

ENFERMAGEM E A VALORIZAÇÃO DA IMPORTÂNCIA DO SEXO NA MELHOR IDADE

NURSING AND VALUING THE IMPORTANCE OF SEX IN AGE

Eloir Marques da Silva¹

RESUMO: O presente estudo se concentra em compreender as questões relacionadas à sexualidade na melhor idade e como os profissionais de enfermagem podem desempenhar um papel fundamental na promoção da saúde sexual desse grupo. O trabalho destaca as transformações fisiológicas que ocorrem com o envelhecimento e como essas mudanças podem afetar a atividade sexual. Também aborda o estigma e a discriminação social enfrentados pelos idosos em relação à sexualidade, incluindo a ideia equivocada de que a sexualidade é exclusiva dos jovens. A pesquisa enfatiza a importância da educação em saúde para desconstruir estereótipos e preconceitos em relação à sexualidade na terceira idade. Isso inclui o uso de linguagem apropriada, a abordagem de mitos e equívocos comuns sobre sexo e o estabelecimento de um ambiente seguro e de apoio para discussões sobre saúde sexual. Além disso, existe a necessidade de os profissionais de enfermagem estarem bem informados e capacitados para lidar com questões de sexualidade na terceira idade. Isso inclui a promoção de medidas de prevenção contra infecções sexualmente transmissíveis (ISTs) e a AIDS. O estudo conclui que a assistência de enfermagem desempenha um papel crucial na promoção da saúde sexual dos idosos e na melhoria de sua qualidade de vida. Os enfermeiros devem estar preparados para abordar abertamente questões de sexualidade, fornecer informações precisas e criar um ambiente de apoio para os idosos, permitindo-lhes desfrutar de uma vida sexual saudável e ativa na melhor idade.

351

Palavras-Chave: Enfermagem. Sexualidade e Melhor Idade.

ABSTRACT: The present study focuses on understanding issues related to sexuality at an older age and how nursing professionals can play a fundamental role in promoting sexual health in this group. The work highlights the physiological changes that occur with aging and how these changes can affect sexual activity. It also addresses the stigma and social discrimination faced by older people in relation to sexuality, including the mistaken idea that sexuality is exclusive to young people. The research emphasizes the importance of health education to deconstruct stereotypes and prejudices regarding sexuality in old age. This includes using appropriate language, addressing common myths and misconceptions about sex, and establishing a safe and supportive environment for discussions about sexual health. Furthermore, there is a need for nursing professionals to be well informed and qualified to deal with issues of sexuality in old age. This includes promoting prevention measures against sexually transmitted infections (STIs) and AIDS. The study concludes that nursing care plays a crucial role in promoting the sexual health of older adults and improving their quality of life. Nurses must be prepared to openly address sexuality issues, provide accurate information and create a supportive environment for older adults, allowing them to enjoy a healthy and active sexual life at their prime.

Keywords: Nursing. Sexuality and Older Age.

¹ Graduanda do Curso de Enfermagem pelo Centro Universitário Pitágoras Unopar de Campo Grande – MS.

INTRODUÇÃO

O propósito de implementar a Política Nacional de Saúde do Idoso é promover ativamente o envelhecimento saudável, bem como preservar e aprimorar a capacidade funcional dos idosos de maneira abrangente. Dessa maneira, a enfermagem desempenha um papel fundamental na promoção da saúde e no bem-estar de indivíduos de todas as idades, sendo uma área particularmente importante de atenção é a saúde na melhor idade. Nesse contexto, a valorização da importância do sexo na melhor idade emerge como um tema relevante e muitas vezes subestimado. A sexualidade é uma dimensão essencial da saúde e qualidade de vida ao longo de toda a vida e o envelhecimento não deve ser visto como um período de declínio, mas sim como uma oportunidade para a celebração da intimidade e do prazer.

No presente estudo será possível explorar a relação entre a Enfermagem e a promoção da saúde sexual na melhor idade, destacando os benefícios físicos e emocionais que a sexualidade pode oferecer aos idosos, bem como os desafios e estigmas que podem surgir. Além disso, é importante discutir o papel fundamental dos profissionais de Enfermagem na educação, no apoio e na assistência aos idosos em busca de uma vida sexual saudável e satisfatória.

A investigação sobre a sexualidade na população idosa permanece um campo pouco explorado, com uma notável falta de políticas e diretrizes concretas, tanto em nível nacional quanto local. Além disso, é comum encontrar normas e guias que abordam os direitos dos residentes em lares de idosos, mas que frequentemente negligenciam aspectos relacionados à sexualidade. Portanto, as iniciativas de cuidado centrado na pessoa buscam promover a autonomia dos residentes na tomada de decisões em todos os aspectos de suas vidas, embora possam impor algumas limitações no que se refere à sua vida sexual.

RESPEITO A VIDA SEXUAL NA MELHOR IDADE

O Brasil e o mundo estão atualmente vivenciando um prolongamento da expectativa de vida, devido aos avanços da tecnologia, ciência e medicina, que proporcionam uma melhor qualidade de vida para a população em geral. Esse cenário nos leva a ampliar nossa compreensão sobre o envelhecimento e suas múltiplas facetas. O envelhecimento é um processo complexo e diversificado, abrangendo dimensões biológicas, psicológicas, sociais e culturais. Ele representa uma fase da vida que é construída tanto individualmente quanto socialmente, refletindo a importância de discutir a população idosa e os diversos aspectos que a envolvem (CUNHA, 2015).

O envelhecimento é um processo natural que afeta todas as pessoas, desde a infância até a velhice. No entanto, essa fase pode ser desafiadora para muitos, uma vez que pode trazer limitações físicas, como problemas de mobilidade, bem como questões psicossociais, como a aposentadoria e a sensação de falta de propósito. O Estatuto do Idoso, Lei 10.741 de 1º de outubro de 2003, reconhece o envelhecimento como um direito personalíssimo e social, assegurando a proteção e a dignidade das pessoas idosas (MS, 2013).

O preconceito é um problema presente em várias formas de discriminação, afetando grupos de diferentes características, como gênero, raça, orientação sexual, entre outros. O preconceito compartilha uma atitude e um comportamento comum de rejeição daqueles que são percebidos como diferentes. Isso demonstra que o preconceito está enraizado nas estruturas sociais e é influenciado por determinações históricas. Além disso, o preconceito está frequentemente ligado a mitos e estereótipos. O mito, nesse contexto, representa valores e visões de mundo das classes dominantes sobre grupos socialmente desfavorecidos. Por exemplo, mitos podem perpetuar a ideia de que os idosos são naturalmente frágeis ou que determinados grupos são superiores a outros (CUNHA, 2015).

A sexualidade é um conceito que vai além do simples ato sexual e inclui elementos como afetividade, toque, carinho e muito mais. É importante compreender que as pessoas idosas, assim como qualquer outro ser humano, podem experimentar a sexualidade como uma dimensão relevante de suas vidas. Portanto, é fundamental discutir e desmistificar o preconceito relacionado à sexualidade na velhice, considerando os aspectos históricos e culturais que moldaram essas percepções (EVANGELISTA et al., 2019).

353

O significado da sexualidade transcende o mero ato sexual e engloba uma concepção que se baseia tanto na atração sexual quanto na afetividade compartilhada entre as pessoas, quando se discute sexualidade, é fundamental compreender que ela não se limita exclusivamente ao ato sexual em si, mas também abrange outros elementos, como o tom de voz, beijos, toques, cheiros e muito mais. É inteiramente possível que a pessoa idosa, como qualquer outro indivíduo, experimente a sexualidade como uma dimensão importante de sua vida (EVANGELISTA et al., 2019).

A IMPORTÂNCIA DE MANTER A SEXUALIDADE AO LONGO DA VIDA

A importância de manter a sexualidade ao longo da vida, bem como o desejo sexual contínuo e a participação na expressão sexual por parte dos adultos mais idosos, tem sido

amplamente abordada na literatura sobre sexualidade. No entanto, as evidências indicam que o desejo sexual não é apenas influenciado pela idade, mas também por fatores psicossociais, como a disponibilidade do parceiro, a frequência do contato e as percepções geracionais sobre a aceitabilidade da atividade sexual na terceira idade além de fatores biológicos, como a presença de doenças crônicas e o uso de medicamentos para tratá-las (NÓBREGA et al., 2018).

Para os residentes em ambientes de cuidados de longa duração, como casas de repouso assistidas, esses fatores provavelmente têm uma relevância significativa. O profissional de enfermagem pode desempenhar um papel crucial na criação de um ambiente que promova a intimidade e a expressão sexual de forma segura e respeitosa. Isso pode envolver o desenvolvimento de políticas e práticas que reconheçam as necessidades sexuais dos residentes, garantindo a privacidade e o consentimento informado (NÓBREGA et al., 2018).

Nos últimos anos, tem havido mudanças expressivas no comportamento sexual dos idosos, especialmente das mulheres. No entanto, ainda persistem estereótipos relacionados à fisiopatologia, crenças, cultura e tradição que têm um impacto negativo na atividade sexual das pessoas idosas. Dessa maneira, é possível observar uma ampla variedade de fatores fisiológicos e psicológicos que podem influenciar o comportamento sexual dos idosos. Isso inclui a presença de condições patológicas, como disfunção erétil e menopausa, além da influência relevante de crenças espirituais e papéis patriarcais, perpetuados por uma educação que tradicionalmente enfatizou o papel da mulher em proporcionar prazer sexual aos homens (PEREIRA et al., 2019).

Além disso, a idade biológica em relação aos modelos estereotipados de comportamento sexual também é destaque, muitas vezes sendo considerada um fator de risco para a contração de doenças sexualmente transmissíveis. Desta maneira, os enfermeiros podem atuar desafiando esses estereótipos por meio da educação e da promoção de uma visão positiva da sexualidade na terceira idade. Eles podem fornecer aconselhamento e apoio psicológico para superar barreiras emocionais que afetam a atividade sexual, como a depressão e a ansiedade, além de ajudar os pacientes a se comunicarem abertamente com seus parceiros (PEREIRA et al., 2019).

Para que haja a promoção da saúde sexual em pacientes idosos, o enfermeiro pode ainda realizar avaliações abrangentes da saúde sexual nessa faixa etária, garantindo que todas as dimensões da saúde sexual (física, mental, emocional e social) sejam abordadas. Isso pode incluir o aconselhamento sobre métodos de prevenção de doenças sexualmente transmissíveis e o fornecimento de informações sobre a importância da atividade sexual para o bem-estar físico e mental.

De acordo com Brasil (2018), a saúde sexual é definida como "um estado de completo bem-estar físico, mental, emocional e social relacionado com a sexualidade". É fundamental para uma vida plena para todas as pessoas, especialmente para adultos mais amadurecidos com idade superior a 50 anos. A sexualidade é uma construção complexa que engloba atividade, função e comportamento sexual. A atividade sexual assume um papel crucial na qualidade de vida dos idosos, associando-se ao bem-estar físico e mental, relacionamentos satisfatórios e à redução do risco de doenças crônicas.

Recentemente, vários estudos têm investigado as atitudes sexuais gerais, como o desejo e a satisfação sexual, em diferentes faixas etárias durante o processo de envelhecimento. Descobriu-se que os idosos que mantêm atitudes sexuais positivas, experimentam vivências sexuais mais satisfatórias. Nos últimos anos, foram identificados diversos fatores que podem funcionar como barreiras à função e à satisfação sexual em adultos mais velhos. A depressão, ansiedade, falta de reciprocidade no relacionamento, monotonia e repetição, bem como doenças, entre outros, podem contribuir para alterações no comportamento sexual em idosos (RODRIGUES et al., 2019).

Portanto, para assegurar uma vida sexual plena e saudável para essa população, é crucial abordar uma variedade de fatores que influenciam seu comportamento sexual. Até recentemente, as pesquisas sobre sexualidade frequentemente excluía(m) os idosos como um grupo de estudo. Os adultos mais velhos eram muitas vezes erroneamente considerados assexuados, com a pesquisa sexual concentrando-se predominantemente na juventude. No entanto, vários estudos indicam que a atividade sexual continua a ser relevante na vida de adultos de meia-idade e idosos. Embora a frequência da atividade sexual possa diminuir com a idade, os adultos mais velhos não são assexuados. Eles ainda podem experimentar desejos e impulsos sexuais e atribuir importância ao sexo (RODRIGUES et al., 2019).

Apesar dessas constatações, a compreensão do comportamento sexual em idosos requer a consideração de fatores fisiológicos e psicossociais. Isso levou ao crescimento de uma literatura substancial sobre o tema, incluindo revisões abrangentes sobre envelhecimento e sexualidade. Revisões recentes, exploraram diversos tópicos, como função sexual, dificuldades sexuais, satisfação sexual e imagem corporal em idosos. Outras revisões recentes focaram em tópicos mais específicos nesse campo, como prevenção do HIV/AIDS, sexualidade em ambientes institucionais, e cuidados de saúde sexual na terceira idade. Os profissionais de enfermagem podem contribuir para a compreensão do comportamento sexual em idosos, participando desses

estudos e pesquisas que abordem questões específicas relacionadas à sexualidade na terceira idade. Eles podem também colaborar na disseminação de conhecimento científico para outros profissionais de saúde e para a sociedade em geral, desmitificando conceitos errôneos sobre a sexualidade na idade avançada (MENDONÇA et al., 2017).

Com os diversos fatores fisiológicos que podem criar obstáculos à expressão sexual em adultos mais velhos, entre os homens, destacam-se a atrofia dos órgãos sexuais, a redução dos níveis de testosterona, problemas de ereção, dificuldade em manter a excitação e diminuição do desejo sexual, frequentemente relacionados à diminuição dos níveis hormonais. No caso das mulheres, fatores incluem a diminuição da produção de estrogênio após a menopausa, redução na lubrificação, contração do colo do útero e do útero, perda de elasticidade nos tecidos mamários, alterações no tamanho dos seios, atrofia do canal vaginal e redução do tamanho vaginal (MENDONÇA et al., 2017).

A maior parte da população idosa global é composta por mulheres, e estima-se que até 2050, 65% dos octogenários serão do sexo feminino. No entanto, a sexualidade das mulheres mais velhas permanece em grande parte negligenciada e frequentemente associada a estereótipos prejudiciais. Tais estereótipos incluem a expectativa de que as mulheres mais velhas sejam consideradas sexualmente indesejáveis, com pouco ou nenhum desejo sexual, e incapazes de manter relacionamentos íntimos (BRASIL, 2018).

356

De acordo com Santos (2021) apesar do declínio na atividade sexual que pode ocorrer com o envelhecimento, é importante destacar que o interesse sexual, o desejo, a paixão e a capacidade de estabelecer novos relacionamentos amorosos podem ser mantidos nas mulheres mais velhas. Vários fatores influenciam a diminuição da atividade sexual entre as mulheres idosas, incluindo:

- A falta de um parceiro sexual.
- Relacionamentos emocionalmente distantes ou infidelidade conjugal.
- Desinformação, equívocos e preconceitos em relação à sexualidade.
- Crenças culturais que perpetuam a ideia de que a atividade sexual é exclusiva dos jovens.
- Tédio e medo do fracasso sexual.
- Demandas familiares que geram tensão emocional em casais mais velhos.
- Problemas urogenitais, como coceira, dor, secura vaginal e diminuição do desejo sexual.
- Doenças e uso de medicamentos que afetam a função sexual.
- Baixa autoestima em relação à imagem corporal.
- Disfunção erétil em parceiros sexuais.

- A hesitação em buscar ajuda profissional devido a constrangimento.
- Normas religiosas e culturais que desencorajam a expressão da sexualidade feminina ou o engajamento em atividades sexuais dentro do casamento, conformando-se a estereótipos de gênero tradicionais.

Além disso, em ambientes de cuidados de longa duração, como casas de repouso, existem várias barreiras à expressão da sexualidade. Estas incluem a falta de privacidade, atitudes negativas por parte dos residentes (como vergonha, constrangimento ou culpa), e atitudes problemáticas por parte de funcionários e familiares. Limitações físicas e declínio cognitivo também podem afetar negativamente a qualidade de vida dos residentes em relação à sexualidade (SANTOS, 2021).

Outros fatores, como normas geracionais que desaprovam a expressão sexual entre idosos e a pressão de grupo exercida por companheiros que controlam o comportamento sexual por meio de críticas ou fofocas, também desempenham um papel nas casas de repouso. Além disso, o modelo médico predominante nessas instituições muitas vezes se concentra principalmente na segurança e nos cuidados físicos em detrimento das necessidades emocionais e sexuais dos residentes. Isso pode levar os funcionários a assumirem um papel de reguladores do comportamento sexual dos residentes (VIEIRA; COUTINHO; SARAIVA, 2016).

A área de atuação de enfermagem pode oferecer suporte na forma de tratamentos médicos e terapias que visam abordar problemas como a disfunção erétil, a atrofia dos órgãos sexuais e as alterações hormonais. Eles podem trabalhar em estreita colaboração com médicos e outros profissionais de saúde para criar planos de cuidados personalizados que atendam às necessidades específicas de cada paciente (SILVA et al., 2021).

Nesse contexto, sobre a importância de manter a sexualidade ao longo da vida, o enfermeiro pode atuar fornecendo educação e informações precisas sobre como a sexualidade pode ser mantida e enriquecida à medida que as pessoas envelhecem. Isso inclui a discussão dos fatores psicossociais, como a comunicação aberta com o parceiro, e como eles podem afetar o desejo sexual. Assim, os profissionais de enfermagem podem ajudar os adultos mais idosos a entender como as condições médicas crônicas e o uso de medicamentos podem influenciar a saúde sexual, oferecendo estratégias para gerenciar esses desafios (SILVA et al., 2021).

Garantir que os idosos tenham experiências íntimas, sexuais e relacionais positivas é uma questão de extrema importância. A sexualidade e a intimidade são direitos inerentes e legais, mas, lamentavelmente, continuam sendo áreas frequentemente negligenciadas quando se trata de promover a qualidade de vida, o bem-estar e a identidade pessoal. Pesquisas indicam que a sexualidade, a intimidade e as necessidades de relacionamento ainda têm grande importância

para muitos idosos que vivem em ambientes de cuidados, e esses aspectos continuam a fazer parte integrante da vida de muitos indivíduos mais velhos (SOUZA JÚNIOR et al., 2021).

De fato, um estudo com base nas experiências de idosos que vivem na comunidade revelou que 19% dos homens e 32% das mulheres com mais de 80 anos relataram ter relações sexuais frequentes. Além disso, mais da metade dos idosos com mais de 80 anos mencionam comportamentos íntimos, como beijos e carícias frequentes, o que sugere que a expressão da sexualidade permanece relevante mesmo em idades avançadas (BRASIL, 2018).

Essas necessidades continuam a existir mesmo quando ocorre um declínio cognitivo e físico que leva à necessidade de cuidados residenciais e de enfermagem. No entanto, quando uma pessoa idosa faz essa transição para o cuidado residencial, sua vida privada se torna mais pública, envolvendo familiares, funcionários e médicos na satisfação de suas necessidades de cuidados. Esse fenômeno é particularmente perceptível em casos de demência. O ambiente de cuidado muitas vezes é visto como um obstáculo para a gestão das relações íntimas.

Educação sexual na melhor idade

À medida que as pessoas envelhecem, seus corpos passam por diversas transformações físicas que podem impactar sua saúde sexual. É essencial que os idosos compreendam essas mudanças e busquem orientação médica. Além disso, há produtos e tratamentos disponíveis para abordar essas preocupações, como terapia de reposição hormonal, lubrificantes e medicamentos. Além disso, a cultura que tende a associar a assexualidade aos mais velhos e a discriminação social enfrentada pelos idosos contribuem para a perpetuação do estereótipo de que a sexualidade é um domínio exclusivo dos jovens. No entanto, é importante destacar que muitos idosos continuam a ter desejos e necessidades sexuais (ALENCAR et al., 2016).

A educação em saúde desempenha um papel básico na desconstrução desses estereótipos e preconceitos em relação à sexualidade na terceira idade. É essencial que essa educação seja abrangente e envolva não apenas os idosos, mas também pessoas de todas as faixas etárias, reconhecendo que o envelhecimento é uma parte natural da vida e que questões relacionadas à sexualidade devem ser discutidas ao longo de todas as fases da vida (CREMA; TILLIO, 2022).

No que diz respeito à atuação dos enfermeiros, muitos ainda enfrentam desafios ao abordar questões de sexualidade com os idosos, devido ao estigma e aos mitos que cercam esse tópico. No entanto, é fundamental que os profissionais de enfermagem sejam capacitados e orientados para desenvolver ações que promovam a saúde sexual dos idosos. À medida que as

pesquisas avançam e as ações de saúde são implementadas em unidades de saúde, é importante que os enfermeiros estejam atualizados sobre a "sexualidade do idoso" e estejam comprometidos em disseminar informações e promover melhorias na saúde coletiva. Essa abordagem é essencial para garantir uma assistência integral à saúde dos idosos e para aprimorar a qualidade de vida desse grupo (COSTA et al., 2017).

É importante que os idosos adotem uma perspectiva positiva em relação à sua sexualidade. Eles foram criados em uma época em que falar sobre sexo era considerado tabu ou constrangedor. No entanto, é crucial reconhecer que o sexo é uma parte natural e saudável da vida, independentemente da idade. Fomentar uma comunicação aberta com parceiros ou profissionais médicos pode ajudar a resolver quaisquer preocupações ou dúvidas e promover uma atitude positiva em relação à atividade sexual.

Os idosos também devem estar cientes da importância de praticar sexo seguro, independentemente da sua faixa etária. As infecções sexualmente transmissíveis (ISTs) podem afetar indivíduos de todas as idades, e os adultos mais velhos podem ser mais vulneráveis devido a um sistema imunológico enfraquecido ou à falta de proteção em relações sexuais anteriores. É essencial manter a responsabilidade e tomar medidas para se proteger contra ISTs, incluindo o uso de métodos de proteção adequados e a busca de testes regulares quando apropriado (BARBOSA et al., 2022).

359

A comunicação desempenha um papel fundamental em todos os relacionamentos e, para os idosos, isso é ainda mais relevante. É essencial que os idosos conversem abertamente com seus parceiros sobre seus desejos, necessidades e quaisquer desafios que possam estar enfrentando em sua vida sexual. Além disso, a busca por novas experiências é importante para manter a vida sexual dos idosos emocionante e dinâmica. Experimentar novas posições, brinquedos e técnicas pode ajudá-los a superar qualquer obstáculo que possa surgir. No entanto, se os idosos encontrarem dificuldades significativas em sua vida sexual, é aconselhável procurar a ajuda de um profissional de saúde ou terapeuta sexual. Esses profissionais estão capacitados para oferecer orientação e suporte, ajudando a superar quaisquer desafios e aprimorar a intimidade (BARBOSA et al., 2022).

Para o enfermeiro fornecer educação sexual sobre condições de saúde mental aos idosos de maneira eficaz, é fundamental adotar uma abordagem compassiva e respeitosa que leve em consideração suas diversas origens, crenças e preferências. Logo, é necessário utilizar linguagem apropriada à idade e culturalmente sensível. Evitar o uso de termos médicos complexos,

eufemismos ou estereótipos que possam causar confusão, ofender ou estigmatizar os idosos. Em vez disso, é necessário optar por uma linguagem clara e respeitosa que reflita seus valores e experiências (RODRIGUES et al., 2019).

Muitos idosos podem ter crenças imprecisas ou desatualizadas sobre sexo e condições de saúde mental que podem dificultar sua capacidade de procurar ajuda ou desfrutar de sua sexualidade. Portanto, é essencial abordar esses mitos com informações precisas e atualizadas, baseadas em evidências científicas e que respeitem suas experiências. Por exemplo, explicar que as condições de saúde mental não necessariamente afetam o desejo ou o desempenho sexual, preocupações sexuais podem ter causas físicas e psicológicas, muitas das quais podem ser tratadas ou gerenciadas eficazmente e que idosos de todos os gêneros e orientações sexuais podem ter uma vida sexual satisfatória e saudável (SOUZA et al., 2019).

Os idosos podem se sentir envergonhados ou receosos ao discutir suas preocupações de saúde sexual ou mental, especialmente se já sofreram estigma ou discriminação no passado. Portanto, é fundamental estabelecer um ambiente seguro e de apoio que respeite sua privacidade, autonomia e dignidade. Isso pode incluir o enfermeiro oferecer orientações privadas e confidenciais ou sessões em grupo que permitam aos idosos fazer perguntas, compartilhar suas experiências e receber orientações personalizadas, disponibilizar materiais educacionais, como folhetos, vídeos ou recursos online, que ofereçam perspectivas precisas e diversas sobre sexo e condições de saúde mental, conectar os idosos a profissionais de saúde, terapeutas ou grupos de apoio de pares especializados em abordar questões de saúde sexual e mental em idosos (SOUZA et al., 2019).

360

A função do enfermeiro envolve considerar diversos fatores que influenciam a saúde da família, incluindo aspectos culturais, classe social, dinâmica familiar e a interação com os profissionais de saúde. No contexto do cuidado à pessoa idosa, a recuperação do cuidado humanizado torna-se particularmente relevante para os enfermeiros da Estratégia de Saúde da Família (ESF). Isso se deve à necessidade de oferecer atenção, afeto e respeito aos valores culturais dos idosos, uma vez que essa fase da vida é frequentemente marcada por vulnerabilidades decorrentes do envelhecimento. O enfermeiro deve compreender o indivíduo idoso e sua família, levando em consideração suas práticas, crenças e valores (BARBOSA et al., 2022).

No entanto, persistem preconceitos e resistências em relação à implementação de medidas preventivas, especialmente no que diz respeito ao uso de preservativos, quando se trata

da população idosa. Essa resistência tem contribuído para a falta de ações direcionadas a esse público. É importante observar que o aumento na expectativa de vida e os avanços médicos, como a terapia de reposição hormonal e medicamentos para disfunção erétil, têm permitido que os idosos redescubram experiências, incluindo a sexualidade, tornando suas vidas mais satisfatórias (BARBOSA et al., 2022).

Apesar desse aumento na longevidade e nas oportunidades de vida mais plena, ainda há uma carência significativa de informações sobre o entendimento dos idosos em relação ao HIV/AIDS, bem como sobre medidas de prevenção e tratamento. Portanto, é fundamental que os profissionais de saúde desempenhem o papel de educadores e promovam a implementação de ações específicas e contínuas voltadas para a saúde do idoso (PEREIRA et al., 2019).

Na prestação de serviços de saúde na atenção primária, é fundamental incorporar a avaliação da sexualidade das pessoas idosas. A identificação de disfunções sexuais pode apontar para desafios de natureza psicológica, fisiológica ou ambos. Diversos fatores, como condições médicas como artrite e diabetes, fadiga, preocupações relacionadas a problemas cardíacos, efeitos colaterais de medicamentos e consumo de álcool, podem influenciar o desempenho sexual. É fundamental ressaltar que, embora a frequência e a intensidade da atividade sexual possam variar ao longo da vida, problemas persistentes na capacidade de experimentar prazer nas relações sexuais não devem ser encarados como uma parte inevitável do processo de envelhecimento (PEREIRA et al., 2019).

361

Muitas das alterações sexuais que surgem com o envelhecimento podem ser resolvidas ou melhoradas com orientação e educação adequadas. Portanto, destaca-se a importância das discussões apresentadas sobre a sexualidade das pessoas idosas, suas implicações no processo de envelhecimento e qualidade de vida, bem como sua relação com os cuidados de saúde prestados pelos enfermeiros, especialmente no contexto da Atenção Primária (SANTOS et al., 2019).

O Sistema Único de Saúde (SUS), criado no Brasil em 1988, tem como principal objetivo ampliar o acesso da população brasileira aos serviços de saúde, englobando uma ampla gama de cuidados, desde a imunização até procedimentos cirúrgicos complexos. O SUS é pautado por princípios fundamentais, incluindo a universalidade de acesso, a integralidade do cuidado e a equidade, que visam garantir atendimento a todas as pessoas, independentemente de sua condição física ou status social. O foco principal do SUS é a promoção da saúde e a prevenção de doenças, com o propósito de contribuir para a melhoria da qualidade de vida da população (SES, 2020).

Nesse contexto, a Atenção Primária à Saúde (APS), integrante do SUS, foi estabelecida como parte da reorganização do modelo de assistência à saúde, deixando para trás o modelo biomédico tradicional de atendimento. A APS é reconhecida como o primeiro nível de assistência em saúde e é a principal porta de entrada para os usuários do SUS. Possui um alcance significativo na população e tem como responsabilidades e funções a oferta de cuidados contínuos e abrangentes em saúde, tanto no âmbito individual como no familiar, comunitário e cultural (SANTOS et al., 2019).

Nessa abordagem os profissionais que atuam na Estratégia de Saúde da Família, especialmente o enfermeiro responsável pelo acompanhamento sistemático da pessoa idosa, têm a capacidade de estabelecer um vínculo mais sólido e construir um relacionamento de confiança. Essa relação entre profissional de saúde e paciente possibilita que o idoso compartilhe seus conhecimentos, preocupações e necessidades relacionadas à sexualidade, o que, por sua vez, facilita o desenvolvimento de um plano de intervenção eficaz. A troca de informações, diálogos abertos e esclarecimento de dúvidas são ações que promovem a saúde e garantem que o idoso possa desfrutar de uma vida sexual saudável e prazerosa.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

362

Na fase da velhice, a sexualidade frequentemente se torna um tema tabu, o que pode ter um impacto significativo na vida das pessoas idosas. Muitos idosos têm seus desejos, sentimentos e vontades restringidos devido à crença errônea de que, por estarem em uma faixa etária avançada, não deveriam mais experimentar tais aspectos da vida. Em algumas culturas, até mesmo a expressão da sexualidade na velhice é vista como inapropriada ou pecaminosa.

Neste contexto, é crucial reconhecer a importância de desvincular a sexualidade da mera atividade sexual e entender que ela abrange uma ampla gama de aspectos humanos, incluindo carinho, afeto e intimidade emocional. Um dos principais desafios enfrentados pela população idosa é superar os mitos e tabus culturais que a rodeiam. Esses preconceitos frequentemente levam à repressão dos desejos e sentimentos naturais, resultando em isolamento social, solidão e, eventualmente, estados depressivos.

Além disso, o presente estudo revelou que o tema da sexualidade na velhice é frequentemente negligenciado pelos profissionais de saúde, familiares e pela sociedade em geral. Essa falta de informação contribui para a perpetuação de preconceitos e falsas ideias sobre as

mudanças que ocorrem durante o processo de envelhecimento, sejam elas relacionadas a aspectos físicos, sociais ou psicológicos.

Dessa maneira os profissionais de enfermagem têm responsabilidade contribuir para a discussão e desmistificação da sexualidade na melhor idade. Deve-se promover estudos e pesquisas sobre esse tema, a fim de esclarecer equívocos e garantir que os direitos, desejos e vontades das pessoas idosas sejam respeitados e valorizados. Essa iniciativa é essencial para promover o envelhecimento saudável e o bem-estar emocional dessa parcela da população.

REFERÊNCIAS

ALENCAR, Danielle Lopes de et al. Exercício da sexualidade em pessoas idosas e os fatores relacionados. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 19, p. 861-869, 2016. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbagg/a/HCQDtmvkCN6TKfZbTXXszfK/abstract/?lang=pt> Acesso em: 13 de mai. de 2023.

BARBOSA, Camilla Sandrianny Pereira et al. Sexualidade da pessoa idosa: Vivências de profissionais de saúde e idosos. **Cogitare Enfermagem**, v. 27, 2022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/cenf/a/TL4TCNQ7bpVGhY4gPK4qCkF/> Acesso em: 17 de jun. de 2023.

BRASIL. **Dados sobre o envelhecimento no Brasil**. Secretaria Nacional de promoção e defesa dos direitos humanos. 2018. Disponível em: <http://www.sdh.gov.br/assuntos/pessoaidosa/dadosestatisticos/Dadosobreoenvelhecimento no Brasil.pdf>. Acesso em: 30 março de 2021. 363

COSTA, Dayara Carla Amaral da et al. Sexualidade no idoso: percepção de profissionais da geriatria e gerontologia. **Universitas: Ciências da Saúde**, v. 15, n. 2, p. 75-80, 2017. Disponível em: <https://www.cienciasaude.uniceub.br/cienciasaude/article/download/3997/3625> Acesso em: 12 de jun. de 2023.

CUNHA, Luana Miranda et al. Vovó e vovô também amam: sexualidade na terceira idade. **Revista Mineira de Enfermagem**, v. 19, n. 4, p. 894-906, 2015. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/lil-782754> Acesso em: 18 de set. de 2023.

CREMA, Izabella Lenza; DE TILIO, Rafael. Sexualidade no envelhecimento: relatos de idosos. **Fractal: Revista de Psicologia**, v. 33, p. 182-191, 2022. Disponível em: https://www.oasisbr.ibict.br/vufind/Record/UFF7_42a067f40fod3ffc2e8109680d4e1405 Acesso em: 12 de jun. de 2023.

EVANGELISTA, Andressa da Rocha et al. Sexualidade de idosos: conhecimento/atitude de enfermeiros da Estratégia Saúde da Família. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 53, 2019. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reeusp/a/qzXZrjQtKBG9H73RrGK9Bwc/> Acesso em: 14 de set. de 2023.

MENDONÇA, Evelyn Tayana Maciel et al. **Saúde sexual e HIV/AIDS na terceira idade**. 2017. Disponível em:

https://repositorio.ufpa.br/jspui/browse?type=subject&sort_by=1&order=ASC&rpp=20&etal=-1&value=Sa%C3%BAde+sexual&starts_with=F Acesso em: 23 de ago. de 2023.

MS, Ministério da Saúde. **Estatuto do Idoso**. 2013. Disponível em: https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/estatuto_idoso_3edicao.pdf Acesso em: 14 de ago. de 2023.

NÓBREGA, Thainar Machado de Araújo et al. **Diagnósticos, resultados e intervenções de enfermagem relacionados ao comportamento sexual da pessoa idosa**. 2018. Disponível em: https://repositorio.ufpb.br/jspui/handle/123456789/12311?locale=pt_BR Acesso em: 09 de set. de 2023.

PEREIRA, Bruno Bonetto et al. **A sexualidade e as doenças sexualmente transmissíveis na terceira idade**. Escola Técnica Prof. Carmine Biagio Tundisi, Atibaia, 2019. Disponível em: <https://www.etecatibaia.com.br/wp-content/uploads/2019/09/Sexualidade-e-DST-na-Terceira-Idade.pdf> Acesso em: 22 de ago. de 2023.

RODRIGUES, Marlúcia de Sousa et al. Obstáculos enfrentados pela Enfermagem na prevenção de infecções sexualmente transmissíveis na terceira idade. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, n. 29, p. e1116-e1116, 2019. Disponível em: <https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/1116> Acesso em: 22 de jul. de 2023.

RODRIGUES, Carolina Freitas do Carmo et al. Atividade sexual, satisfação e qualidade de vida em pessoas idosas. **Revista eletrônica de enfermagem**, v. 21, p. 57337-57346, 2019. Disponível em: <http://repositorio.uft.edu.br/handle/11612/1290> Acesso em: 12 de ago. de 2023.

SANTOS, Edna Gonçalves dos. **Sexualidade no envelhecimento e a atuação do enfermeiro na atenção primária à saúde: revisão narrativa**. 2021. Disponível em: <https://repositorio.pucgoias.edu.br/jspui/bitstream/123456789/2534/1/SEXUALIDADE%20NO%20ENVELHECIMENTO%20E%20A%20ATUA%20C3%87%20C3%83%20DO%20ENFERMEIRO%20NA%20ATEN%20C3%87%20C3%83%20PRIM%20C3%81%20C3%80%20SA%20C3%89%20ADE%20revis%C3%A3o%20narrativa.pdf> Acesso em: 11 de set. de 2023.

SANTOS, Crislayne Alves dos et al. **Sexualidade na Terceira Idade: a Percepção dos Idosos Usuários de um Serviço de Apoio a Melhor Idade**. v. 2, p. 1414-1422, 2019. Disponível em: <https://proceedings.ciaiq.org/index.php/CIAIQ2019/article/view/2309> Acesso em: 12 de set. de 2023.

SES. SUS (Sistema Único de Saúde). 2020. Disponível em: <https://www.saude.mg.gov.br/sus> Acesso em 12 de set. de 2023.

SOUZA, Cinoélia Leal de et al. Envelhecimento, sexualidade e cuidados de enfermagem: o olhar da mulher idosa. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 72, p. 71-78, 2019. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reben/a/bXtXKvq4XRpCfpVPk9vRkXC/?lang=pt&format=pdf> Acesso em: 16 de set. de 2023.

SILVA, Natalia Coelho Marques da et al. Sexualidade e avaliação de sintomas físicos e psicológicos de idosos em assistência ambulatorial. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 74, 2021. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/reben/a/vWbCj6CnpdRj5MpfPFsD49N/?format=pdf&lang=pt>
Acesso em: 17 de set. de 2023.

SOUZA JÚNIOR, Edison Vitório de et al. A sexualidade está associada com a qualidade de vida do idoso! **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 74, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reben/a/5wqJrhghMt79Ct8TmjZFM6r/?lang=pt> Acesso em: 11 de ago. de 2023.

VIEIRA, Kay Francis Leal; COUTINHO, Maria da Penha de Lima; SARAIVA, Evelyn Rúbia de Albuquerque. **A sexualidade na velhice: representações sociais de idosos frequentadores de um grupo de convivência**, 2016. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pcp/a/dtF8qQ6skTwWk4jK5ySG7Gq/abstract/?lang=pt> Acesso em: 17 de set. de 2023.