**SEXUALIDADE E QUALIDADE DE VIDA: DESAFIOS E PERSPECTIVAS NA TERCEIRA IDADE**

Jennifer Santos Chaves ¹

Psicologia, Centro Universitário do Norte, Manaus-AM, [jenniferchavespsi@gmail.com](mailto:jenniferchavespsi@gmail.com)

Maria Bernadete de Melo ²

Serviço Social, Universidade Norte do Paraná, Recife-PE, [bernadete080@gmail.com](mailto:bernadete080@gmail.com)

João Pedro de Alcântara ³

Medicina, Universidade Federal de Grande Dourados, Goiânia-GO, [jpoio@hotmail.com](mailto:jpoio@hotmail.com)

Luciano Tavares da Silva ⁴

Medicina, Universidade Federal do Pará, Altamira-PA, [luciano.silva@altamira.ufpa.br](mailto:luciano.silva@altamira.ufpa.br)

Shirlei Vieira dos Santos ⁵

Fisioterapia, Universidade do Estado da Bahia, Salvador-BA, [vieirash@gmail.com](mailto:vieirash@gmai.com)

Marilza Alves Oliveira ⁶

Psicologa, Universidade de Gurupi, Gurupi-TO, [marilzaalvesoliveira4@gmail.com](mailto:marilzaalvesoliveira4@gmail.com)

Mayra Aparecida Mendes Ribeiro ⁷

Enfermeira, Universidade Estadual Vale do Acaraú, Sobral-CE, [aryam\_ribeiro@hotmail.com](mailto:aryam_ribeiro@hotmail.com)

Cristiane Alves de Araújo ⁸

Psicologia, Faculdade de Ciência Humanas de Olinda, Olinda-PE, [cristianealves1109@gmail.com](mailto:cristianealves1109@gmail.com)

Eriselma Alves Correia ⁹

Enfermagem, Centro Universitário Dr. Leão Sampaio, Juazeiro do Norte-CE, [selmaenfermagem2010@hotmail.com](mailto:selmaenfermagem2010@hotmail.com)

**RESUMO:** A sexualidade é reconhecida como uma das necessidades fundamentais do indivíduo e processo de envelhecimento não inibe a expressão da sexualidade por parte dos idosos. Contudo, a sociedade percebe frequentemente o idoso como alguém que não mantém relações sexuais, resultando em desatenção por parte dos profissionais de saúde. Portanto, o objetivo dessa revisão é identificar o que versam as evidências cientificas sobre os desafios e perspectivas da sexualidade e qualidade de vida na terceira idade. Tem-se por objetivo identificar as barreiras no atendimento aos serviços essenciais de saúde pela comunidade surda. Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, realizada em dezembro de 2023. A busca dos estudos foi conduzida a partir da seguinte pergunta norteadora: "O que versam as evidências cientificas sobre os desafios e perspectivas da sexualidade e qualidade de vida na terceira idade?", fundamentada nos artigos científicos selecionados nas bases de dados LILACS, BDENF, SciELO e IBECS, utilizando como descritores Idoso, Sexualidade e Qualidade de vida. Foram considerados na análise artigos completos redigidos nos idiomas inglês, português e espanhol, com o intervalo temporal restrito entre 2019 e 2023. O objetivo foi abranger exclusivamente estudos mais recentes, focalizando a população de estudo composta por pessoas com surdez. Os critérios de exclusão abarcaram artigos replicados, aqueles que não se alinhavam com a temática da pesquisa e desatualizados. Com base nas investigações realizadas, evidencia-se que a sexualidade exerce uma influência significativa na qualidade de vida dos idosos. A plenitude na vivência da sexualidade, principalmente por meio das relações afetivas, correlaciona-se positivamente com uma melhoria percebida do bem-estar. No entanto, o enfrentamento mais desafiador das adversidades físicas e sociais ligadas à sexualidade está associado a uma diminuição nesse aspecto para os idosos, tendo a forte associação da sexualidade com variáveis sociodemográficas e a correlação positiva com a funcionalidade familiar, na qual reforçam a importância de abordar essa temática nos serviços de saúde destinados aos idosos. Assim, estimular experiências sexuais desejadas, superar preconceitos e promover qualidade nos anos adicionais de vida emergem como estratégias essenciais para otimizar o bem-estar dessa população.

**Palavras-Chave:** Idoso; Qualidade de Vida; Sexualidade.

**E-mail do autor principal:** [jenniferchavespsi@gmail.com](mailto:jenniferchavespsi@gmail.com)

**1. INTRODUÇÃO**

O envelhecimento populacional é uma ocorrência global resultante da consecução de diversos indicadores de saúde, particularmente a diminuição da taxa de fecundidade e o aumento da expectativa de vida (SOUZA *et al*., 2019). Nesse contexto, à medida que o processo de envelhecimento avança, a qualidade de vida dos idosos pode experimentar uma diminuição gradual, o que pode ser entendido como a interação harmoniosa de diferentes satisfações, abrangendo tanto os aspectos físicos quanto psicossociais da vida (OLIVEIRA *et al*., 2019). Trata-se de um indicador abrangente de bem-estar, englobando tanto aspectos positivos quanto negativos da vida. Essa métrica se configura como uma medida significativa para avaliar não apenas o envelhecimento saudável e bem-sucedido, mas também o estado de saúde global do indivíduo ( GOVINDARAJU *et al*., 2018).

Nesse contexto, a sexualidade é reconhecida como uma das necessidades fundamentais do indivíduo, e, portanto, deve ser experimentada integralmente, estando presente em todas as etapas da vida (AGUIAR *et al*., 2020). O processo de envelhecimento não inibe a expressão da sexualidade por parte dos idosos. Contudo, a sociedade percebe frequentemente o idoso como alguém que não mantém relações sexuais, resultando em desatenção por parte dos profissionais de saúde. Esse estigma contribui para a vulnerabilidade dos idosos a infecções sexualmente transmissíveis (EVANGELISTA *et al* ., 2019).

Nesse contexto, abordar questões relacionadas à sexualidade, incluindo a função sexual e as percepções acerca do corpo e da genitália, torna-se essencial para mitigar os mitos e tabus que envolvem a sexualidade na população idosa. Portanto, o objetivo dessa revisão é identificar o que versam as evidências cientificas sobre os desafios e perspectivas da sexualidade e qualidade de vida na terceira idade

**2. MATERIAIS E MÉTODOS**

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, com abordagem qualitativa. O levantamento bibliográfico ocorreu no período de dezembro de 2023, fundamentada nos artigos científicos selecionados nas seguintes bases de dados: *Medical Literature Analysis and Retrievel System Online* (MEDLINE), *Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde* (LILACS), Banco de Dados de Enfermagem (BDENF) e *Índice Bibliografico Espanõl en Ciencias de a Salud* (IBECS), através do acervo bibliográfico disponível na Biblioteca Virtual de Saúde (BVS). A busca dos estudos foi conduzida a partir da seguinte pergunta norteadora: "O que versam as evidências cientificas sobre os desafios e perspectivas da sexualidade e qualidade de vida na terceira idade?". Para realização da busca de estudos utilizaram-se os seguintes descritores indexados no DeCS/MeSH: Idoso, Sexualidade e “Qualidade de Vida”, com auxílio do operador booleano “AND”.

Foram incluídos artigos completos, em inglês, português e espanhol, delimitando-se o período de 2018 a 2023, objetivando abarcar o maior número de artigos sobre a temática. Critérios de exclusão são artigos pagos ou duplicados, fora do recorte temporal, artigos de revisão e fora da temática da pesquisa. Conforme a utilização das estratégias de busca, obteve-se 327 artigos na MEDLINE, 37 estudos na BDENF, 95 amostras na LILACS e 7 na IBECS. Após a aplicação dos critérios de elegibilidade e exclusão, 211 artigos apresentaram-se desatualizados, 77 artigos apresentaram-se fora do tema, 133 artigos estavam incompletos, 7 estavam duplicadas, 1 fora do idioma selecionado, resultando 5 estudos que atendiam o objetivo proposto para compor a revisão.

**3. RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Conforme as investigações conduzidas por Junior, Cruz e Silva (2021), a sexualidade emerge como um elemento que influencia significativamente a qualidade de vida dos idosos analisados. A vivência mais plena da sexualidade por meio das relações afetivas está associada a uma melhoria na qualidade de vida. Nota-se que quanto mais intensas são as experiências nas relações afetivas, maior é a qualidade de vida percebida. Por outro lado, a enfrentamento mais desafiador das adversidades físicas e sociais relacionadas à sexualidade está correlacionado a uma diminuição na qualidade de vida dos idosos.

A atividade sexual demonstra um efeito fraco, porém, positivo na qualidade de vida, enquanto as relações afetivas exibem um impacto forte e positivo. Portanto, promover a estimulação da sexualidade, com ênfase no componente das relações afetivas, pode ser encorajador entre a população idosa. Observa-se um efeito expressivo e estatisticamente significativo no bem-estar desse grupo, contribuindo para a prevenção de situações que possam influenciar negativamente em sua saúde mental e, consequentemente, em sua qualidade de vida. Essa abordagem tem o potencial de enfrentar problemas relacionados à baixa autoestima, solidão, sentimentos de abandono, entre outros (JÚNIOR, SILVA e PIRÔPO, 2021).

A sexualidade na população idosa apresenta uma forte associação com variáveis sociodemográficas, tais como estado civil, religião e ausência de filhos, entre outras. Dada a incontestável associação positiva entre a sexualidade e o bem-estar do indivíduo nesse grupo etário, torna-se imperativo abordar essa temática nos serviços de saúde destinados aos idosos. Estimular suas experiências sexuais, quando desejadas, romper preconceitos e promover qualidade nos anos adicionais de vida são medidas essenciais para otimizar o bem-estar dessa população (JÚNIOR, FILHO e SILVA, 2023).

A sexualidade também estabelece uma correlação positiva, de magnitude moderada a forte, com a funcionalidade familiar (JÚNIOR, FILHO e CRUZ, D.P., 2023). As experiências relacionadas à sexualidade demonstraram uma influência significativa e negativa sobre a prevalência de transtornos mentais comuns que tendem a surgir com o avanço da idade, além de contribuir para uma melhor qualidade de vida nos indivíduos. Devido à identificação de um impacto substancial nas variáveis analisadas, destaca-se a relevância clínica de abordar a temática da sexualidade com maior frequência nos serviços de saúde (JÚNIOR, CRUZ e SIQUEIRA, 2022).

**4. CONCLUSÃO**

Com base nas investigações realizadas, evidencia-se que a sexualidade exerce uma influência significativa na qualidade de vida dos idosos. A plenitude na vivência da sexualidade, principalmente por meio das relações afetivas, correlaciona-se positivamente com uma melhoria percebida do bem-estar. No entanto, o enfrentamento mais desafiador das adversidades físicas e sociais ligadas à sexualidade está associado a uma diminuição nesse aspecto para os idosos, tendo a forte associação da sexualidade com variáveis sociodemográficas e a correlação positiva com a funcionalidade familiar, na qual reforçam a importância de abordar essa temática nos serviços de saúde destinados aos idosos. Assim, estimular experiências sexuais desejadas, superar preconceitos e promover qualidade nos anos adicionais de vida emergem como estratégias essenciais para otimizar o bem-estar dessa população.

**REFERÊNCIAS**

AGUIAR, R.B. *et al*. Idosos vivendo com HIV: comportamento e conhecimento sobre sexualidade: revisão integrativa. **Ciência e Saúde Coletiva**. v. 25, n. 2, p. 575-584, 2020.

EVANGELISTA, A. da R. *et al*. Sexuality in old age: knowledge/attitude of nurses of family health strategy. **Revista Escola de Enfermagem da USP**. v. 53, e. 03482, 2019.

GOVINDARAJU, T. *et al*. Dietary patterns and quality of life in older adults: A systematic review. **Nutrients**. v. 10, n. 8, 965- 971, 2018.

JÚNIOR, E.V.S.; CRUZ, D.P.; SILVA, C.S. Assossiação entre sexualidade e qualidade de vida em idosos. **Revista Escola de Enfermagem USP**. v. 55, p. 1-9, 2021.

JÚNIOR, E.V.S.; SILVA, C.S.; PIRÔPO, U.S. Efeitos da sexualidade na fragilidade e na qualidade de vida de idosos: um estudo transversal. **Revista Brasileira de Enfermagem**. v. 75, n. 01, p. 1-9, 2021.

JÚNIOR,E.V.S.; FILHO, B.F.; SILVA, C.S. Sexualidade como fator associado a qualidade de vida da pessoa idosa. **Escola Anna Nery**. v. 27, p. 1-10, 2023.

JÚNIOR, E.V.S.; FILHO, B.F; CRUZ, D.P. Efeitos da sexualidade na funcionalidade familiar e na qualidade de vida das pessoas idosas: estudo transversal. **Revista Cuidarte**. v. 13, n. 1, p. 1-18. 2023.

JÚNIOR, E.V.S.; CRUZ, D.P.; SIQUEIRA, L.R. Efeitos da sexualidade nos transtornos mentais comuns e na qualidade de vida de pessoas idosas. **Cogitare Enfermagem**. v. 27, p. 1-13, 2022.

SOUZA, C.L. *et al*. Aging, sexuality and nursing care: the elderly woman’s look. **Rev Bras Enferm**. v. 72, n. 2, p. 78-85.

OLIVEIRA, L.D.S. *et al*. The effects of physical activity on anxiety, depression, and quality of life in elderly people living in the community. **Trends Psychiatry Psychother**. v. 1, n. 1, p. 36-42, 2019.