista fundamental para a humanidade. A transição demográfica acompanha a mudança na estrutura etária populacional, devido a isso a pirâmide etária deixa de ser predominantemente jovem dando início ao processo progressivo de envelhecimento (VIEIRA & LIMA, 2016). O aumento da expectativa de vida tem sido mais impressionante entre idosos acima de 80 anos. Entre 1997 e 2007, a população de 60 a 69 anos cresceu 21,6%, e a de mais de 80 aumentou 47,8% (MINAYO, 2012).

Quanto ao gênero, a maioria dos entrevistados referiu ser gênero feminino, 24 idosas perfazendo 83%. A feminização é um fenômeno que se expressa de forma mais evidente, a partir da sétima década de vida. Tal situação é explicada especialmente por que os homens estão mais propensos aos fatores de risco para doenças cardiovasculares e morrem mais cedo nas décadas anteriores por causas externas. Além as mulheres têm um cuidado maior com a saúde (KREUZ & FRANCO, 2017; GEREMIAS & AZEVEDO, 2012).

O percentual de viúvos e divorciados foi o mesmo (34%) seguido de casados (32%). Na atualidade, cada vez mais há pessoas idosas cuja situação conjugal é viúva ou separada, mas infere-se que a busca de um parceiro tem sido possibilitada pelo uso das mídias sociais e sites de relacionamento.

**Tabela 2- Vida sexual dos entrevistados quanto a prática. São Paulo, 2015**

VARIÁVEL	N	%
Sim	16	55
Não	13	45
Total	29	100
Frequência semana		
Nenhuma	13	45
1	06	21
2 ou mais	10	34
Total	29	100
Satisfação com sexo		
Sim	16	55
Não	13	45
Total	29	100

Fonte: Autores do estudo

Na tabela 2 observou-se que a maioria dos entrevistados 16 (55%) referiu ter vida sexual ativa, o que contraria o que o senso comum percebe em relação ao sexo na terceira idade. Existem mitos e concepções errôneas sobre sexo e envelhecimento e entre os mais comuns destacam-se a falta de importância e crença que o idosos é assexuado. A diferença de idade entre os pares é referida também.

Essas questões podem prejudicar principalmente mulheres idosas por se sentirem incapazes de manter um bom relacionamento sexual e inadequadas frente aos padrões estabelecidos pela sociedade.

Em relação a frequência da atividade sexual, 21% dos entrevistados praticam 1 vez por semana e 34%, 2 vezes por semana ou mais. A sexualidade é estar com o outro, estar de bem com a vida, garantindo a contemplação de uma necessidade humana básica. A falta de parceiro (a) pode inferir o abandono de relações sexuais, mas não explica a renúncia a interesses e a comportamentos sexuais (PATRIOTA & ALMEIDA, 2009).

Dos respondentes, 55% informaram estar satisfeitos com as atividades sexuais. Ao serem indagados quanto ao grau de satisfação, 31% referiram estar satisfeitos com a prática sexual, 44% muito satisfeitos, 19% insatisfeitos e 6% muito insatisfeitos.

O sexo é uma manifestação física de intimidade muito importante que podem ser acompanhados de adereços sexuais e masturbação para obter prazer. A manutenção do desejo e a prática de atividade sexual potencializam a melhoria da saúde física e mental e reconhece-se os inúmeros benefícios e reforçam seu efeito terapêutico. Por outro lado, sabe-se que há uma parcela de indivíduos que durante negligenciam os afetos e a própria sexualidade, assumindo posturas passivas e saudosistas, tendem a envelhecer de forma menos equilibrada e satisfatória (VIEIRA & LIMA, 2016).



Tabela 3- Promoção e prevenção da saúde sexual dos entrevistados. São Paulo, 2015

VARIÁVEL	N	%
Uso de preservativos		
Sim	06	38
Não	10	62
Total	16	100
Educação em saúde		
Sim	16	55
Não	13	45
Total	29	100

Fonte: Autores do estudo

Quando questionados em relação ao uso de preservativos, 6 respondentes (38%) relataram que utilizam o preservativo na prática sexual e 10 (62%) não costumam utilizar. Este fato se torna preocupante pois aumenta a cada dia o número de idosos com Infecções Sexualmente Transmissíveis sendo a mais comum Síndrome da Imunodeficiência Adquirida (AIDS) e Hepatite C.

A problemática do envelhecimento e IST no Brasil tem sofrido uma forte influência cultural de exclusão, principalmente relacionado ao preconceito social. Há uma negação velada acerca da sexualidade do idoso (KULLMANN, 2012).

O conhecimento e as atitudes sexuais de idosos têm sido uma área de pesquisa negligenciada, em parte devido à crença generalizada de que pessoas mais velhas não são nem sexualmente ativas nem interessadas em expressão sexual e que paulatinamente tem sido buscada por estudiosos.

O preconceito e a dificuldade para o estabelecimento de medidas preventivas, especialmente no que se refere ao uso de preservativos, são mais desafiadores do que nos outros segmentos populacionais. Sendo assim, acredita-se que devido a esses fatos, são elaboradas poucas campanhas para esse público (CRISÓSTOMO, 2015).

Quando questionados se receberam orientações ou informações referentes a sexualidade por profissionais de saúde 16 entrevistados (55%) responderam que sim e 13 (45%) responderam não. De acordo com estes dados tornam-se necessárias estratégias educativas, realizadas por profissionais habilitados, para promover uma mudança no comportamento dos idosos, principalmente quanto às formas de prevenção.

A adoção de políticas de saúde pública que concentrem sua atenção na população mais velha, a realização de programas de prevenção voltados para o atendimento de pessoas com 60 anos ou mais, deve estar atenta às questões de sexualidade no envelhecimento, onde será necessário quebrar tabus. A sexualidade nesta faixa etária não é frequentemente discutida e, em alguns casos, é até ignorada. Os idosos devem ser vistos como indivíduos que possuem desejos, necessidades sexuais e fazem projetos para o futuro (CRISÓSTOMO, 2015).

Os idosos são o grupo populacional que mais cresce, fazendo com que hoje o envelhecimento seja considerado um proeminente fenômeno mundial. Assim observa-se um número de idosos maior com vida sexual ativa além do aumento dos números de casos IST e, em especial a AIDS/HIV sendo



potencializado pela falta de hábito do uso de preservativos, a invisibilidade da sexualidade da terceira idade pela sociedade e pela sensação de libertação da mulher frente a preocupação da concepção.

Os assuntos sobre sexualidade para a população idosa têm menor ênfase para ações preventivas, sendo apenas tratados em decorrência de aspectos relativos ao desempenho ou as disfunções sexuais (KULLMANN, 2012; LEE, et al, 2016; HAESLER, 2016).

Um estudo realizado com 47 idosos em Israel fez comparações e contrastes relacionados a sexualidade, para identificar temas comuns. Uma abordagem sobre "segredos e mentiras" caracterizou a discussão deste estudo com foco na prática sexual ao longo da vida dos respondentes. Os resultados mostraram que, embora os idosos tenham conhecimento das informações limitadas fornecidas a eles sobre sexualidade e do espaço limitado permitido à mesma em seus anos durante a vida adulta, muitos continuaram a achar difícil abordar questões sexuais, mesmo na maturidade. Além disso, muitos perceberam que as informações atualmente disponíveis sobre sexualidade na velhice e a abordagem contemporânea trazidas pela mídia, filhos e netos são um tanto inadequadas (AYALON, et al. 2018)

Aumentar o conhecimento e transformar proativamente as atitudes sobre a sexualidade pode ajudar os idosos a construir relacionamentos mais saudáveis, melhorar a saúde e, por conseguinte a qualidade de vida e é papel dos profissionais de saúde estabelecer ações de educação em saúde da sexualidade na maturidade, uma vez que a educação familiar repressora recebida em âmbito familiar, associada a sociedade patriarcal são fatores dificultadores e contribuintes para a mudança de paradigmas.

Conclusão

Constatou-se na população pesquisada que a sexualidade e o sexo são cada vez mais presentes na terceira idade. 55% dos respondentes tem vida sexual ativa, 34% praticam sexo duas ou mais vezes na semana e 44% sentem-se muito satisfeitos. A maioria acredita possuir informações detalhadas sobre IST, tendo como referência apenas o uso de preservativos, mas 38% dos respondentes o utilizam.

A sociedade impõe certos padrões de comportamento, que limitam a sexualidade humana a um período compreendido entre a puberdade e o início da maturidade. Sendo assim, a atividade sexual não é reforçada pela sociedade na terceira idade e é sustentada de preconceitos. Ações educativas frente ao tema devem ser incentivadas e desencadeadas para a melhoria da qualidade de vida deste segmento populacional.

Espera-se que este estudo possa contribuir com subsídios para facilitar a prestação de assistência especializada ao idoso, em especial no que se refere a sexualidade e prática sexual além de ser uma fonte de informação para estudos posteriores.



Referências

AYALON L, et al. A life course perspective on the ways older men and women discuss sexual issues. **Arch Sex Behav**, p1-9, 2018.

BRASIL. Conselho Nacional de Saúde. **Resolução n. 466, de 12 de dezembro de 2012. Dispõe sobre diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos**. Brasília. 2012. Disponível em: http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/cns/2013/res0466_12_12_2012.html

CRISÓSTOMO QMA et al. Representações sociais da sexualidade entre idosos. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 68, n. 4, 2015.

GEREMIAS FR; AZEVEDO SSM. Influência dos determinantes do envelhecimento ativo entre idosos mais idosos. **Texto & Contexto Enfermagem**, v. 21, n. 1, 2012.

HAESLER E, et al. Sexuality, sexual health and older people: a systematic review of research on the knowledge and attitudes of health professionals. **Nurse Educ Today**, 2016;40:57–71.

JÚNIOR, CSD; COSTA, CS. O envelhecimento da população brasileira: uma análise de conteúdo das páginas da REBEP. **Anais**, p. 1-21, 2016.

KREUZ, G; FRANCO, MHP. Reflexões acerca do envelhecimento, problemáticas, e cuidados com as pessoas idosas. **Revista Kairós: Gerontologia**, v. 20, n. 2, p. 117-133, 2017.

KULLMANN C, ET AL. Prevenção de doenças sexualmente transmissíveis na visão de idosos de uma Estratégia da Saúde da Família. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 65, n. 5, 2012.

LEE DM, et al. Saúde sexual e bem-estar entre homens e mulheres mais velhos na Inglaterra: resultados do estudo longitudinal inglês do envelhecimento. **Arco Sexo Behav**, 45 (1): 133-144, 2016.

MASCHIO, MBM, et al. Sexualidade na terceira idade: medidas de prevenção para doenças sexualmente transmissíveis e AIDS. **Rev Gaúcha Enferm.**, Porto Alegre (RS) 2011, p. 588

MINAYO MCS. O envelhecimento da população brasileira e os desafios para o setor saúde. **Cad Saúde Pública**, 2012;28:208-9

MIRANDA GMD, MENDES ACG, SILVA ALA. O envelhecimento populacional brasileiro: desafios e consequências sociais atuais e futuras. **Rev Bras Geriatr Gerontol**. 2016;19(3):507-19

PATRIOTA, LM; ALMEIDA, LA. Sexualidade na terceira idade: um estudo com idosas usuárias do programa saúde da família do bairro das cidades–Campina Grande/PB. **Qualitas Revista Eletrônica**, v. 8, n. 1, 2009.

VERAS, RP; OLIVEIRA, M. Envelhecer no Brasil: a construção de um modelo de cuidado. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 23, p. 1929-1936, 2018.



VIEIRA, KFL; LIMA MPC; Albuquerque SER. A sexualidade na velhice: representações sociais de idosos frequentadores de um grupo de convivência. **Psicologia Ciência e Profissão**, v. 36, n. 1, p. 196-209, 2016.