

SEXUALIDADE NA VELHICE: CAMINHO DE APRENDIZAGEM

SEXUALITY IN OLD AGE: LEARNING PATH

Síntia Santana de Oliveira

Bacharela em Saúde pela Universidade Federal do Recôncavo da Bahia – UFRB. Graduanda do Curso de Medicina do Centro de Ciências da Saúde (CCS/UFRB). E-mail: sintia@aluno.ufrb.edu.br

Ana Verena Silva Santana

Bacharela em Saúde pela Universidade Federal do Recôncavo da Bahia – UFRB. Graduanda do Curso de Medicina do Centro de Ciências da Saúde (CCS/UFRB). E-mail: anaverena@aluno.ufrb.edu.br

Claudia Feio da Maia Lima

Doutora em enfermagem. Docente do Curso de Enfermagem no Centro de Ciências da Saúde / Universidade Federal do Recôncavo da Bahia (CCS/UFRB). E-mail: cflima@ufrb.edu.br

RESUMO

Introdução: A sexualidade na velhice pode ser compreendida como uma ação que contribui, positivamente, para a qualidade de vida da pessoa idosa. Devido à sua complexidade, torna-se necessário que a temática seja observada pelas equipes de saúde sob um olhar amplo, não apenas focado nos aspectos biológicos, relacionando-os à velhice. Objetivo: Dialogar com profissionais da saúde de Unidades de Saúde da Família sobre a sexualidade na velhice, como um caminho de aprendizagem em saúde. Metodologia: Fez-se uma abordagem educativa em serviço junto a equipes de saúde, por meio de aula expositiva dialogada, na qual foram discutidos aspectos biopsicossociais da sexualidade e vida sexual voltada à população idosa. Resultados: Após a realização da educação em serviço, reiterou-se que a sexualidade é um tema pouco abordado pelos profissionais de saúde e pela própria pessoa idosa, em decorrência de mitos e tabus, do desconhecimento das diferentes mudanças na transição cronológica e da não inclusão da sexualidade de pessoas idosas no planejamento e na realização da assistência, pela pouca valorização da temática. Considerações Finais: Dessa forma, vê-se a educação em serviço como uma atividade relevante, à medida em que desperta profissionais de saúde para o papel de educador, no que se refere à inclusão da sexualidade de pessoas idosas no contexto da integralidade do cuidado.

Palavras-chave: Envelhecimento. Pessoa Idosa. Educação Sexual. Aprendizado.

ABSTRACT

Introduction: Sexuality in old age can be understood as an action that contributes positively to the quality of life of the elderly. Due to its complexity, the theme needs to be observed by the health teams from a broad perspective, not just focused on biological aspects, relating them to old age. Objective: Dialogue with health professionals from Family Health Units about sexuality in old age, as a way of learning in health. Methodology: An in-service educational approach was carried out with health teams, through a dialogued expository class, in which biopsychosocial aspects of sexuality and sexual life aimed at the elderly population were discussed. Results: After carrying out the in-service education, it was reiterated that sexuality is a topic rarely addressed by health professionals and by the elderly person, due to myths and taboos, lack of knowledge of the dif-

ferent changes in the chronological transition and not inclusion of the sexuality of elderly people in the planning and implementation of assistance, due to the low appreciation of the theme. Final Considerations: Thus, in-service education is seen as a relevant activity, as it awakens health professionals to the role of educator, with regard to the inclusion of the sexuality of elderly people in the context of comprehensive care.

Keywords: Aging. Elderly Person. Sex Education. Learning.

INTRODUÇÃO

A Organização Mundial de Saúde cita a sexualidade como um aspecto fundamental na qualidade de vida de qualquer ser humano. Essa dimensão é fundamental em tudo o que somos, sentimos e fazemos. A saúde sexual é considerada como uma condição necessária para o bem-estar físico, psíquico e sociocultural das pessoas no curso da vida (OMS, 2020).

De acordo com Diniz e Leite (2019), as pessoas idosas estão quebrando os preconceitos relacionados à sexualidade, apesar de ainda serem estereotipadas de forma negativa pela sociedade. Ao mesmo tempo, os profissionais de saúde têm buscado entender mais do assunto, para auxiliá-los e orientá-los quanto a doenças provenientes do ato sexual, prioritariamente.

Para Vieira, Coutinho e Albuquerque (2016), ainda que o envelhecimento seja alvo de pesquisas em inúmeras áreas do conhecimento científico, no que se refere à temática da sexualidade, nota-se uma insuficiência de estudos e ações de cunho educativo por parte de profissionais da saúde. A maior parte trata a sexualidade na perspectiva das disfunções e mudanças no funcionamento sexual em ambos os sexos, muitas vezes em espaços de especialidades. As reflexões sobre como lidar com a sexualidade na velhice são escassas, o que reitera o despreparo das equipes e instituições de saúde nos diferentes âmbitos do cuidado.

Dessa maneira, a sexualidade na velhice pode ser compreendida como uma ação que contribui, positivamente, para a qualidade de vida da pessoa idosa (QUEIROZ, 2015). Devido à sua complexidade, vê-se a relevância de que a temática seja observada sob um olhar amplo, que não a limite aos seus aspectos biológicos. Necessário é atentar-se para as demandas im-

postas pela velhice e para a busca de possibilidades de uma assistência integral a esta população, que inclua a sexualidade como uma dimensão tão importante quanto qualquer outra.

A escolha do tema surgiu diante da necessidade de uma capacitação profissional no âmbito da Atenção Primária à Saúde (APS), para que a discussão sobre sexualidade possa ser abordada de forma eficiente durante os atendimentos às pessoas idosas, a fim de prevenir complicações e promover a saúde coletiva e individual. Nesse sentido, as Unidades de Saúde da Família (USFs), enquanto porta de entrada do usuário no SUS, representam o principal vínculo da população com o setor de saúde. Portanto, a relação de confiança estabelecida entre profissional e paciente tem maior potencial para atingir o sucesso terapêutico (DE LIMA, 2020).

OBJETIVO

Objetivou-se dialogar com profissionais da saúde de Unidades de Saúde da Família (USFs) sobre a sexualidade na velhice, como um caminho de aprendizagem em saúde.

METODOLOGIA

Trata-se de um relato de experiência, proveniente de estudo exploratório, vinculado ao Programa Pibex UFRB/2022 e intitulado: "Sexualidade na velhice: caminho de aprendizagem". Teve discentes do 10º e 12º período do curso de medicina, sob a orientação docente do curso de enfermagem do Centro de Ciências da Saúde da Universidade Federal do Recôncavo da Bahia (CCS/UFRB).

O trabalho foi empenhado de maio a dezembro/2022, advindo da necessidade de possibilitar aos profissionais de saúde o exercício da educação em serviço com foco na pessoa ido-

sa, tendo em vista a necessidade da elaboração de técnicas e atividades dentro e fora das USFs, que permitam a difusão de informações importantes a respeito da sexualidade na velhice.

A intervenção educativa foi realizada em seis USFs da área urbana do município de Santo Antônio de Jesus-Bahia (SAJ-Ba), conforme descrição na tabela 1, tendo como público-alvo os profissionais de saúde a elas vinculados. As reuniões foram previamente agendadas com as enfermeiras coordenadoras e um card virtual personalizado para cada USF foi confeccionado, como meio de divulgação para a equipe de saúde local.

Após embasamento científico e estudo em grupo, os encontros educativos se deram através de aula expositiva dialogada, seguida de abertura do espaço para diálogo e compartilhamento de experiências profissionais, considerando a realidade vivenciada nas USFs. A atividade, que teve duração média de 2h por encontro, possibilitou a discussão de vários aspectos da sexualidade e vida sexual da população idosa, com destaque para as ações de cuidado na Atenção Primária à Saúde (APS).

A partir disso, esperou-se que os dados obtidos fossem reunidos para produção de um relato de experiência, incitando, assim, a produção de trabalhos acadêmicos através do êxito deste projeto.

Tabela 1. Unidades de Saúde da Família de SAJ, onde os encontros educativos aconteceram e o quantitativo de profissionais reunidos. Santo Antônio de Jesus-Ba, 2022.

USF's	Número de participantes
USF Calabar	08
USF Marita Amâncio	10
USF Viriato Lobo	12
USF Andaiá	07
USF Urbis III	09
USF CentroSAJ	11
TOTAL	57 participantes

Fonte: As autoras, 2022.

DESENVOLVIMENTOS DAS ATIVIDADES EDUCATIVAS

Fez-se o levantamento de material bibliográfico e a elaboração do cronograma de atividades, pautando-se no objetivo a ser atingido durante o desenvolvimento do projeto de extensão. A aula expositiva foi elaborada sob orientação docente, considerando algumas informações fornecidas pelas gestoras das USFs quanto ao perfil da equipe. Deu-se ênfase à linguagem voltada aos profissionais de saúde de nível fundamental, médio e superior.

O processo de ensino-aprendizagem abordou os seguintes temas: a) Sexualidade: aspectos sociais e culturais, sobremaneira, as questões de gênero; b) Mudanças fisiológicas e autoestima sexual; c) Atividade sexual e riscos à saúde, perpassando pelas infecções sexualmente transmissíveis (ISTs); d) Exames para o controle de saúde e as condutas para o autocuidado; e) Fármacos para o desempenho sexual: benefícios x malefícios; f) Disfunções e doenças que interferem na sexualidade da pessoa idosa; g) Sexualidade da pessoa idosa e família.

Ademais, foram elucidados determinantes e indicadores de bem-estar na velhice, dentre os quais se destacam: satisfação consigo / com a vida; produtividade; continuidade de papéis familiares; rede social ativa (família, amigos) e a saúde integral (mental, espiritual, afetiva e biológica).

Pela sua representatividade, no que diz respeito à saúde biológica, foram dados destaques às mudanças fisiológicas próprias do processo de envelhecimento, responsáveis pela perpetuação de desconhecimento, inseguranças, redução na autoestima e autodepreciação de pessoas nessa faixa etária, além da diminuição no autocuidado, em especial, com a dimensão sexual ou pela preocupação excessiva com o desempenho sexual, sobremaneira, por parte dos homens idosos (DOURADO, 2017).

Outrossim, para as mulheres idosas, as alterações fisiológicas genitais, responsáveis pelo estreitamento e encurtamento vaginal, perda de lubrificação e afinamento da mucosa da va-

gina são fatores responsáveis pelo desconforto significativo durante a relação sexual e que, portanto, as distanciam do exercício da sua sexualidade, muitas vezes sem ressignificação saudável (ALENCAR, 2014).

Então, sendo os profissionais de saúde os mais indicados a assumirem a responsabilidade de orientação às pessoas idosas sobre os recursos disponíveis para minimizar os efeitos negativos das modificações corporais sobre a sua sexualidade, além de promover o exercício seguro de sexualidade, é perceptível o despreparo teórico e prático para a abordagem da temática, limitando o cuidado e a qualidade de vida dessa população (BARBOSA et al., 2022).

O projeto demonstrou que a educação em saúde é imprescindível no processo de promoção do envelhecimento ativo e qualidade de vida, incluindo a sexualidade. Neste sentido, corroborando com Lima (2020), os profissionais de saúde devem conduzir os atendimentos de modo que as pessoas idosas se sintam confortáveis para o diálogo, orientadas de forma clara e acessível, sobre os caminhos possíveis para otimizar e desenvolver suas plenas capacidades, sabendo que a sexualidade permanece, mas ressignificada.

geradora de saúde e qualidade. Dessa forma, é salutar que o profissional da Atenção Primária à Saúde (APS) esteja apto a desmistificar os tabus que envolvem a sexualidade relacionada à velhice.

Neste sentido, a participação dos profissionais de saúde no projeto contribuiu para sensibilizar a condução dos atendimentos à pessoa idosa, permitindo-os abordar com maior naturalidade e propriedade a temática da sexualidade nesta etapa da vida, reforçando a autoestima corporal e os cuidados necessários à prática sexual.

Por fim, o projeto permitiu aos profissionais de saúde o desenvolvimento de um olhar integral sobre os aspectos individuais, fisiológicos e sociais que atravessam a pessoa idosa, tendo em vista que a velhice compõe uma etapa da vida que não se resume ao surgimento de incapacidades físicas e/ou mentais, pois muito embora o corpo não responda da mesma forma ao desejo, as adaptações sexuais se tornam necessárias e contribuem na expressão sexual e afetiva da pessoa idosa. Destarte, a atividade sexual na velhice passou a ser compreendida pelos profissionais em seu aspecto holístico, ou seja, na perspectiva biopsicossociocultural.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante do incontestável aumento da longevidade populacional, faz-se necessário proporcionar à pessoa idosa uma maior sobrevida,

REFERÊNCIAS

ALENCAR, D. L. de et al. Fatores que interferem na sexualidade de idosos: uma revisão integrativa. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 19, p. 3533-3542, 2014. Disponível em: <https://www.scielo.org/article/csc/2014.v19n8/3533-3542/>

BARBOSA, C. S. P. et al. A pessoa idosa: vivências de profissionais de saúde e idosos. **Cogitare Enfermagem**, v. 27, e:83845, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.5380/ce.v27i0.83845>.

DE LIMA, I. C. C. et al. Sexualidade na terceira idade e educação em saúde: um relato de experiência. **Revista de Saúde Pública do Paraná**, v. 3, n. 1, 2020. Disponível em: <http://revista.escolade-saude.pr.gov.br/index.php/rspp/article/view/340>

DINIZ, E. E. C. da S.; LEITE, S. de L. Sexualidade no envelhecimento - mitos e tabus. In: **Congresso Internacional de Envelhecimento Humano VI**, 2019, Campina Grande - Paraíba (Anais Eletrônicos). Campina Grande: Editora Realize 2019. Disponível em: https://editorarealize.com.br/editora/anais/cieh/2019/TRABALHO_EV125_MD4_SA5_ID237_27052019003620.pdf

DOURADO, A. D. A construção social da autoestima para as idosas institucionalizadas e não institucionalizadas. **Anais V CIEH...** Campina Grande: Realize Editora, 2017. Disponível em: <https://www.editorarealize.com.br/index.php/artigo/visualizar/33977>

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). Saúde sexual, direitos humanos e a lei [e-book] / **Organização Mundial da Saúde**; tradução realizada por projeto interinstitucional entre Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Instituto Federal do Rio Grande do Sul, Universidade Federal do Paraná, coordenadores do projeto: Daniel Canavese de Oliveira e Maurício Polidoro - Porto Alegre: UFRGS, 2020. 88 p.: il. Título original: Sexual health, human rights and the law. Disponível em: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/175556/9786586232363-por.pdf?ua=1>

QUEIROZ, M. A. et al. Representações sociais da sexualidade entre idosos. **RevBrasEnferm**, v. 68, n. 4, p. 662-667, jul-ago 2015. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reben/a/MwLGd-3FbWw5npcZhXjwWMH/?format=pdf&lang=pt>

VIEIRA, K. F. L.; COUTINHO, M. da P. de L. e S.; ALBUQUERQUE, E. R. de. **A sexualidade na velhice: representações sociais de idosos frequentadores de um grupo de convivência**. Psicologia: Ciência e Profissão [online]. 2016, v. 36, n. 1, p. 196-209. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1982-3703002392013>>