

## SEXUALIDADE NO ENVELHECIMENTO

### SEXUALITY IN AGING

Valéria Pereira Vellozo<sup>1</sup>

Thuê Camargo de Ferraz Ornellas<sup>2</sup>

**Resumo:** A sexualidade está presente em várias fases da vida. No envelhecimento embora ocorram mudanças, adaptações e transformações, é possível ser exercida e vivenciada de forma prazerosa. **Objetivo:** discorrer sobre a sexualidade no envelhecimento. **Método:** estudo de revisão narrativa, com pesquisas nas principais bases de dados nacionais e internacionais, manuais do Ministério da Saúde e livros. **Resultados:** após análise do material obtido, emergiram as seguintes categorias para discussão: vivência, transformações e fatores que prejudicam a expressão da sexualidade em homens e mulheres idosos, opções de tratamento, identidade de gênero e orientação sexual no envelhecimento, infecções sexualmente transmissíveis em idosos e papel do enfermeiro na promoção da sexualidade segura. **Discussão:** Os idosos esbarram em obstáculos como a moral cristã, a falta de apoio dos familiares, o próprio pudor, a visão social com enfoque machista, além das doenças crônicas não transmissíveis que interferem na qualidade do sexo. Notou-se também, que na atualidade, uma nova composição está se consolidando

---

<sup>1</sup> Graduanda em Enfermagem pelo Centro Universitário de Itapira. [vavellozoenf@gmail.com](mailto:vavellozoenf@gmail.com)

<sup>2</sup> Docente do Curso de Graduação em Enfermagem do Centro Universitário de Itapira. [thueornellas@terra.com.br](mailto:thueornellas@terra.com.br)

com diferentes identidades de gênero e orientação sexual, opostas ao tradicional envelhecimento heterossexual. Novas necessidades vão se consolidando para atender e representar esse novo núcleo. A falta de abordagem e orientação, fez com que os casos da síndrome da imunodeficiência adquirida e outras infecções sexualmente transmissíveis aumentassem nos últimos anos. **Conclusão:** Novas estratégias e práticas educativas da equipe multidisciplinar devem ajudar a construção do conceito de envelhecimento saudável, incluindo como direito dos idosos vivenciar o mais plenamente possível a sexualidade.

Descritores: Comportamento Sexual. Envelhecimento. Saúde sexual. Doenças Sexualmente Transmissíveis. Enfermagem.

**Abstract:** sexuality is present in all stages of life. Although changes occur in the aging process, adaptations and transformations can be experienced and exercised in a pleasant way. Objective: To discuss sexuality in aging. Materials and Methods: study conducted narrative review, with research bases in major national and international data, Ministry of Health manuals and books. Results: After analysis of the material obtained, the following categories emerged for discussion: experience, changes and factors that hinder the expression of sexuality in older men and women, treatment options, gender identity and sexual orientation in aging, sexually transmitted infections in the elderly and the role of the nurse in promoting safe sexuality. Discussion: The elderly run into obstacles as Christian morality, lack of support from family, modesty itself, social chauvinism, besides chronic diseases that

affect the quality of sex. It was also noted that at present, a new composition is being built up with different gender identities and sexual orientation, as opposed to the traditional heterosexual aging. New requirements will be consolidated to meet and represent this new core. Lack of approach and guidance, made the cases of acquired immunodeficiency syndrome and other sexually transmitted infections to increase in recent years. Conclusion: New strategies and educational practices of the multidisciplinary team should help the construction of the concept of healthy aging, including as a right of the elderly live as fully as possible their sexuality.

Key words: Sexual Behavior. Aging. sexual health.

Sexually Transmitted Diseases. Nursing.

## **INTRODUÇÃO**

O número cada vez maior de idosos na população mundial ocasionada pelo aumento da expectativa de vida e redução na taxa de fertilidade é uma formação recente na história da humanidade. Segundo estimativas e projeções da Organização das Nações Unidas (ONU), na revisão das Projeções da População Mundial para 2019, a população idosa alcançará 16% da população mundial em 2050 e chegará a 23% em 2100. Essa mudança no perfil demográfico nos proporciona a oportunidade de repensar vários aspectos do envelhecimento para que os anos a mais agregados à longevidade não sejam somente meros números adicionados na existência dos seres humanos e sim para que ocorram mudanças e um olhar diferenciado sobre vários aspectos do envelhecimento. Entre as interfaces

do envelhecimento, a sexualidade traz qualidade de vida e faz com os idosos sintam-se protagonistas da própria existência, no controle de suas emoções e desejos.

A Organização Mundial da Saúde através de seu Departamento de Saúde Reprodutiva e Pesquisa, em resposta às mudanças no ambiente, elaborou o relatório *“Defining sexual health: Report of a technical consultation on sexual health 28-31 January 2002, Geneva*, definindo sexualidade como “um aspecto central do ser humano ao longo da vida que engloba o sexo, identidades e papéis de gênero, orientação, erotismo, prazer, intimidade e reprodução. A sexualidade é vivida e expressa em pensamento, fantasias, desejos, crenças, valores, comportamentos, práticas, papéis e relacionamentos. Embora possa incluir todas essas dimensões, nem todas são sempre experimentadas ou expressas. A sexualidade é influenciada pela interação de fatores biológicos, psicológicos, sociais, econômicos, políticos, culturais, éticos, legais, históricos, religiosos e espirituais” (OMS, 2002, p. 5).

No passado considerava-se que a prática sexual diminuiria na velhice e que os indivíduos deveriam se adaptar e aceitar essa nova realidade. Na atualidade, os especialistas defendem a inclusão da vida sexual na velhice. Reprimir a sexualidade na velhice é somente uma das muitas discriminações que os idosos sofrem e tal repressão não é exercida somente pelos jovens e sim pelos próprios idosos. Embora sofra perdas e mudanças, a sexualidade na velhice ganha novos contornos e diferentes maneiras de ser explorada, tanto para homens quanto para mulheres (HENNING, DEBERT, 2015).

Sob essa ótica, a abordagem da temática justifica-se, pois, os profissionais de saúde precisam conhecer amplamente os aspectos da sexualidade de forma a incluir todos os papéis e identidades de gênero no envelhecimento, estando aptos para orientar, esclarecer e auxiliar os idosos para que a vida sexual continue sendo prazerosa e de qualidade. Além disso, há necessidade que ocorra educação permanente no âmbito de prevenção das infecções sexualmente transmissíveis que tiveram um aumento significativo de novos casos na faixa etária acima de 60 anos. A relevância social do tema deverá fomentar nos próximos anos, discussões e conceitos sobre sexualidade no envelhecimento.

## **MÉTODOS:**

Trata-se de artigo elaborado a partir de monografia apresentada ao Centro Universitário de Itapira (UNIESI) em novembro de 2019. Pesquisa de revisão narrativa, cuja pergunta norteadora foi “como a sexualidade está sendo vivenciada pelos idosos no século XXI?”.

Para a coleta de dados, a busca dos artigos, ocorreu no mês de julho de 2019 utilizando-se as bases de dados eletrônicas: Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE via PUBMED), National Library of Medicine and the National Institute of Health (Pubmed), Scielo, (Bireme) e Portal de Periódicos da Capes. Foram incluídos artigos dos últimos dez anos, nos idiomas português e

inglês, disponíveis para acesso na íntegra empregando o operador booleano *and* e *or* com os seguintes descritores: comportamento sexual, envelhecimento, saúde sexual, dst e enfermagem, conforme indicado nos Descritores em Ciência da Saúde (DeCS) e no Medical Subject Headings (MesH). Após exclusão dos artigos que não estavam relacionados com o tema identificados através do título, foram incluídos 45 artigos para leitura na íntegra e após a seleção foram incluídos 15 artigos.

Nos meses de setembro e outubro, foi realizada nova busca mais abrangente sobre a temática, nos manuais do Ministério da Saúde, revistas e sites especializados em envelhecimento. Para a elaboração deste artigo foram selecionados 13 trabalhos levantados nos dois momentos da pesquisa nas bases de dados que constam no quadro 1.

Quadro 1 – Artigos selecionados nas bases de dados científicas

Título	Título do Periódico	Autores	Ano da Publicação	Abordagem Metodológica
Fronteiras de gênero e a sexualidade na velhice	Revista Brasileira de ciências Sociais	Guita Debert; Mauro Brigeiro	2012	Revisão
Prevenção de doenças sexualmente transmissíveis na visão de idosos de uma Estratégia da Saúde da Família	Revista Brasileira de Enfermagem	Andreia Kullmann Cezar; Marinês Aires; Adriana Aparecida Paz	2012	Estudo transversal
Estratégias de enfrentamento da incontinência urinária por mulheres	Revista da Escola de Enfermagem da USP	Rita de Cássia Altino Delarmelindo <sup>1</sup> ; Cristina Maria Garcia de Lima Paradal; Rosalina Aparecida Partezani Rodrigues; Silvia Cristina Mangini Bocchi	2013	Pesquisa qualitativa
Prevenção da Aids em idosos: visão e prática do enfermeiro	Revista Ciência & Saúde	Susane de Fátima Ferreira de Castro; Aline Aragão da Costa Luciane Alves de	2014	Pesquisa exploratória, de abordagem qualitativa

		Carvalho; Francisco de Oliveira Barros Júnior		
Sexualidade na terceira idade: tabus e realidade	Revista Kairós	Adriano da Silva Rozendo; Juliana Medeiros Alves	2015	Pesquisa de campo
A vivência da sexualidade por idosas viúvas e suas percepções quanto à opinião dos familiares a respeito	Revista Saúde e Sociedade	Mariana de Souza; Sonia Silva Marcon; Sonia Maris Vilela Bueno; Lígia Carreira; Vanessa Denardi Antoniassi Baldissera	2015	Pesquisa qualitativa e exploratório-descritiva
Aspectos sobre travestilidade e envelhecimento: história, corpo e imigração	Quaderns de Psicologia	<i>Ilana Mountian</i>	2015	Pesquisa Qualitativa
Aids em idosos: motivos que levam ao diagnóstico tardio	Revista Brasileira de Enfermagem	Rubia Aguiar Alencar; Suely Itsuko Ciosak	2016	Estudo prospectivo, qualitativo
A sexualidade sob o olhar da pessoa idosa	Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia	Yasmim da Silva Uchôa Dayara Carla Amaral da Costa Ivan Arnaldo Pamplona da Silva Junior Saulo de Tarso Saldanha Eremita de Silva Wiviane Maria Torres de Matos Freitas Soanne Chyara da Silva Soares	2016	Estudo quantitativo, observacional, do tipo transversal analítico
Percepções dos idosos sobre a sexualidade em idades avançadas – estudo exploratório	Revista da UIIPS – Unidade de Investigação do Instituto Politécnico de Santarém	Ana Feliciano; Sônia Galinha	2017	Estudo de caso utilizando a técnica da análise documental,
Mudanças advindas do envelhecimento: sexualidade de idosos com complicações da diabetes mellitus	Revista Enfermagem UFPE on line	Márcia Glaciela da Cruz Scardoelli; Aline Francelli Ramos de Figueiredo; Rafael Rodrigo da Silva Pimentel	2017	Estudo exploratório
O envelhecimento e as relações sociais, políticas e familiares	Revista Longeviver	Flávia Luziana de S. C. P. de Almeida	2019	Pesquisa exploratória
Participation in Physical Activity is	International Journal of	Igor Grabovac Smith; Igor Grabovac; Lin	2019	Pesquisa exploratória

Associated with Sexual Activity in Older English Adults	Environmental Research and Public Health	Yang; Veronese; Koyanagi; Jackson	Nicola Ai Sarah E.		
---	--	-----------------------------------	--------------------	--	--

Fonte: elaborado pelas autoras, 2019.

**RESULTADOS:** após análise do material obtido nas principais bases de dados, emergiram as seguintes categorias para discussão: vivência, transformações e fatores que prejudicam a expressão da sexualidade em homens e mulheres idosos, opções de tratamento, infecções sexualmente transmissíveis em idosos e papel do enfermeiro na promoção da sexualidade segura. Para não excluir o envelhecimento das identidades de gênero e orientação sexual foi realizada posteriormente uma busca mais abrangente, que contemplaria essa nova e importante abordagem.

## **DISCUSSÃO:**

### **Sexualidade para homens e mulheres, fatores e doenças que prejudicam sua expressão nos idosos**

A sociedade contemporânea está permanentemente a promover a juventude eterna tornando difícil para os idosos aceitarem as modificações sociais, psicológicas e biológicas que anos vividos lhes conferem. Com tal imposição, os idosos são colocados num papel inferior do que a sociedade julga ser o ideal. As modificações do nível físico, social e mental que ocorrem no envelhecimento tendem a afetar a expressão da sexualidade já que o indivíduo precisa reconhecer e aceitar que está vivenciando uma nova fase de sua vida que implicará em mudanças em todas as esferas (FELICIANO; GALINHA, 2017).



A maneira como se vivencia a sexualidade, tem influência em vários aspectos do desenvolvimento: o gênero, se o corpo passa ou não por doenças crônicas graves, se durante a infância o afeto e cuidados estiveram presentes, o ambiente em o indivíduo se desenvolveu, as relações de amizade e de amor, se a educação sexual foi repressora e se as questões sobre sexualidade foram desenvolvidas satisfatoriamente (MAIA, 2014).

Muitos idosos são resistentes à ideia de compor novas relações sociais, especialmente amorosas, pois se julgam inválidos e velhos demais para amar novamente e se agarram aos conceitos pré-estabelecidos pela sociedade de que para o amor e o sexo é para pessoas jovens e de corpo perfeito. Com a saúde sob controle, é possível e necessário viver a sexualidade, não se esquecendo dos cuidados e prevenção. No envelhecimento a quantidade perde espaço para a qualidade das relações e a sexualidade não se faz somente com a penetração e sim com carícias e toques. Nessa fase, o idoso é o primeiro a acreditar que sua sexualidade está acabando já que as mudanças fisiológicas normais da velhice podem assustá-los (ALMEIDA, 2019).

Com as mudanças corporais normais ao envelhecimento na pele, peso, músculos entre outros, muitos idosos não se sentem confortáveis com tais mudanças e podem pensar que seus parceiros não os considerem tão atraentes como antes, o que pode gerar estresse e preocupação e fazer com que não ocorra a busca pelo parceiro para o sexo e o parceiro que não é procurado irá sentir que não é mais atraente. Nesses casos, uma conversa franca e clara ou até mesmo a busca

por um terapeuta poderá trazer mudanças para a vida sexual (NATIONAL INSTITUTE ON AGING, 2017).

Grande parte das práticas sexuais envolve penetração vaginal, porém, com o avançar da idade, essa prática diminui e abre espaço para as carícias como beijos e abraços, aumentando assim os contatos preliminares e colocando a penetração para segundo plano e que muitas vezes nem são realizadas (FLEURY; ABDO, 2015).

A presença de doenças crônicas e suas complicações em um dos parceiros, geralmente demandará mais cuidados. A falta de domínio do próprio corpo, a vergonha, a falta de autoestima e impossibilidade de conseguir se sentir desejável, são elementos que modificam a vivência da sexualidade. Tais sentimentos, podem ser identificados na fala de Pérola, 70 anos, que em consequência da diabetes, teve o membro inferior esquerdo amputado, é deficiente visual e portadora de hipertensão (SCARADOELLI; FIGUEIREDO; PIMENTEL, 2017, p. 2966): “[...] acabou filha, o casamento acabou. [...] fico nessa cama toda molhada de urina, sem tomar banho, ele (esposo) não aguenta me carregar até ao banheiro, sinto medo de cair. Às vezes fico sozinha à noite e fico com medo, escuto mexer na porta, fico com medo, não sei se é ele que está chegando porque ele dorme ali na outra cama. [...] queria cortar o cabelo de novo, arrumar a unha sabe! Tomar banho no chuveiro mais não dá, sinto muito medo. [...] a sexualidade é importante, o homem gosta, tenho medo que outra mulher ande com ele, mas não posso nem sair daqui sem a perna (Pérola)”.

A religião é outro fator que tem influência negativa na vivência da sexualidade pelos idosos já que vinculam a prática como sinal de pecado, rotulando as mulheres como vulgares e sem moral e os homens como velhos assanhados. Ao se tornarem viúvos, a religiosidade continua exercendo influência nas vidas dos idosos pois para algumas religiões somente é admitido um único casamento ao longo de toda a vida (UCHÔA et al, 2016).

Entre os motivos pesquisados para detectar quais os pontos negativos que os idosos apontam para a mudança sexual em relação à juventude foram citados: não amor ao companheiro, falta de vontade do parceiro (a), doenças, uso de medicamentos controlados, menopausa e andropausa (ROZENDO, 2015).

### **Transformações na sexualidade do homem idoso e opções farmacológicas**

A sexualidade dos homens, sempre foi valorizada e estimulada pela sociedade, classificando-os como jovens e viris. Ao se deparar com as mudanças próprias da velhice, muitos homens se sentem pressionados a manter este padrão de comportamento, porém, suas funções orgânicas não são as mesmas da juventude, o que faz com que sintam medo e conseqüentemente passem a negar seus desejos e dificuldades na expressão da sexualidade (FERIANCIC, 2014).

A terminologia “Distúrbio Androgênico do Envelhecimento Masculino (DAEM)” tem sido empregado para diagnosticar uma série de sintomas, incluindo declínio em nível de testosterona, diminuição da libido, disfunção erétil, qualidade da ereção, perda da energia, diminuição dos pelos e da gordura corporal e depressão (TERRA et al, 2014).

A disfunção erétil é um problema muito comum no idoso, e que modifica a expressão da sexualidade e conseqüentemente a vida sexual. Existem evidências, de que no nível primário de saúde, ela seja subdiagnosticada. Sendo um marcador para doenças vasculares, inclusive pré-clínicas, sua detecção por profissionais de tal nível, deveria ser obrigatória e não passar despercebida. Tal negligência, acontece pela resistência por parte dos profissionais de saúde em abordar os problemas de ordem sexual dos idosos. Para acontecer uma melhora no diagnóstico, os profissionais devem ser treinados e conscientizados para utilizarem questionamento durante a entrevista além de aplicação de instrumentos de triagem padronizados que poderiam melhorar o perfil diagnóstico (RIBEIRO FILHO, 2018).

Para os especialistas, os homens, de modo geral, limitam sua sexualidade concentrando-a na região genital e na penetração. Assim as alterações na capacidade de ereção com o envelhecimento fazem com outras zonas erógenas do corpo sejam redescobertas. Maior interesse e frequência pelo sexo se sobrepõem as apresentadas pelas mulheres (DEBERT; BRIGEIRO, 2012).

Dados extraídos de um estudo inglês sobre envelhecimento, saúde e bem-estar, revelou que homens e mulheres que realizavam atividade física pelo menos uma vez por semana eram significativamente mais propensos a relatar qualquer atividade sexual no último ano e eram menos propensos a relatar problemas sexuais. No que tange a disfunção erétil, a atividade física proporciona melhor função cardiovascular e vascular que contribuem para maior atividade sexual em adultos mais velhos (SMITH, 2019).

A reposição androgênica é uma opção com várias drogas a disposição como: enantato e cipionato de testosterona, undecanoato de testosterona, undecilato de testosterona, implante de testosterona, adesivos transdérmico-cutâneo, transdérmico-escotral, gel 1% transdérmico tópico, transdérmico axilar, undecilato de testosterona. A escolha e prescrição do medicamento deve ser realizada pelo médico com indicações precisas e acompanhamento individualizado pelos riscos que hormônios podem representar para idosos (TERRA *et al*, 2014).

Para o transtorno de disfunção erétil, os inibidores de fosfodiesterase-5 são uma boa alternativa e todos têm eficácia semelhante, diferenciando em relação ao tempo de duração e preço. O Avanafil é um dos mais recentes da classe terapêutica tendo demonstrado ser um tratamento oral eficaz. Os medicamentos locais são alprostatil intrauterino, bem como alprostatil tópico (DIEHL, 2017).

### **Transformações na sexualidade da mulher idosa e opções farmacológicas**

As transformações corporais comuns da idade aliadas à histórica opressão cultural e social das mulheres, alimentam a ideia de que não com o passar dos anos, elas deixam para trás a sensualidade e atração, e conseqüentemente as fazem questionar a possibilidade de vivenciarem uma sexualidade plena e livre nessa fase da vida. Os aspectos socioculturais exercem um grande fator nas questões de gênero nos idosos, principalmente nas mulheres, pois se acredita que as mulheres são fracas, submissas e dependentes. Como conseqüência, convivem com dúvida a respeito de sua própria sexualidade (SOUZA, 2015).

A feminização é um dos fatores que faz com que muitas mulheres não consigam se relacionar amorosamente e sexualmente ao chegarem na velhice. Segundo dados do IBGE, o Brasil, ganhou 4,8 milhões de idosos entre os anos de 2012 a 2017, deste número, as mulheres são a maioria expressiva com 56% e os homens com 44% dos idosos (IBGE, 2018).

A psicóloga Valmari Cristina Aranha, membro da diretoria da Sociedade Brasileira de Geriatria e Gerontologia relata particularidades que tem observado nas mulheres idosas. Uma delas, é a busca por companheiros mais novos, algo que era pouco comum há vinte anos e que se justifica muito mais pela busca de interesses em comum do que pela idade propriamente dita. A autora descreve que muitas vezes, a falta de oportunidade de exercitar a sexualidade, faz com que muitas idosas projetem paixões platônicas por alguém de seu convívio tendo observado que muitas idosas ao passarem por consultas no Hospital das Clínicas em São Paulo, preferem ser atendidas por profissionais do sexo masculino para que neste momento possam ser ouvidas e tocadas pelo sexo oposto (FLEURY, 2019).

Um relato de desinteresse sexual pelas mulheres idosas envolve um trabalho de reeducação sexual com foco para que elas se liberem da repressão que foram educadas. Estudos e ensaios demonstram que a atividade sexual das mulheres é relacionada com o interesse masculino, portanto, a diminuição das relações sexuais nas mulheres idosas deve-se a doenças, desinteresse e morte dos parceiros. A tarefa em fazer com que as mulheres idosas possam ter uma vida sexual plena começa por demonstrar que o período de reproduzir, cuidar dos filhos pequenos e

de muitas vezes de uma família grande ficou para trás, e que na velhice, elas podem se desprender do papel feminino que a sociedade lhe impôs por toda a vida (DEBERT; BRIGEIRO, 2012).

A dor, durante ou após o ato sexual, é uma queixa muito comum. A dispaurenia é uma das disfunções sexuais mais comuns entre as mulheres. Entre os motivos então a diminuição do estrógeno em virtude da menopausa, diminuição da lubrificação e o sexo realizado sem desejo ou forçado (FRAIMAN, 2017).

As alterações atróficas ocorrem em todos os tecidos com receptores de estrogênio fazendo com que ocorra perda das estruturas anatômicas das mucosas das paredes vaginais, diminuição do tônus muscular, do turgor, da espessura e da elasticidade. É um processo lento e silencioso. O quadro pode progredir para atrofia da uretra, bexiga e dos ligamentos que sustentam o assoalho pélvico, provocando disúria, polaciúria, urgência miccional, incontinência e aumento das infecções urinárias. É possível tratar esses sintomas com o uso de creme vaginal a base de estradiol e estrogênio, embora, dificilmente a mucosa vaginal será recuperada, ocorre uma melhora da espessura, lubrificação e elasticidade dos tecidos (SITTA; JACOB FILHO; NOBILE, 2013).

A Incontinência Urinária (IU) é comum em mulheres idosas e impacta negativamente o cotidiano fazendo com que se tenha que adotar muitas estratégias para controlar a perda de urina. Entre as muitas mudanças ocorridas, a abstinência sexual está entre elas já que muitas mulheres se sentem constrangidas, com medo

e ansiosas com a possível perda de urina durante o ato sexual (DELARME LINDO *et al*, 2013).

Várias terapias farmacológicas estão disponíveis para melhora das disfunções sexuais femininas, oral ou tópico, como diminuição da lubrificação, desejo, excitação, aumento do desejo, entre outros. São eles: tibolona, testosterona transdérmica, propionato de testosterona, terapia estrogênica local, creme de testosterona, fibanserina, bupropiona, trazodona, entre outros (LARA *et al*, 2018).

Para o tratamento da dispaurenia derivada da privação estrogênica, pode ser usado estriol tópico associado a lubrificantes à base de água durante as relações sexuais que mantem a umidade da vagina. Já para a dispaurenia derivada da dor crônica em queimação ou desconforto envolvendo a vulva por mais de três meses, que pode ser espontânea, causada pelo toque ou pela relação sexual, indica-se lidocaína tópica no local da dor em torno de 15 a 20 minutos antes das relações sexuais e o tratamento deve ser multidisciplinar envolvendo psiquiatras, fisioterapeutas e psicólogos (LARA *et al*, 2018)

Para os casos, onde de disfunção do orgasmo, primeiramente deve-se explicar sobre os meios de atingir o orgasmo, que pode ser por estimulação do clitóris e pelo movimento do pênis dentro da vagina e ambas as formas, são válidas. A masturbação dirigida, também conhecida como treinamento de masturbação, consiste numa série de exercícios onde a mulher é orientada a estimular seu corpo e órgãos genitais como a finalidade de se autoconhecer, identificando assim o que lhe dá mais prazer (LARA *et al*, 2018).



### **Identidade de Gênero e Orientação Sexual no Envelhecimento**

As experiências da sexualidade e sexo na velhice de gays, lésbicas, bissexuais, transgêneros, transexuais entre outros, se difere do envelhecimento heterossexual e a sociedade assiste pela primeira vez esses indivíduos alcançarem a velhice com maior abertura, porém, ainda envelhecem estigmatizados e com mais desafios (HENNING, 2017).

O senso comum vincula a velhice com a ausência de vida sexual, assim sendo, velhice e homossexualidade é uma configuração ainda difícil de ser associada. Os idosos LGBT são duplamente ignorados, tanto pela gerontologia como pelo próprio movimento de classe que em sua grande maioria é composta de adultos jovens e de meia idade, deixando no esquecimento os idosos que foram alguns dos pioneiros na luta do movimento de liberação gay (HENNING; DEBERT; 2015).

Na contramão da não aceitação da homossexualidade idosa, alguns encontram na velhice, a coragem necessária para quebrar os preconceitos e vivenciarem a liberdade que lhes foi tolhida em outras fases da vida, como pode ser observado em Duarte, (2013, p. 193 e 195) O “Bloco das Irenes”, nas falas de 2 integrantes do grupo: *“Agora eu estou vivendo mais, mais livre de preconceitos, eu faço o que eu quiser, com mais liberdade, hoje em dia não me interessa mais os outros, a idade que agora eu tenho eu sinto mais autonomia, eu percebo o medo dos outros em não aparecer e com muito medo da família e não vivem por causa dos outros, eu não! A velhice dá mais liberdade, se tu queres fazer alguma coisa tu*

*fazes, a aposentadoria me dá segurança, hoje busco viver com mais qualidade”*

(Alejandro, 64 anos).

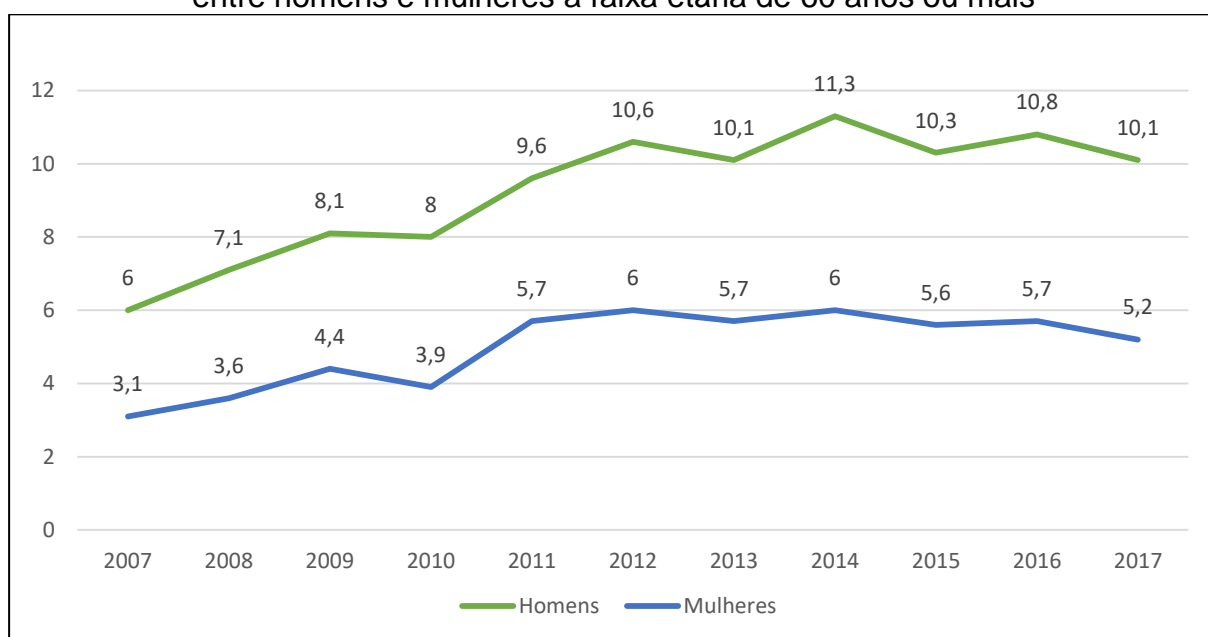
*“Tudo o que eu não fazia antes eu tô fazendo agora, vou a boate de 2 a 3 vezes por semana”* (Robson, 70 anos).

O envelhecimento das travestis encontra semelhança com outros grupos que sofrem de alguma maneira a exclusão, como as prostitutas. Porém, o envelhecimento para as travestis se dá de maneira ainda mais traumática. Para começar, a noção de envelhecimento é diferente, aos 40 anos de idade, muitas travestis são consideradas idosas em virtude das inúmeras intervenções corporais. O escasso mercado de trabalho para este público faz com que muitas ao iniciarem o processo de envelhecimento, se tornem novamente masculinas para conseguir um espaço na sociedade indo assim contra as suas vontades e desejos. Fatores como os crimes transfóbicos, mortes precoces associadas a infecção pelo HIV, complicações de saúde decorrentes das modificações sociais, a vulnerabilidade da vivência nas ruas, fazem com que muitas travestis não consigam chegar a velhice (MOUNTIAN, 2015).

### **Idosos e as Infecções sexualmente transmissíveis**

Segundo dados do Ministério da Saúde, divulgados no Boletim Epidemiológico – HIV/Aids 2018 e no Boletim Epidemiológico de Hepatites virais 2018, houve um aumento significativo da taxa de detecção da Aids e Hepatite B, na faixa etária de 60 anos ou mais, conforme pode ser observado na figura 1, que demonstra o aumento de casos de hepatite b (BRASIL, 2018).

Figura 1: Taxa de detecção (por 100.000 hab) de casos de hepatite B notificados entre homens e mulheres a faixa etária de 60 anos ou mais



Fonte: MS/SVS/Departamento de Vigilância, Hepatites Virais 2018

A demora na solicitação da sorologia anti-HIV faz com que os idosos sejam diagnosticados com HIV tardiamente quando já estão apresentando sinais e sintomas de infecções oportunistas decorrentes da Aids. Os profissionais de saúde investigam outras patologias, deixando para última opção a sorologia anti-HIV. A crença de que não existe sexualidade entre os idosos, a diferença de idade e de gênero que dificultam o diálogo das questões relacionadas a vida sexual e a falta de uma rotina no serviço primário de saúde com abordagem e solicitação da sorologia anti-HIV, faz com que a Aids seja descoberta tardiamente nos idosos. O diagnóstico

demora de 42 dias a um ano e geralmente ocorre no nível secundário, terciário ou durante uma internação e após diagnosticados, os profissionais de saúde somente questionam a vida sexual dos idosos com a finalidade de informa-los de maneiras de prevenção para que não transmitam a infecção para seus parceiros (ALENCAR; CIOSAK, 2016).

### **O enfermeiro e a promoção da sexualidade na velhice**

A prática do profissional de saúde junto aos idosos está intimamente ligada com os mitos e tabus que a sociedade faz dos mesmos exigindo assim que estudos sejam feitos para que se possibilite a discussão favorecendo subsídios que favoreçam a construção de um agir diferente frente a velhice onde o foco seja a integralidade das ações (CASTRO *et al*, 2014).

Em um estudo realizado por Cezar, Aires e Paz, (2012), somente 24,5 % dos idosos entrevistados relataram ter recebidos orientações sobre sexualidade e prevenção de Ist's da Equipe Estratégia Saúde da Família, o que evidencia a falta de preparo dos profissionais, em especial os enfermeiros, na abordagem de tais questões que privilegia os adolescentes e adultos deixando assim, os idosos carentes de programas de saúde públicas e ações educativas que os possibilite o empoderamento e adoção de práticas saudáveis para promoção e prevenção de ist.

Em consonância, Castro *et al*, (2014), observaram que ainda, não houve um despertar por parte dos enfermeiros nas questões de prevenção à Aids, cuja

abordagem está ligada a ações que propiciem a abordagem da temática como por exemplo o exame da citologia oncológica.

O enfermeiro durante o atendimento a pessoa idosa deve:

- ✓ Estimular a pessoa idosa a relatar questões que podem interferir na sua vida sexual.
- ✓ Orientar as alterações normais que ocorrerão em sua sexualidade.
- ✓ Orientar sobre a existência de fatores que podem piorar o quadro de disfunção.
- ✓ Sensibilizar quanto à questões sociais e culturais que possam interferir na diminuição do desejo sexual.
- ✓ Sensibilizar a pessoa idosa para que evite a autocobrança quanto ao seu desempenho sexual e orientar que prática da atividade sexual pela manhã, quando estão mais descansados, pode trazer melhoria.
- ✓ Orientar que nem sempre será necessário usar medicamentos e se necessário, somente o médico é indicado para prescrevê-lo.
- ✓ Orientar sobre a utilização de preservativos (BRASIL, 2012).

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Com o avanço da idade, as questões que permeiam a sexualidade terão reflexos em todas as identidades de gênero e orientações sexuais. Muitas mulheres apresentam-se inseguras ao se tornarem viúvas ou sozinhas. Mesmo desejando encontrar um novo parceiro não o fazem por medo do julgamento da sociedade e da

família. Os homens, por sua vez, sofrem com as modificações da fisiologia, onde a ereção e penetração são afetadas, o que culturalmente é visto como falta de masculinidade. Tal situação leva a se sentirem deprimidos e desestimulados, quando poderiam ser motivados por meio de informações que os ajudassem a encontrar novas formas para a satisfação sexual. Analisando-se a literatura referente ao tema sexualidade e o envelhecimento, observa-se uma lacuna no conhecimento, principalmente no que se refere aos trabalhos científicos publicados por enfermeiros. A tendência mundial de aumento de expectativa de vida da população ocasionará impacto nas diversas interfaces da saúde e demandas relacionadas à esfera da sexualidade que engloba o sexo, identidade e papéis de gênero, orientação, erotismo, prazer, intimidade e reprodução estarão presentes no cotidiano do enfermeiro. Concluiu-se que há carência de profissionais habilitados para lidar com a sexualidade nessa população e que, sendo o enfermeiro o profissional de saúde que mais tem contato direto com a população idosa no âmbito da saúde primária, faz-se necessária uma reformulação no método de abordagem da temática com os mesmos, com ênfase em educação sexual para prevenção de infecções sexualmente transmissíveis e para que os idosos possam vivenciar da melhor maneira possível a sexualidade no envelhecimento.

## REFERÊNCIAS:

ALENCAR, Rúbia Aguiar; CIOSAK, Suely Itsuko. Aids em idosos: motivos que levam ao diagnóstico tardio. **Revista brasileira de enfermagem – REBEn**, 2016 nov-dez;69(6):1140-6. Disponível em:

[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-71672016000601140&lng=pt&tlng=pt](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-71672016000601140&lng=pt&tlng=pt).

ALMEIDA, Flávia Luziana de S. C. P. de. O envelhecimento e as relações sociais, políticas e familiares. **Revista Longevidade**, Ano I, n. 1, Jan/Fev/Mar, São Paulo, 2019: ISSN 2596-027X. Disponível em: <https://revistalongevidade.com.br/index.php/revistaportal/article/viewFile/757/818>

BRASIL. Ministério da Saúde - Secretaria de Vigilância em Saúde - Departamento de Vigilância, Prevenção e Controle das Infecções Sexualmente Transmissíveis, do HIV/Aids e das Hepatites Virais. **Boletim Epidemiológico - HIV Aids** Julho de 2017 a junho de 2018, vol. 49 n. 53, 2018. Disponível em: <http://www.aids.gov.br/pt-br/pub/2018/boletim-epidemiologico-hivaids-2018>

BRASIL, SÃO PAULO (cidade). Secretaria de Saúde. **Manual de atenção à pessoa idosa/ Secretaria da Saúde, Coordenação da Atenção Básica/ Estratégia Saúde da Família**. – 2 ed – São Paulo: SMS, 2012, 66 p. – (Série Enfermagem). Disponível em: [https://www.prefeitura.sp.gov.br/cidade/secretarias/upload/saude/arquivos/enfermagem/Enfermagem\\_Atencao-SaudeAdulto.pdf](https://www.prefeitura.sp.gov.br/cidade/secretarias/upload/saude/arquivos/enfermagem/Enfermagem_Atencao-SaudeAdulto.pdf)

CASTRO, Susane de Fátima Ferreira et al. Prevenção da Aids em idosos: visão e prática do enfermeiro. **Revista Ciência e Saúde**. Porto Alegre, v. 7, n. 3. P. 131-140, set/dez. 2014. Disponível em: <http://revistaseletronicas.pucrs.br/ojs/index.php/faenfi/article/view/17773/12490>

CEZAR, Andreia Kullmann; AIRES, Marinês; PAZ, Adriana Aparecida. Prevenção de doenças sexualmente transmissíveis na visão de idosos de uma Estratégia da Saúde da Família. **Revista brasileira de enfermagem**. Brasília, v. 65, n. 5, p. 745-750, Oct. 2012. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-71672012000500005&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-71672012000500005&lng=en&nrm=iso)

DEBERT, Guita, BRIGEIRO, Mauro. Fronteiras de gênero e a sexualidade na velhice. **Revista Brasileira de Ciências Sociais**, vol. 17, n. 80, out. 2012. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0102-69092012000300003&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-69092012000300003&lng=en&nrm=iso)

DELARMELINDO, Rita de Cassia Altino et al. Estratégias de enfrentamento da incontinência urinária por mulheres. **Rev. esc. enferm. USP**, São Paulo, v. 47, n. 2, p. 296-303, Apr. 2013. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0080-2342013000200004&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0080-2342013000200004&lng=en&nrm=iso)



DIEHL, Alessandra. **Tratamentos Medicamentos das Disfunções Sexuais Masculinas**. In: E-Book. Sexualidade: do prazer ao sofrer, 2. ed. Rio de Janeiro: Roca, 2017. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788527731249/cfi/6/70!/4/2@0:0>.

DUARTE, Gustavo de Oliveira. O “Bloco das Irenes”: articulações entre amizade, homossexualidade(s) e o processo de envelhecimento. Tese Apresentada ao Programa de Pós Graduação em Educação da Faculdade de Educação Federal do Rio Grande do Sul, 2013. Disponível em: <https://lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/71278/000879215.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.

FELICIANO, Ana; GALINHA, Sônia. Percepções dos idosos sobre a sexualidade em idades avançadas – estudo exploratório. **Revista da UIIPS – UNIDADE DE INVESTIGAÇÃO DO INSTITUTO POLITÉCNICO DE SANTARÉM**. Vol. 5, n. 3, 2017. Pp. 160-169. Disponível em: <http://ojs.ipsantarem.pt/index.php/REVUIIPS>.

FERIANCIC, Marisa Margarete. Velhice e Sexualidade. In: E-Book. Geriatria e Gerontologia, Barueri, SP: Manole, 2014. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788520440223/cfi/79!/4/4@0.00:0.002>.

FLEURY, Heloisa Junqueira; ABDO, Carmita Helena Najjar. **Sexualidade da mulher idosa**. Programa de estudos em sexualidade (ProxSex) do Instituto de Psiquiatria do Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo. 2015. Disponível em: <http://files.bvs.br/upload/S/1413-9979/2015/v20n3/a4902.pdf>  
FLEURY, Luciana. Feminização da velhice: uma questão masculina. **Revista Aptare Geriatria e Gerontologia Para Especialidades Clínicas**, ano VI, ed. 31, fev/mar/abr 2019. Disponível: <http://revistaaptare.com.br/2019/03/08/feminizacao-da-velhice-uma-questao-masculina/>.

FRAIMAN, Ana Perwin. Sexualidade na Terceira Idade. In: E-Book. Sexualidade: do prazer ao sofrer, 2 ed. Rio de Janeiro: Roca, 2017. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788527731249/cfi/6/50!/4/2@0:0>.

HENNING, Carlos Eduardo. Gerontologia LGBT: velhice, gênero, sexualidade e a constituição dos “idosos LGBT”. **Horizontes Antropológicos** Porto Alegre , v. 23, n. 47, p. 283-323, Apr. 2017. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0104-1832017000100283&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-1832017000100283&lng=en&nrm=iso)

HENNING, Carlos Eduardo, DEBERT, Guita Grin. **Velhice, gênero e sexualidade: revisando debates e apresentando tendências contemporâneas**. Mais 60: estudos sobre envelhecimento /Edição do Serviço Social do Comercio. São Paulo:



Sesc São Paulo, v. 25, n. 63, dez. 2015. Disponível em: [https://www.sescsp.org.br/online/revistas/edicoes/627\\_VELHICE+GENERO+E+SEXUALIDADE](https://www.sescsp.org.br/online/revistas/edicoes/627_VELHICE+GENERO+E+SEXUALIDADE)

IBGE. Síntese de Indicadores Sociais: uma análise das condições de vida da população brasileira 2016. Rio de Janeiro: IBGE, 2016. Disponível em: <https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv98965.pdf>.

LARA, Lúcia Alves da Silva et al. Tratamentos das disfunções sexuais o consultório de ginecologia. **Revista Femina**. Vol. 47, n. 2, 2019. Disponível em: <https://www.febrasgo.org.br/pt/femina/item/766-revista-femina-2019-vol-48-n-2>

MAIA, Ana Cláudia Bortolozzi. **Sexualidade e educação sexual**. Disponível em: <http://acervodigital.unesp.br/handle/unesp/155340>.

MOUTIAN, Ilana. **Aspectos sobre travestilidade e envelhecimento: história, corpo e emigração**. Quaderns de Psicologia 2015, vol. 17, n. 3, 31-44. Disponível em: <https://www.quadernsdepsicologia.cat/article/view/v17-n3-mountian>.

NATIONAL INSTITUTE ON AGING. **Sexuality in later life**. November, 2017. Disponível em: <https://www.nia.nih.gov/health/sexuality-later-life>

RIBEIRO FILHO, Sérgio Telles. Disfunção Erétil. In: E-Book. Tratado de Geriatria e Gerontologia, 4 ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2018. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788527729505/cfi/6/172!/4/2/4@0:0>.

ROZENDO, Adriano da Silva; ALVES, Juliana Medeiros. Sexualidade na terceira idade: tabus e realidade. **Revista Kairós Gerontologia**, 18(3), pp. 95-107. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/26210/18869>

SCARDOELLI, Márcia Glaciela da Cruz; FIGUEIREDO, Aline Francielli Ramos; PIMENTEL, Rafael Rodrigo da Silva. Mudanças advindas do envelhecimento: sexualidade de idosos com complicações da diabetes mellitus. **Revista enfermagem UFPE on line**, Recife, 11(supl.7): 2963, jul. 2017. Disponível em: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/viewFile/10874/19212>

SMITH, Lee et al. **Participation In Physical Activiy is Associated With Sexual Activity in Older English Adults**. **International Journal of Environmental Research and Public Heath**, 2019, 16, 489. Disponível em: <https://www.mdpi.com/1660-4601/16/3/489>.

SOUZA, Mariana de et al. **A vivência da sexualidade por idosas viúvas e suas percepções quanto á opinião dos familiares a respeito**. Saúde

soc. vol.24 no.3 São Paulo July/Sept. 2015. Disponível em:  
[http://www.scielo.br/scielo.php?frbrVersion=2&script=sci\\_arttext&pid=S0104-12902015000300936&lng=en&tlng=en](http://www.scielo.br/scielo.php?frbrVersion=2&script=sci_arttext&pid=S0104-12902015000300936&lng=en&tlng=en)

TERRA, Newton L et al. Sexualidade, menopausa, andropausa, e disfunção erétil no envelhecimento. Porto Alegre: Edipucrs, 2014. E-Book. Disponível em:  
<https://plataforma.bvirtual.com.br/Leitor/Loader/54559/epub/23>.

UNITED NATIONS. Department of economic and social affairs. **World Population Prospects 2019**. Disponível em:  
[https://population.un.org/wpp/Publications/Files/WPP2019\\_Highlights.pdf](https://population.un.org/wpp/Publications/Files/WPP2019_Highlights.pdf).

UCHOA, Yasmim da Silva et al . A sexualidade sob o olhar da pessoa idosa. **Revista brasileira de geriatria e gerontologia**. Rio de Janeiro, v. 19, n. 6, p. 939-949, Dec. 2016 . Disponível em:  
[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1809-98232016000600939&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-98232016000600939&lng=en&nrm=iso)

WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2006. **Defining sexual health Report of a technical consultation on sexual health 28–31 January 2002**, Geneva Disponível em:  
[https://www.who.int/reproductivehealth/topics/gender\\_rights/defining\\_sexual\\_health.pdf](https://www.who.int/reproductivehealth/topics/gender_rights/defining_sexual_health.pdf)