**A SEXUALIDADE NO ENVELHECIMENTO E SUAS REPERCUSSÕES NA SAÚDE DO IDOSO**

Geovanna Gabryele dos Santos Silva ¹

Terapia Ocupacional, Universidade Federal de Pernambuco, Recife-PE, [geovanna.gabryele@ufpe.br](mailto:geovanna.gabryele@ufpe.br)

Steacy Lino Brander de Oliveira Rodrigues 2

Terapia Ocupacional, Universidade Federal de Pernambuco, Recife-PE, [steacy.lino@ufpe.br](mailto:steacy.lino@ufpe.br)

 Akawany Vitoria Pereira da Silva ³

Terapia Ocupacional, Universidade Federal de Pernambuco, Recife-PE, [akawany.silva@ufpe.br](mailto:akawany.silva@ufpe.br)

Manoele de Fatima da Silva Amaral 4

Terapia Ocupacional, Universidade Federal de Pernambuco, Recife-PE, [manoele.amaral@ufpe.br](mailto:manoele.amaral@ufpe.br)

Thuany Valença Paz ⁵

Fisioterapia, Centro Universitário Maurício de Nassau, Recife-PE, [thuanyvalencapaz@gmail.com](mailto:thuanyvalencapaz@gmail.com)

Clério Mousinho de Lima Júnior ⁶

Psicologia, Centro Universitário Brasileiro – UNIBRA, Recife-PE, [mousinhoclerio652@gmail.com](mailto:mousinhoclerio652@gmail.com)

Ana Carolina Xavier da Silva ⁷

Terapia Ocupacional, Universidade Federal de Pernambuco, Recife-PE, [carolina.xaviersilva@ufpe.br](mailto:carolina.xaviersilva@ufpe.br)

Maria de Fátima Ferrão Castelo Branco 8

Professora Efetiva do Departamento de Terapia Ocupacional na Universidade Federal de Pernambuco, Recife-PE, [fatimafcb@yahoo.com.br](mailto:fatimafcb@yahoo.com.br)

**RESUMO: Introdução:** A sexualidade é reconhecida pela Organização Mundial da Saúde (OMS) como um direito fundamental na vida do ser humano e está intrinsecamente relacionada às necessidades humanas básicas. Porém, é perceptível a estigmatização da vivência da sexualidade, principalmente, quando se trata de indivíduos na terceira idade, o que resulta na negação ou negligenciamento dessa necessidade. **Objetivo:** O presente estudo procura apresentar os aspectos que englobam as mudanças da vivência da sexualidade durante o envelhecimento e evidenciar a relação dos prejuízos sociais como um entrave na vivência dessa experiência, podendo interferir negativamente na qualidade de vida desses indivíduos. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão de literatura, utilizando-se do banco de dados da Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), usando-se os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS): “Sexualidade”; “Saúde do Idoso”; unidos entre si, por meio do operador booleano “AND”. Aplicou-se como critérios de inclusão: artigos dispostos na íntegra, nas línguas inglesa e portuguesa, entre 2019 a 2024. Excluiu-se resumos, monografias, teses, dissertações. **Resultados:** Na perspectiva da sexualidade no envelhecimento constata-se às repercussões significativas na saúde do indivíduo, intrinsecamente relacionadas com a qualidade de vida e autoestima, uma vez que não se limita ao ato sexual, mas também aos aspectos fisiológicos, psicossociais e ocupacionais desta população. Sendo assim, a sexualidade da pessoa idosa independe do processo de envelhecimento, haja vista que diferentemente dos estigmas sociais o envelhecimento não determina a sua assexualidade. **Considerações Finais:** É inegável que no processo de envelhecimento, ocorrem mudanças significativas nas dinâmicas de vida das pessoas, sendo eles de cunho fisiológicos, psicológicos, e emocionais, porém estas não implicam no abandono da exploração da sua sexualidade. Ademais, foi destacada a essencialidade da temática, uma vez que, seus impactos interferem diretamente na dinâmica de vida do ser, interferindo na sua qualidade de vida, autoestima e autoimagem, assim sendo experienciada de forma saudável, possui impactos ao longo da vida, contribuindo para uma longevidade com sentimentos positivos e reafirmação de sua identidade.

**Palavras-Chave:** Envelhecimento**;** Saúde do Idoso**;** Sexualidade.

**E-mail do autor principal:** [geovanna.gabryele@ufpe.br](mailto:geovanna.gabryele@ufpe.br)

**1. INTRODUÇÃO**

A demografia na contemporaneidade concretizou as tendências já relatadas na literatura do aumento significativo da população de idosos no cenário mundial. Portanto, as ações e cuidados direcionados a compreender e atender as demandas desse grupo etário se tornaram mais latentes, uma vez que é inegáveis as negligências e etarismo presentes na sociedade, que acarretam aos indivíduos que passam pelo processo de envelhecimento e vulnerabilidade nas suas experiências de vida, principalmente quando discutimos a sexualidade. Ainda que a sexualidade seja reconhecida por diversos estudos na área da saúde como um componente fundamental para a qualidade de vida e que integra as necessidades básicas do ser humano, na prática, ainda se observa os reflexos desses limites impostos pela coletividade sobre como o envelhecimento acaba determinando uma visão de um indivíduo assexuado (Souza Júnior et al., 2023).

Com o envelhecimento é natural que ocorram alterações na aparência física, mudanças hormonais e emocionais, além de se ter maior probabilidade de sofrer impactos na funcionalidade do corpo devido ao aparecimento de doenças com o aumento da idade. No entanto, essas questões não impedem de se ter uma vida sexual ativa, evidenciando que para experiências sexuais saudáveis se faz necessário à compreensão do público idoso sobre suas próprias experiências individuais e como elas podem ser afetadas devido às expectativas de gênero presentes na sociedade (Crema & Tilio, 2021).

Nesse panorama, o objetivo do presente estudo é apresentar os aspectos que englobam as mudanças da vivência da sexualidade durante o envelhecimento e as problemáticas relacionadas à estigmatização dessa faixa etária, enfatizando as repercussões na saúde do idoso, haja vista os danos que podem ser acarretados a qualidade de vida do indivíduo.

**2. METODOLOGIA**

O presente estudo trata-se de uma Revisão de Literatura, por meio da busca de artigos no período entre 2019 a 2024, nas línguas inglesa e portuguesa. Sendo determinado como critérios de exclusão artigos incompletos, resumos, monografias, teses e dissertações. Com a aplicação dos critérios de busca, o resultado final foi de trinta e dois estudos, destes, foram selecionados seis artigos para discorrer sobre o estudo de revisão.

 Diante disso, fundamentou-se a seguinte questão norteadora para a estruturação do mesmo: “Qual a importância da sexualidade na saúde dos indivíduos que vivenciam o processo de envelhecimento?”. A busca de pesquisas foi realizada através da base de dados da Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). Realizou-se a combinação do operador booleano “AND” para unir os termos na os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS): Sexualidade e Saúde do Idoso.

**3. RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Ao se tratar de sujeitos idosos, as restrições decorrentes das relações de opressão associadas às questões de sexualidade sênior, infelizmente, ocupam espaço significativo na sociedade e adquirem a faceta do denominado “etarismo”, uma vez que a construção da imagem social de um indivíduo com atributos para uma sexualidade ativa se relacionam intrinsecamente ao explorar as experiências da juventude e seu potencial reprodutor, que acaba não se adequando quando direcionado aos indivíduos no processo de envelhecimento (Souza Júnior et al., 2023).

Essa limitação da vivência sexual impacta nas percepções do próprio ser/eu, interferindo na construção da autoimagem, pois dentre as repercussões da negligência dessa experiência existe a anulação e depredação da autoestima e identidade do indivíduo, ademais da frustração do desejo de se manter ativos sexualmente justamente por serem vítimas dos limites impostos pelos estereótipos sociais que delimitam o processo de exploração da sua sexualidade. Seguindo nessa perspectiva, o conceito de sexualidade na sua dimensão social se centra no corpo e na juventude, fatores que durante o envelhecimento sofrem com significativas modificações e dessa maneira, pelo não cumprimento de tais preceitos coletivos o indivíduo se restringe e inibe suas necessidades para se adequar ao padrão etarista que reafirma a concepção da sexualidade como algo restrito apenas ao ato sexual com objetivos de reprodução negando assim, os seus aspectos psicossociais e ocupacionais na vida do indivíduo (Jorge et al., 2024).

O desconhecimento a respeito do envelhecimento humano é apontado por Saraiva et al. (2020) como um agente fundamental nessa imposição de barreiras à vivência sexual do idoso. Nesse panorama, o conceito de sexualidade sofre com o estigma social que o limita apenas ao ato sexual, e existe enquanto algo exclusivo do casamento e que depende de um marido para acontecer, com condenações sociais para comportamentos que fujam das normativas que, em geral, corroboram com a manutenção da heteronormatividade. Em estudos, evidencia-se que, apesar da prevalência desse conceito restrito, a maioria das pessoas na terceira idade identifica a relação direta entre a prática da sexualidade e sua autoestima e autoimagem, com impactos no bem-estar consigo mesmos, haja vista a associação de sentimentos como o sentir-se desejado e a realização pessoal em receber afeto e o reconhecimento dos seus atrativos. Em contrapartida, a ausência da vivência da sexualidade, mesmo que entendida como típico para a faixa etária, contribui para sentimentos negativos de desvalorização do indivíduo, como, por exemplo, o abandono, exclusão, tristeza, vontade de chorar e piora da autopercepção (Jorge et al., 2024).

As entrevistas realizadas no estudo de Saraiva et al. (2020) revelam que, na terceira idade a visão sobre sexualidade entre os idosos varia, contudo, a maioria deles consideram o sexo e a sexualidade como algo natural e saudável, rejeitando os estigmas sociais. É válido, em contraponto, destacar que há divergências entre alguns que acham fundamental, outros dispensável, já que existem fatores como viuvez, celibato prolongado e resistência familiar a influenciar nessa opinião.

Compreendemos a sexualidade como um aspecto que se estende além dos limites das relações sexuais, podendo ser experienciada sem a necessidade do ato sexual. Esta é composta de ações quantitativas e qualitativas de afeto e apreço, marcadas por um nível de intimidade e companheirismo. Ressalta-se, porém, que a vivência da sexualidade não obriga a existência de uma relação com terceiros, entrelaçando-se com os preceitos da autoestima do indivíduo. Considera-se que a autoestima engloba características que podem ser positivas ou negativas e que se relacionam com os sentimentos sobre si mesmo, os quais repercutem diretamente na confiança em suas próprias habilidades e competências nos mais variados aspectos. Isso cria uma percepção de si que se relaciona intrinsecamente com a autoimagem, influenciando as sensações de bem-estar nos aspectos físico, emocional e social. Diante dessa relação com a autoestima, a importância do papel da vivência da sexualidade na saúde do indivíduo é fundamental, bem como a repercussão dessa experiência no envelhecimento saudável, livre das implicações do estigma social da assexualidade como um fator determinado pela idade. Isso implica numa autoestima positiva, englobando o bem-estar e a qualidade de vida em diferentes aspectos da vida, visto que se trata de um campo pessoal multidimensional (Souza Júnior et al., 2023).

**4. CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Diante do exposto, compreende-se que a sexualidade na terceira idade vai muito além de um ato/tendência sexual, e sim, traz consigo outra oportunidade de sentir a vida. As limitações por questões da idade avançada, não podem mais ser aceitas em uma sociedade onde a humanização ganhou grande destaque, pois, percebe-se que mesmo com o avanço da idade biológica, logo, o corpo do indivíduo idoso guarda consigo uma essência que merece ser respeitada em todos os quesitos, incluindo sua vida sexual ativa. Em suma, vale ressaltar que a qualidade de vida de um indivíduo está interligada a diversos fatores, entre eles fisiológicos, psicológicos, emocionais e sexuais. Conclui-se que a sexualidade e o idoso andam simultaneamente em direção a saúde, qualidade de vida e autonomia, pois aquele que tem sua individualidade respeitada e protegida, obtém a capacidade fisiológica e emocional de viver uma vida mais saudável, longa e leve.

**REFERÊNCIAS**

CREMA, Izabella Lenza; DE TILIO, Rafael. Sexualidade no envelhecimento: relatos de idosos. Fractal: Revista de Psicologia, Niterói, v. 33, n. 3, p. 182-191, set./dez. 2021. https://doi. org/10.22409/1984-0292/v33i3/5811.

JORGE, B. S. D. de et al. Concepções e vivências da sexualidade e seus efeitos nas vidas de mulheres idosas. Revista de Pesquisa Cuidado é Fundamental Online, v. 16, p. e–13035, 2024. DOI: 10.9789/2175-5361.rpcfo.v16.13035.

SARAIVA, M. R. et al. Percepção dos idosos acerca de sua sexualidade. Ciênc. cuid. saúde, p. 1–8, 2020. DOI: 10.4025/cienccuidsaude.v19i0.50232.

SOUZA JÚNIOR, E. V. de et al. Sexualidade como fator associado à qualidade de vida da pessoa idosa. Esc. Anna Nery Rev. Enferm., v.27, 2023 DOI:10.1590/2177-9465-EAN-2022-0228pt.

SOUZA JÚNIOR, E. V. DE et al. Efeitos das vivências em sexualidade na autoestima e na qualidade de vida de pessoas idosas. Escola Anna Nery, v. 26, 2022. DOI: 10.1590/2177-9465-EAN-2021-0469pt.

SOUZA JÚNIOR, E. V. DE et al. Função sexual e sua associação com a sexualidade e a qualidade de vida de mulheres idosas. Esc. Anna Nery Rev. Enferm, v. 27, 2023. DOI: 10.1590/2177-9465-EAN-2022-0227pt.