

Educação sexual para idosos: um relato de experiência

Sexual education for the older people: an experience report

<https://doi.org/10.5335/rbceh.?????.?????>



Gilson Luiz de Amorim Melo – Mestrando em Gerontologia (PPGERO-UFPE)¹, Nadja Maria Jorge Asano – Doutora em Neuropsiquiatria do Comportamento (POSNEURO -UFPE)², Danielle de Andrade Pitanga Melo – Doutora em Psicologia Clínica (PPGPSI – UNICAP)³

Resumo

O envelhecimento populacional é uma realidade global, e com isso, a necessidade de abordar as questões relacionadas à sexualidade na terceira idade se torna cada vez mais relevante. Este relato de experiência visa compartilhar os resultados de uma intervenção educativa sobre saúde sexual direcionada idosos, participantes do “Cuidar e Acolher” grupo terapêutico realizado em uma faculdade, localizada na região metropolitana do Recife. A intervenção foi realizada por uma equipe formada por um psicólogo, docente do curso de graduação em Psicologia, e duas discentes do referido curso, e abordou temas como anatomia e fisiologia do envelhecimento, mitos e tabus sobre sexualidade na velhice, disfunções sexuais e estratégias de enfrentamento. Os resultados demonstraram que a atividade promoveu maior conhecimento, aceitação e abertura dos participantes em relação à sexualidade na terceira idade, além de ter contribuído para a melhora da qualidade de vida e das relações interpessoais do grupo. Conclui-se que iniciativas dessa natureza são essenciais para promover o envelhecimento ativo e saudável, bem como para desmistificar preconceitos e tabus relacionados à sexualidade do idoso.

Palavras-chave: Educação Sexual. Envelhecimento. Idosos. Sexualidade.

Abstract

Population aging is a global reality, and with it, the need to address issues related to sexuality in older adults becomes increasingly relevant. This report aims to share the results of an educational intervention on sexual health directed at elderly participants of the “Cuidar e Acolher” therapeutic group held at a college located in the metropolitan region of Recife. The intervention was conducted by a team consisting of a psychologist, a faculty member of the undergraduate Psychology course, and two students from the same course. It addressed topics such as the anatomy and physiology of

¹ Universidade Federal de Pernambuco (UFPE)_Gilson Luiz de Amorim Melo -Mestrando do Programa de Pós-Graduação em Gerontologia (PPGERO – UFPE), Recife -PE, Brasil. E-mail: gilson.amorim@ufpe.br. ² Universidade Federal de Pernambuco_Nadja Maria Jorge Asano – Doutora em Neuropsiquiatria do Comportamento (POSNEURO – UFPE), Recife – PE, Brasil. E-mail: nadjaasano@hotmail.com. ³ Universidade Federal de Pernambuco (UFPE)_Danielle de Andrade Pitanga Melo – Doutora em Psicologia Clínica (PPGPSI – UNICAP). Recife -PE, Brasil. E-mail: danielle.pitanga@ufpe.br.

aging, myths and taboos about sexuality in old age, sexual dysfunctions, and coping strategies. The results demonstrated that the activity promoted greater knowledge, acceptance, and openness among participants regarding sexuality in later life, as well as contributing to the improvement of the quality of life and interpersonal relationships within the group. It is concluded that initiatives of this nature are essential to promote active and healthy aging, as well as to demystify

prejudices and taboos related to the sexuality of older adults.

Keywords: Sexual Education. Aging. Older People. Sexuality.

Introdução

O envelhecimento populacional é uma tendência global observada nas últimas décadas, resultado do aumento da expectativa de vida e da redução das taxas de natalidade. De acordo com dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) de 2023, aproximadamente 13% da população brasileira atual está na terceira idade, ou seja, têm 60 anos de idade ou mais. Estima-se que, em cerca de 20 anos, um quarto da população do Brasil será composta por idosos. Prevê-se que a demanda por serviços voltados a esse público-alvo deverá aumentar significativamente, tanto no setor público (como unidades básicas de saúde e unidades de saúde da família) quanto no setor privado (clínicas, instituições de longa permanência para idosos, entre outras) (Freitas; Barbosa, 2021). Essa transição demográfica traz consigo a necessidade de se repensar as políticas e práticas voltadas à população idosa, incluindo aspectos relacionados à sexualidade. Uma vez que, com o aumento do número da população idosa, também cresce o número de casos de idosos contaminados com IST's e AIDS (Paulino et. al, 2014).

A sexualidade na terceira idade é um tema ainda pouco abordado e cercado de mitos e preconceitos. Muitas vezes, os idosos são vistos como assexuados, incapazes de vivenciar uma vida sexual ativa e satisfatória. É justamente esse erro de pensamento, que leva a desinformação da população idosa acerca das formas de prevenção (Souza e Souza, Oliveira, Silveira, Figueiredo, Messias, & Silva, 2012). Entretanto, estudos demonstram que a sexualidade persiste durante o envelhecimento e pode trazer benefícios para a saúde física e mental dos idosos (Souza et al., 2022 apud, Neves, 2022). Segundo Alencar, et. al (2014), a sexualidade no contexto do envelhecimento é permeada por mitos e tabus, resultando na concepção de que idosos são pessoas assexuadas . No entanto, a sexualidade do idoso deve ser compreendida de forma holística, considerando-a como parte integrante da totalidade desse indivíduo. A sexualidade na velhice não se resume a apenas um fator biológico, mas envolve também aspectos biopsicossocioculturais. Com o aumento contínuo da população idosa e a necessidade de cuidados que promovam a qualidade de vida dessa faixa etária, torna-se fundamental a realização de estudos na área do envelhecimento que abordem não apenas o surgimento de doenças, mas também temáticas que considerem o idoso em toda a sua identidade humana, incluindo a sua sexualidade.

Nesse contexto, ações educativas e de promoção da saúde sexual voltadas para a população idosa tornam-se cada vez mais necessárias. Elas podem contribuir para desmistificar crenças e tabus, ampliar o conhecimento sobre a sexualidade no envelhecimento e empoderar os idosos a vivenciá-la de forma plena e saudável (IPGG, 2016).

Este relato de experiência apresenta os resultados de uma intervenção educativa sobre saúde sexual realizada com um grupo de idosos em um centro de convivência. O objetivo geral deste trabalho foi promover discussões sobre sexualidade na terceira idade, desmistificando tabus e preconceitos.

Materiais e métodos

Trata-se de um estudo descritivo , do tipo relato de experiência, realizado em um grupo terapêutico, chamado “Cuidar e Acolher”, realizado em uma instituição de ensino superior privada, localiza na região metropolitana do Recife.

A intervenção educativa foi planejada e executada por uma equipe composta por um psicólogo, docente do curso de psicologia e duas estudantes discentes do terceiro período do curso de psicologia . Foram realizados 10 encontros semanais com duração de 2 horas cada.

No primeiro encontro, foi realizada uma avaliação inicial dos conhecimentos, crenças e atitudes dos participantes em relação à sexualidade na terceira idade. Nos encontros seguintes, foram abordados temas como: anatomia e fisiologia do envelhecimento; mitos e tabus sobre sexualidade na velhice; ISTs, HIV/AIDS; disfunções sexuais e estratégias de enfrentamento; e a importância da comunicação e do autocuidado para uma vida sexual saudável.

As atividades utilizadas incluíram apresentações dialogadas, dinâmicas de grupo, exibição de vídeos e rodas de conversa. Ao final da intervenção, foi realizada uma avaliação das percepções dos participantes sobre a atividade.

Resultados e discussão

A intervenção educativa contou com a participação de 25 idosos , sendo 19 mulheres e 6 homens, com idades entre 60 e 80 anos. A maioria dos participantes (72%) era casada ou possuía um relacionamento estável.

Na avaliação inicial, observou-se que muitos idosos apresentavam crenças equivocadas sobre a sexualidade na velhice, como a de que o desejo sexual diminui com a idade ou de que a atividade sexual é prejudicial para a saúde. Além disso, a maioria relatava ter dificuldade em abordar o tema com familiares e profissionais de saúde .

Ao longo da intervenção, os participantes demonstraram maior conhecimento sobre as transformações fisiológicas do envelhecimento e sua influência na sexualidade. Houve também uma maior aceitação e abertura em relação a essa temática, com relatos de melhora na autoestima, no relacionamento conjugal e na qualidade de vida.

As infecções sexualmente transmissíveis, como a sífilis e a AIDS, foram abordadas de forma a desmistificar crenças e oferecer estratégias de enfrentamento. Os participantes expressaram alívio em poder discutir esses assuntos e relatar suas experiências sem julgamentos.

Outro ponto relevante foi a importância atribuída pelos idosos à comunicação aberta e à confiança no relacionamento com o parceiro para uma vida sexual satisfatória. Muitos relataram dificuldades em conversar sobre sexo e intimidade, o que reforça a necessidade de se trabalhar essa habilidade.

Conclusão

A intervenção educativa sobre saúde sexual direcionada a um grupo de idosos demonstrou resultados positivos, promovendo maior conhecimento, aceitação e abertura dos participantes em relação à sexualidade na terceira idade.

As atividades realizadas contribuíram para desmistificar preconceitos, ampliar a compreensão sobre as transformações fisiológicas do envelhecimento e suas implicações na vida sexual, além de oferecer estratégias de enfrentamento para as disfunções sexuais.

Conclui-se que iniciativas dessa natureza são fundamentais para promover o envelhecimento ativo e saudável, ao abordar de forma holística as necessidades dos idosos, incluindo aspectos relacionados à sexualidade. Essa experiência reforça a importância de se investir em ações educativas e de

promoção da saúde sexual voltadas para a população idosa, visando melhorar a qualidade de vida e as relações interpessoais nessa etapa da vida.

Referências

ALENCAR, D. L. DE et al. Fatores Que Interferem Na Sexualidade De idosos: Uma Revisão Integrativa. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 19, n. 8, p. 3533, 3542, 11 abr. 2014.

FREITAS, E. R.; BARBOSA, A. J. G. Intervenções Clínicas em Grupos de Idosos: A Depressão em Foco. **PROPSICO: Programa de Atualização em Psicologia Clínica e da Saúde**, v. 4, n. 5, p. 9, 48, 1 jan. 2021.

INSTITUTO PAULISTA DE GERIATRIA E GERONTOLOGIA; **Manual de Oficinas Educativas sobre sexualidade e prevenção de DST/AIDS no Idoso**. Secretaria Estadual de Saúde, 1ª Edição. São Paulo, 2016

NEVES, P. R. et al. Perception of caregivers regarding the sexuality of older adults in a long-term care facility: Percepção de cuidadores acerca da sexualidade de pessoas idosas de uma instituição de longa permanência. **Concilium**, v. 24, n. 16, p. 30–49, 12 ago. 2024.

PAULINO, M. C. et al. Análise dos comportamentos sexuais de idosos cadastrados em uma Estratégia Saúde da Família. **Revista Kairós Gerontologia**, v. 17, n. 4, p. 49, 61, 1 dez. 2014.

SOUZA, L. et al. Análise da clientela idosa portadora de HIV atendida em um centro ambulatorial em Montes Claros, Minas Gerais. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 15, n. 4, p. 767–776, 1 dez. 2012.