



## A sexualidade da pessoa idosa e os efeitos na sua qualidade de vida

Elderly people's sexuality and the effects on the quality of life

La sexualidad de las personas mayores y los efectos en la calidad de vida

Rachel Carneiro Abadia<sup>1</sup>, Glycia de Almeida Nogueira<sup>1</sup>, Claudia Feio da Maia Lima<sup>2</sup>, Carine Silvestrini Sena Lima da Silva<sup>1</sup>, Fabiana Ferreira Koopmans<sup>1</sup>, Advi Catarina Barbachan Moraes<sup>1</sup>, Rodrigo Ayres de Souza<sup>1</sup>, Tallita Mello Delphino<sup>1</sup>.

### RESUMO

**Objetivo:** Analisar a produção científica sobre os conhecimentos de sexualidade da pessoa idosa e os efeitos na sua qualidade de vida. **Métodos:** Trata-se de uma revisão integrativa das publicações encontradas nas bases de dados: LILACS, MEDLINE, SCIELO e BDEFN. Selecionaram-se, após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, 24 artigos publicados no período de 2018 a 2023, nos idiomas português, inglês e espanhol. **Resultados:** Realizou-se uma análise temática dos artigos, a partir das seguintes categorias: a) vivências de sexualidade da pessoa idosa; b) condições de saúde que podem afetar a sexualidade da pessoa idosa; c) implicações socioculturais na sexualidade da pessoa idosa; d) conhecimentos da pessoa idosa sobre saúde sexual e prevenção; e) efeitos da sexualidade sobre a qualidade de vida da pessoa idosa. **Considerações finais:** Foi possível identificar a significativa relevância da expressão sexual na qualidade de vida da pessoa idosa, que está intrinsecamente ligada ao bem-estar físico e mental, às relações sexuais e afetivas, à cultura e à prevenção de adversidades físicas e sociais.

**Palavras-chave:** Sexualidade, Idoso, Qualidade de vida, Enfermagem, Atenção primária à saúde.

### ABSTRACT

**Objective:** To analyze scientific production on older people's knowledge of sexuality and the effects on their quality of life. **Methods:** This is an integrative review of publications found in the databases: LILACS, MEDLINE, SCIELO and BDEFN. After applying the inclusion and exclusion criteria, 24 articles published between 2018 and 2023 were selected, in Portuguese, English and Spanish. **Results:** A thematic analysis of the articles was carried out, based on the following categories: a) elderly people's experiences of sexuality; b) health conditions that may affect the sexuality of the elderly person; c) sociocultural implications for older people's sexuality; d) elderly people's knowledge about sexual health and prevention; e) effects of sexuality on the quality of life of elderly people. **Final considerations:** It was possible to identify the significant relevance of sexual expression in the quality of life of elderly people, which is intrinsically linked to physical and mental well-being, sexual and emotional relationships, culture and the prevention of physical and social adversities.

**Keywords:** Sexuality, Elderly, Quality of life, Nursing, Primary health care.

<sup>1</sup> Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ), Rio de Janeiro – RJ.

<sup>2</sup> Universidade Federal do Recôncavo da Bahia – (UFRB), Santo Antônio de Jesus – BA.

## RESUMEN

**Objetivo:** Analizar la producción científica sobre el conocimiento de las personas mayores sobre la sexualidad y los efectos en su calidad de vida. **Métodos:** Se trata de una revisión integradora de publicaciones encontradas en las bases de datos: LILACS, MEDLINE, SCIELO y BDEF. Luego de aplicarlos criterios de inclusión y exclusión, fueron seleccionados 24 artículos publicados entre 2018 y 2023, en portugués, inglés y español. **Resultados:** Se realizó un análisis temático de los artículos, a partir de las siguientes categorías: a) vivencias de sexualidad de las personas mayores; b) condiciones de salud que puedan afectar la sexualidad de la persona mayor; c) implicaciones socioculturales para la sexualidad de las personas mayores; d) conocimientos de las personas mayores sobre salud sexual y prevención; e) efectos de la sexualidad en la calidad de vida de las personas mayores. **Consideraciones finales:** Fue posible identificar la significativa relevancia de la expresión sexual en la calidad de vida de las personas mayores, la cual está intrínsecamente ligada al bienestar físico y mental, las relaciones sexuales y emocionales, la cultura y la prevención de adversidades físicas y sociales.

**Palabras clave:** Sexualidad, Adulto mayor, Calidad de vida, Enfermería, Atención primaria de salud.

## INTRODUÇÃO

O envelhecimento da população no mundo já foi considerado um fenômeno demográfico que chamou a atenção nas últimas décadas. Atualmente, faz parte da maioria das sociedades e continua a se desenvolver à medida que o tempo passa, portanto, o mundo está envelhecendo. A estimativa para o ano de 2050 é que a população mundial seja de quase 10 bilhões de pessoas e que, cerca de 2 bilhões, ou seja, 20% desse total tenham 60 anos ou mais (ONU, 2022).

Esse processo é resultado da combinação de vários fatores, incluindo taxas de natalidade em declínio, aumento da expectativa de vida e melhorias nas condições de saúde, associados, em geral, ao desenvolvimento socioeconômico, que no Brasil tem sido marcado por transformações significativas, decorrentes das alterações na estrutura populacional e na epidemiologia das doenças, de caráter crônico e agravos não transmissíveis com a redução de mortes e o aumento da expectativa de vida (BRASIL, 2021).

Considerando que o envelhecimento é um processo que engloba mudanças biopsicossociais, a pessoa idosa enfrenta inúmeros desafios nessa trajetória adaptativa, incluindo aqueles voltados à sexualidade. Esta dimensão, presente em todas as fases da vida, contribui para a saúde, o bem-estar e a qualidade de vida (LIMA ICC, et al., 2020). Na atenção primária, mesmo que de forma incipiente, o enfermeiro fornece assistência clínica e desempenha um papel importante na educação dos usuários sobre sexualidade e saúde sexual, desmistificando crenças e tabus, além de auxiliá-los no autoconhecimento e autocuidado em relação à temática (GARCIA ORZ e LISBOA LCS, 2012).

Considerando que a sexualidade é uma dimensão essencial da vida humana, a investigação restrita na consulta de enfermagem impacta na vida da pessoa idosa, como a fragilidade do processo educativo reforça o desconhecimento, os tabus, a integralidade do cuidado e, conseqüentemente, sua qualidade de vida. Nesse contexto, o presente estudo teve como objetivo analisar as produções científicas sobre os conhecimentos da sexualidade da pessoa idosa e os efeitos na sua qualidade de vida.

## MÉTODOS

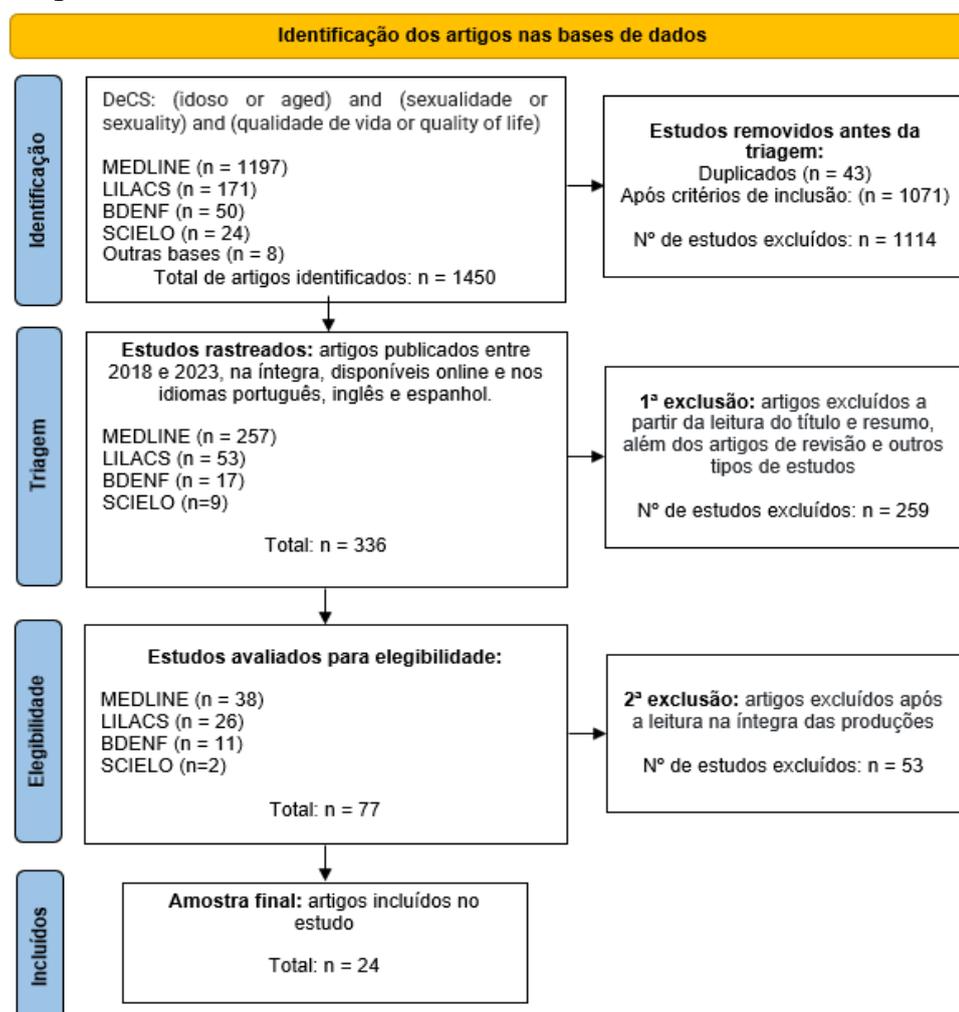
Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, guiado pela seguinte pergunta norteadora: Quais são as evidências disponíveis na literatura sobre a sexualidade e os efeitos na qualidade de vida da pessoa idosa? A seleção dos artigos que compuseram o estudo ocorreu entre os meses de outubro e dezembro de 2023, na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), que reúne o conteúdo das seguintes bases de dados: Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Scientific Electronic Library Online (SciELO), Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE) e Base de dados de Enfermagem (BDEF). Os descritores em Saúde (DeCS) utilizados foram "idoso/aged", "sexualidade/sexuality" e "qualidade de

vida/quality of life", combinados com os operadores booleanos "AND" e "OR". Os critérios de inclusão foram artigos disponíveis online e na íntegra, nos idiomas português, inglês e espanhol, publicados entre 2018 e 2023. Em contrapartida, foram excluídos desta revisão as produções editoriais, cartas resposta, artigos de revisão da literatura, estudos secundários e duplicados.

## RESULTADOS

Foram adotadas as recomendações do Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analysis (PRISMA) para a seleção dos artigos, desde a identificação, a triagem e a elegibilidade. A busca realizada nas bases de dados identificou uma amostra inicial de 1450 artigos. Após aplicação dos critérios de inclusão, 1071 foram removidos e 43 foram descartados, por serem duplicados, permanecendo selecionados para a triagem inicial 336 artigos. Após leitura de título e resumo, excluíram-se 259 artigos, permanecendo para a triagem seguinte, leitura na íntegra e análise criteriosa, 77 artigos. Ao final, a amostra foi de 24 artigos incluídos (**Figura 1**).

**Figura 1** – Fluxograma do processo de seleção dos artigos incluídos na revisão integrativa.



Fonte: Abadia RC, et al., 2024.

As informações referentes aos principais achados, nomes dos autores, ano de publicação, tipo de estudo, objetivos e conclusão estão devidamente descritos no (**Quadro 1**).

**Quadro 1 - Síntese dos artigos selecionados, segundo os autores, o ano de publicação, o tipo de estudo, os objetivos e a conclusão.**

Nº	Autores (Ano)	Tipo de estudo	Objetivos	Conclusão
1	Theis IC; Gouvêa DL (2019)	Estudo qualitativo com abordagem descritiva, realizado em um município da Região do Médio Vale do Itajaí em Santa Catarina.	Conhecer a percepção dos idosos em relação à vida sexual na terceira idade e às infecções sexualmente transmissíveis.	A pessoas idosas possuem conhecimento sobre as infecções sexualmente transmissíveis e sua forma de prevenção, mas a maioria não realiza a prevenção, por confiar no parceiro ou não considerar necessário.
2	Rodrigues CFD et al. (2019)	Estudo transversal realizado no município de São Paulo em 2010, com 1.129 idosos.	Analisar a relação entre satisfação sexual e variáveis demográficas, sociais, clínicas e qualidade de vida em idosos.	A prática sexual é importante para a qualidade de vida da pessoa idosa, reforçando a necessidade de implantar ações de educação e proteção em relação à vulnerabilidade da sua sexualidade.
3	Even-Zohar A e Werner S (2019)	Estudo transversal, com 203 judeus idosos israelenses.	Examinar o conhecimento sobre sexualidade, atitudes em relação à sexualidade e atividade sexual, e a relação da atividade sexual com a qualidade de vida entre adultos mais velhos em Israel.	As pessoas idosas continuam a praticar atividades sexuais e a frequência foi encontrada como variável preditora da qualidade de vida, indicando efeito mediador na relação entre as atitudes quanto à sexualidade dos idosos e à qualidade de vida.
4	Cambão M, et al. (2019)	Estudo observacional, transversal e descritivo, realizado com utentes inscritos na Unidade de Saúde Familiar de Ramalde, em Portugal.	Caracterizar a sexualidade na população idosa de uma área urbana de Portugal e relacioná-la com a qualidade de vida.	Este estudo pioneiro focou um tema que tem sido negligenciado. Demonstrou-se a importância da sexualidade numa faixa etária por vezes considerada «assexuada» e o seu impacto na qualidade de vida, o que reforça a pertinência da abordagem destas questões nas consultas de medicina geral e familiar.
5	Souza CL, et al. (2019)	Estudo qualitativo e descritivo com 50 mulheres idosas em Guanambi, Bahia.	Analisar a percepção da mulher idosa sobre sexualidade e a prática do cuidado de enfermagem nesse contexto.	Ressalta-se que as mudanças devem ser pensadas sobre a assistência prestada, no que cerne à sexualidade de mulheres idosas.
6	Cabral NES, et al. (2019)	Estudo qualitativo, exploratório e descritivo, com 26 idosas da área rural de Cruz das Almas, na Bahia.	Compreender o significado da sexualidade por idosas que vivem em área rural.	Existe um declínio da manutenção da sexualidade, atrelado ao fim do período reprodutivo, ao avançar da idade e à baixa perspectiva social, comum para idosas em área rural.
7	Silva FG, et al. (2019)	Estudo qualitativo, exploratório e descritivo, em cidade do Rio Grande do Sul.	Identificar as atitudes de mulheres idosas em relação à sua sexualidade.	A relação afetiva, amorosa e sexual é de extrema importância, pois promove bem-estar físico e mental, gera sentimentos de alegria e felicidade, o que proporciona mais vitalidade e prazer de viver às idosas.
8	Lima ICC et al. (2020)	Estudo descritivo, tipo relato de experiência, a partir da vivência de discentes e docentes da disciplina Medicina Integrada à Saúde da Comunidade” de uma instituição de ensino do interior de Goiás.	Relatar a experiência de uma atividade de educação em saúde voltada para a terceira idade priorizando a temática sexualidade.	O tema da sexualidade deve ser abordado rotineiramente nos setores de saúde e os profissionais de saúde devem estar preparados para orientar as pessoas idosas, promovendo um conhecimento valioso para o empoderamento.
9	Saraiva MR, et al. (2020)	Estudo de campo, descritivo e de cunho qualitativo, realizado no Centro de Referência de Assistência Social (CRAS) de Ipaumirim, Ceará.	Analisar a percepção da pessoa idosa acerca da sua sexualidade.	As pessoas idosas compreendem a importância da sexualidade e são conscientes sobre suas necessidades e desejos, como percebem os benefícios da vida sexual ativa para o bem-estar e a qualidade de vida, mas a cultura da assexualidade e o preconceito em torno da velhice dificultam a prática.
10	Souza JR EV, et al. (2021a)	Estudo transversal desenvolvido com total de 300 pessoas idosas residentes no Nordeste do Brasil.	Analisar a associação entre as experiências de sexualidade e qualidade de vida em idosos.	Os profissionais de saúde devem investir na formação, no desenvolvimento individual e intervenções educativas, além de promover o fortalecimento de vínculos entre as pessoas idosas para que se sintam livres e confortáveis ao expressarem suas necessidades íntimas.
11	Souza JR EV, et al. (2021b)	Estudo transversal com 477 idosos Brasileiros, de todas as regiões do Brasil.	Analisar a associação entre sexualidade e qualidade de vida em idosos brasileiros em comunidade.	O estímulo à sexualidade pode se configurar como uma estratégia inovadora e holística com foco na promoção da saúde e do envelhecimento ativo, uma vez que este estudo constatou a associação entre a sexualidade e qualidade de vida geral de pessoas idosas.

12	Tavares DI, et al. (2022)	Estudo qualitativo descritivo com idosas de uma cidade do interior do Rio Grande do Sul.	Verificar a associação entre função sexual e imagem corporal e autoimagem genital de idosas fisicamente ativas.	A função sexual das idosas está diretamente relacionada com a imagem corporal e autoimagem genital e que é importante investigar as mudanças que ocorrem após a menopausa pois podem causar frustrações, diminuição da autoestima, entre outros.
13	Barbosa CSP, et al. (2022)	Estudo qualitativo com 23 profissionais de saúde e 12 pessoas idosas atendidas na APS.	Verificar as experiências de profissionais de saúde e idosos relacionadas à sexualidade dos idosos.	É necessário informar e educar as pessoas idosas, capacitando-as com conhecimentos, mudando concepções sobre sexualidade; e capacitar os profissionais para discutir e trabalhar no tema.
14	Souza JR EV, et al. (2022a)	Estudo seccional com 662 pessoas idosas entre julho e outubro de 2020, de todas as regiões do Brasil.	Analisar os efeitos da sexualidade na Fragilidade e qualidade de vida da pessoa idosa.	A sexualidade exerce efeitos sobre a qualidade de vida e fragilidade das pessoas idosas.
15	Souza JR EV, et al. (2022b)	Estudo seccional com 692 pessoas idosas, de todas as regiões do Brasil.	Analisar os efeitos da sexualidade sobre a funcionalidade familiar e sobre a qualidade de vida de pessoas idosas.	A sexualidade entre as pessoas idosas pode ser explorada com maior frequência nos serviços de saúde, uma vez que exerce efeitos positivos na funcionalidade familiar e na qualidade de vida dessa população.
16	Souza JR EV, et al. (2022c)	Estudo transversal com 231 homens idosos, de todas as regiões do Brasil.	Analisar a função sexual e sua correlação com a sexualidade e com a qualidade de vida de homens idosos.	A função sexual dos homens idosos deve ser abordada com maior frequência nos serviços da Atenção Primária à Saúde, visto que foi encontrada correlações significantes com os componentes da sexualidade e da qualidade de vida.
17	Souza JR EV, et al. (2022d)	Estudo transversal com 721 idosos de todas as regiões do Brasil.	Analisar os efeitos da sexualidade nos transtornos mentais comuns e na qualidade de vida em idosos.	Foi identificado efeito forte e positivo das vivências em sexualidade sobre a qualidade de vida das pessoas idosas e que uma abordagem frequente da sexualidade nos serviços de saúde refletirá em benefícios para a sociedade e enfraquecerá os preconceitos existentes, inclusive entre elas.
18	Souza JR EV, et al. (2022e)	Estudo seccional, descritivo e analítico com 592 idosos residentes no Nordeste do Brasil.	Analisar a correlação entre as vivências da sexualidade e a qualidade de vida em idosos.	Evidenciou-se que os profissionais de saúde podem adotar abordagens sobre sexualidade, ato sexual e relações afetivas nas consultas para promoção e proteção da qualidade de vida da pessoa idosa, cumprindo a proposta do envelhecimento ativo.
19	Souza JR EV, et al. (2022f)	Estudo transversal, do tipo web survey, desenvolvido com 519 pessoas idosas, de todas as regiões do Brasil.	Analisar os efeitos da sexualidade na autoestima e na qualidade de vida de pessoas idosas.	Foi constatado a sexualidade exerce efeitos positivos e significativos sobre a autoestima e sobre a qualidade de vida das pessoas idosas
20	Souza JR EV, et al. (2022g)	Estudo transversal, do tipo web survey, desenvolvido com 3.740 idosos, de todas as regiões do Brasil.	Analisar a associação entre as vivências em sexualidade e características biosociodemográficas de idosos.	Os profissionais de saúde terão evidências científicas e atuais das variáveis biosociodemográficas que mais necessitam de atenção no cuidado à pessoa idosa quanto à sexualidade.
21	Souza JR EV, et al. (2022h)	Estudo transversal e analítico, do tipo web survey, com 550 pessoas idosas, de todas as regiões do Brasil.	Analisar os efeitos das vivências em sexualidade na ansiedade e na qualidade de vida de pessoas idosas.	Os profissionais de saúde podem investir na sexualidade da pessoa idosa, visto que exerceu efeito forte e positivo sobre a qualidade de vida, e nas adversidades física e social, que exerceram efeito moderado e negativo sobre a ansiedade.
22	Souza JR EV, et al. (2023a)	Estudo transversal, do tipo web survey, com 1.922 pessoas idosas, de todas as regiões do Brasil.	Analisar a associação de vivências em sexualidade com variáveis biosociodemográficas e qualidade de vida de pessoas idosas.	A sexualidade associou-se, significativamente, com algumas variáveis biosociodemográficas e esteve correlacionada com a qualidade de vida das pessoas idosas.
23	Souza JR EV, et al. (2023b)	Estudo transversal e analítico, do tipo web survey, com 596 pessoas idosas, de todas as regiões do Brasil.	Analisar os efeitos da sexualidade na sintomatologia depressiva e qualidade de vida de pessoas idosas.	Observaram-se efeitos de diferentes magnitudes entre: dimensões da sexualidade sobre a sintomatologia depressiva e qualidade de vida de pessoas idosas.
24	Souza JR EV, et al. (2023c)	Estudo transversal, do tipo web survey, com 166 mulheres idosas, de todas as regiões do Brasil.	Analisar a função sexual e sua associação com a sexualidade e com a qualidade de vida de mulheres idosas.	A função sexual está associada à sexualidade e à qualidade de vida de mulheres idosas, assumindo comportamento diretamente proporcional, que pode se tornar uma estratégia para agregar qualidade aos anos adicionais de vida.

Fonte: Abadia RC, et al., 2024.

A análise dos dados apontou que 14 (58,33%) estudos utilizaram o meio digital para coleta de dados e divulgação do estudo, sendo que, deste total, 13 estudos realizaram a coleta de dados no período pandêmico, indicando que a pandemia, entre outras implicações, afetou o desenvolvimento de estudos que dependiam da proximidade física entre os pesquisadores e a população pesquisada. A maioria das publicações, 22 (91,67%) estudos, envolveu participantes do território nacional e 2 (8,33%) estudos foram desenvolvidos com estrangeiros - israelenses e portugueses.

Quanto à perspectiva de abordagem sobre a sexualidade da pessoa idosa, identificaram-se nos estudos que suas vivências e expressões são diferentes sob vários aspectos: conhecimento prévio, questões de gênero e estado civil. Outro achado importante é que existem condições de saúde, questões familiares, sociais, culturais e religiosas que implicam na sexualidade da pessoa idosa, e quanto menos ela sabe mais está sujeita a adversidades físicas e sociais.

Por fim, identificou-se que a sexualidade tem implicações sobre a qualidade de vida da pessoa idosa e, para organizar a discussão, os achados encontrados na análise dos 24 artigos foram divididos em cinco categorias temáticas: a) vivências de sexualidade da pessoa idosa; b) condições de saúde que podem afetar a sexualidade da pessoa idosa; c) implicações socioculturais para a sexualidade da pessoa idosa; d) conhecimento da pessoa idosa sobre sexualidade e prevenção; e) efeitos da sexualidade sobre a qualidade de vida da pessoa idosa.

## DISCUSSÃO

### Vivências de sexualidade da pessoa idosa

Alguns equívocos são comuns como confundir os conceitos de sexo e sexualidade, associar a sexualidade à satisfação do outro ou ao ato sexual para fins de procriação e, ainda, às genitálias (BARBOSA CSP, et al., 2022; CABRAL NES, et al., 2019; RODRIGUES CFC, et al., 2019; SOUZA CL, et al., 2019; SOUZA JR EV, et al., 2022c). Pessoas idosas podem não distinguir claramente sexo e sexualidade, entretanto, discutir e melhor conceituar esses termos estimula vivências saudáveis e expressões sem estigmas ou constrangimentos (SARAIVA MR, et al., 2020; SOUZA CL, et al., 2019).

Na velhice, a vivência da sexualidade sofre alterações, mas a habilidade de desfrutar de relações sexuais prazerosas geralmente persiste (BRASIL, 2013). As pessoas com vida sexual mais ativa e frequente na fase adulta permanecem assim ao envelhecer e como o desejo e a vontade sexual não desaparecem, conseguem manter a vivência da sua sexualidade (BARBOSA CSP, et al., 2022; RODRIGUES CFC, et al., 2019; SOUZA JR EV, et al., 2022e).

Os motivos apontados para a inatividade sexual incluíram: problemas de saúde, perda de interesse ou ausência do cônjuge, especialmente, para as mulheres (EVEN-ZOHAR A e WERNER S 2019; CABRAL NES, et al., 2019; SILVA FG, et al., 2019;). O estado civil pode influenciar a vida sexual. A presença de uma parceria favorece vivências positivas da sexualidade e a sua ausência reduz o interesse sexual, significativamente, sobretudo, para mulheres viúvas que costumam permanecer sozinhas (CABRAL NES, et al., 2019; CAMBÃO M, et al., 2019; RODRIGUES CFC, et al., 2019; SOUZA JR EV, et al., 2022g).

As relações afetivas assumem destaque no envelhecimento, indo além do aspecto físico, envolvendo toque, afeto, carinho, companheirismo e cuidado mútuo. A energia sexual é transformada qualitativamente, assume outras especificidades e a diminuição da frequência das relações sexuais não implica no fim da expressão de sua sexualidade (CABRAL NES, et al., 2019; RODRIGUES CFC, et al., 2019; SOUZA JR EV, et al., 2021a; SOUZA JR EV, et al., 2022a).

A percepção de sexualidade difere entre homens e mulheres, havendo para elas maior ligação com a intimidade e os sentimentos, enquanto para eles está mais relacionada aos aspectos físicos. Outrossim, a orientação sexual também influencia nas vivências de sexualidade, já que pessoas idosas homossexuais apresentam melhores vivências (CAMBÃO M, et al., 2019; RODRIGUES CFC, et al., 2019; SOUZA JR EV, et al., 2021b; SOUZA JR EV, et al., 2023a; SOUZA JR EV, et al., 2023c; SOUZA JR EV, et al., 2022g).

### **Condições de saúde que podem afetar a sexualidade da pessoa idosa**

O processo de envelhecimento é marcado por transformações que transcendem os aspectos biológicos, sociais e psicológicos (LIMA ICC, et al., 2020). Dentre essas mudanças, a vivência da sexualidade também sofre modificações que impactam, não apenas a atividade sexual, em termos de frequência e intensidade, mas na maneira como a pessoa idosa expressa sua sexualidade. No entanto, é fundamental destacar que, mesmo diante dessas transformações, a habilidade de dispor de uma vida sexual prazerosa permanece (BRASIL, 2013).

Theis LC e Gouvêa DL (2019) identificaram que as modificações na ereção e na ejaculação nos homens, e a redução da lubrificação vaginal nas mulheres estão entre as alterações fisiológicas mais comuns que afetam a função sexual no curso do envelhecimento. Souza JR et al. (2022c) destacaram que a disfunção erétil torna o homem idoso mais suscetível à ansiedade, a quadros depressivos e à redução de sua autoestima, podendo comprometer seus relacionamentos e sua vida sexual.

Cabral NES, et al. (2019) relataram que problemas de saúde interferem na prática da sexualidade e Souza JR EV, et al. (2022e) que os homens idosos, frequentemente, enfrentam um desafio maior, pois sofrem mais com as alterações na sexualidade decorrentes da velhice. Tais mudanças impactam, de forma negativa, seu bem estar e influenciam na sua identidade masculina e, quando confrontados com disfunções sexuais, não é raro que sofram com outros estressores adicionais.

Outras condições de saúde que podem afetar a sexualidade da pessoa idosa foram identificadas pela presença de doenças crônicas não transmissíveis e pelo uso de medicamentos (RODRIGUES CFC, et al., 2019), além da depressão (SOUZA JR EV, et al., 2022a). Entretanto, esse mesmo grupo etário que lida melhor com as adversidades, tende a experimentar uma redução dos sintomas de ansiedade que reflete em sua percepção de maior qualidade de vida (SOUZA JR EV, et al., 2022h).

Silva FG, et al. (2019) e Tavares DI, et al. (2022) destacaram que a percepção da pessoa idosa sobre sua imagem corporal pode afetar sua confiança e autoestima e, por sua vez, impactar sua sexualidade. Tavares DI, et al. (2022) indicaram que a prática regular de atividade física contribui para uma percepção mais positiva sobre a imagem corporal e que as mulheres idosas mais satisfeitas com seu corpo têm maior prazer nas relações sexuais e, ainda, praticam o ato sexual de forma mais regular.

A prática de atividades sexuais reduz o risco de sintomas depressivos, traz mais qualidade aos relacionamentos e melhora a autoestima ao estimular sentimentos e sensações positivas, como evidenciado por Souza Júnior EV, et al. (2021a). Ademais, produz outros benefícios, sinalizados por Souza JR EV, et al. (2022d), como a redução na incidência de transtornos mentais comuns, inferindo que a vivência da sexualidade traz benefícios à saúde mental das pessoas idosas.

### **Implicações socioculturais para a sexualidade da pessoa idosa**

Na velhice, a vivência de sexualidade é influenciada por diversos fatores, com destaque para a religião. Considera-se que as restrições por ela impostas, a importância dada e a cultura social do casamento, na perspectiva das pessoas idosas, são nuances significativas desse contexto (SOUZA JR EV, et al., 2022b; BARBOSA CSP, et al., 2022). Souza CL, et al. (2019) aludiram que para as mulheres, o processo de envelhecimento pode ser ainda mais complexo, porque enfrentam limitações significativas ao participarem de uma sociedade com forte influência religiosa, cujos anseios e questionamentos são reprimidos pelo medo do julgamento social pautado pela crença.

Rodrigues CFC, et al. (2019) salientaram que as pessoas idosas católicas têm menor atividade sexual e maior insatisfação sexual do que aquelas de outras religiões. Outros estudos apontaram que essas pessoas, quando espíritas apresentam uma vivência melhor e possuem mais satisfação. Pessoas desse grupo etário e de religiões de matriz africana experimentam as relações afetivas de forma positivas, com maior autonomia, participação social, intimidade e, por consequência, qualidade de vida mais favorável. Logo, conclui-se que os aspectos conservadores das religiões cristãs podem ter contribuído para essas realidades (SOUZA JR EV, et al., 2022b; 2022e; 2022g; 2023a).

A família desempenha um importante papel de suporte na velhice, entretanto, pode ter atitudes preconceituosas com relação à sexualidade da pessoa idosa, causando constrangimentos e repressão de sua expressão. O resultado é a vulnerabilidade diante de situações estressantes que, por sua vez, podem influenciar de forma desfavorável a saúde dessas pessoas e produzir impactos indesejáveis como o avanço do envelhecimento (SOUZA JR EV, et al., 2022b).

Silva FG, et al. (2019) e Souza JR EV, et al. (2022g) identificaram que, embora a família tenha seu papel apoiador, pode se mostrar como um inibidor a novos possíveis relacionamentos por ciúmes, controle e não aceitação, desencadeando uma mudança nos papéis habituais e interferindo na autonomia do seu familiar idoso. Cabral NES, et al. (2019) e Lima ICC, et al. (2020) acrescentam que a pessoa idosa tem receio de novos relacionamentos, por medo da decepção ou de serem mal julgadas pelos familiares e pela sociedade.

Ainda sobre as relações familiares, estudos revelam que a pessoa idosa, sem filhos ou que more sozinha, tem melhor exercício de sua sexualidade, enquanto as que moram com familiares enfrentam maiores barreiras nessa circunstância (SOUZA JR EV, et al., 2021b; 2022b; 2022g; 2023a). O moralismo na sociedade, quase sempre, reprime os desejos sexuais na velhice, sendo as discussões sobre sexualidade concentradas nos grupos mais jovens.

O cuidado à pessoa idosa, em grande parte, é limitado a questões de saúde relacionadas a doenças crônicas e/ou degenerativas, revelando uma lacuna quanto aos aspectos sexuais desta fase. Preconceitos, mitos e tabus sociais enraizados idealizam o direito à sexualidade pertence aos jovens, reafirmando e perpetuando estigmas dessa dimensão humana na velhice. Culturalmente, a mídia reforça estereótipos negativos associados à sexualidade de quem envelhece, levando à falta de apoio familiar (SOUZA JR EV, et al., 2022c; 2022d; 2022e).

O preconceito da sociedade, de familiares e mesmo de quem trabalha na área da saúde afeta a prática da sexualidade na velhice, porque costumam subestimar às necessidades e os comportamentos sexuais adotados pelas pessoas idosas. Os profissionais da saúde demonstram dificuldades para desenvolver um vínculo de respeito e confiança com as pessoas idosas, no qual haja liberdade para expor suas ideias, dúvidas e opiniões sobre a temática. Logo, há uma tendência ao não diálogo por parte das pessoas idosas, pelo risco de censura e constrangimentos nos cenários de atendimento à saúde de usuários (SOUZA CL, et al., 2019; SILVA FG, et al., 2019).

### **Conhecimento da pessoa idosa sobre sexualidade e prevenção**

As informações sobre sexualidade incluem orientações sobre os diferentes tipos de relações, práticas sexuais e abrangem perspectivas variadas sobre o tema. Abordam aspectos científicos sobre o conhecimento da função sexual, das disfunções, do planejamento reprodutivo e de orientações relativas a infecções sexualmente transmissíveis (BRASIL, 2013). Even-Zohar A e Werner S (2019) apontaram que a maioria das pessoas idosas não compartilha possíveis preocupações sobre suas demandas; outras afirmaram buscar orientações com a enfermeira da unidade de saúde ou com o médico (SILVA FG, et al., 2019).

De forma geral, reiteraram não sentirem vergonha e tratarem a abordagem de sexualidade com normalidade, mesmo com as dificuldades existentes nos serviços de saúde (SOUZA JÚNIOR EV, et al., 2021b; SOUZA JÚNIOR EV, et al., 2023a). Embora Souza JR EV, et al. (2021b; 2023a) trouxeram evidências de que as orientações sobre sexualidade contribuam para melhores experiências sexuais e, portanto, melhor qualidade de vida geral para a população idosa, outros estudos verificaram que um maior número dessas pessoas nunca recebeu dos profissionais de saúde qualquer tipo de orientação sobre sexualidade (SOUZA JR EV, et al., 2021a; 2021b; 2022a; 2022b; 2022c; 2022d; 2022e; 2022f; 2022g; 2023b).

Essa lacuna de abordagem educativa sobre sexualidade também é ressaltada por Even-Zohar A e Werner S (2019), revelando que um maior conhecimento sobre o tema está relacionado ao entendimento das alterações orgânicas inerentes ao processo de envelhecimento, a capacidade ampliada de enfrentamento das possíveis dificuldades e a maior inclinação em buscar orientação profissional para lidar com questões de saúde sexual. A vergonha e o receio de falar com os profissionais de saúde sobre sua sexualidade podem

ser um dos entraves que impede as pessoas idosas de obterem orientações educativas (SOUZA CL, et al., 2019). Na literatura é declarado que há uma barreira entre esse público e os profissionais de saúde, porque se apresentam inacessíveis ou inseguros na abordagem de assuntos que envolvem a sexualidade e a saúde sexual.

É implicado sempre a dificuldade de avançar nos cuidados que compõem esse âmbito da vida humana pelo preconceito limitante (MENCÍA ST e RODRÍGUEZ-MARTÍN B, 2019; SOUSA KA, et al., 2017). Segundo Souza JR. et al. (2022c), ao observar que as pessoas idosas continuam mantendo vida sexual ativa, sem dispor de orientações sobre sexualidade, saúde sexual e autoproteção, infere-se que há grande vulnerabilidade para a exposição às IST's.

Então, as ações educativas podem cooperar na construção de conhecimentos promotores da autonomia e da compreensão de que qualquer pessoa está sujeita ao risco de exposição, se não observar medidas de proteção individual (preservativo), em especial, quando criam a ideia de não terem risco pela idade e pelo uso de preservativos somente para fins de contracepção (BARBOSA CSP, et al., 2022; CABRAL NES, et al., 2019; RODRIGUES CFC, et al., 2019; THEIS LC e GOUVÊA DL, 2019).

### **Efeitos da sexualidade sobre a qualidade de vida da pessoa idosa**

A qualidade de vida, uma percepção individual influenciada por fatores como saúde e relacionamentos, destacou-se em vários estudos desta revisão integrativa. É influenciada, contrariamente, por disfunções sexuais e sintomas depressivos, mas é beneficiada pelas relações afetivas e pela vivência da sexualidade (SOUZA JÚNIOR EV, et al., 2021b; 2022c; 2023b).

A expressão da sexualidade em suas vivências afetivas e sexuais contribui para a qualidade de vida e satisfação de viver. A manutenção dos relacionamentos sexuais foi associada à redução da fragilidade de pessoas idosas, contribuindo para o bem estar físico e mental (CAMBÃO M, et al., 2019; EVEN-ZOHAR A e WERNER S 2019; SOUZA JR EV, et al., 2022a; SOUZA JR EV, et al., 2022d).

Silva FG, et al. (2019) e Rodrigues CFC, et al. (2019) identificaram uma relação entre a satisfação sexual e a qualidade de vida. Para homens, a satisfação sexual está vinculada a aspectos físicos, função sexual, aparência e saúde; para as mulheres, pode haver satisfação com ausência de atividade sexual; já para as mulheres ativas sexualmente, somado à satisfação, apresentaram melhor percepção de qualidade de vida sob aspectos físicos e mentais.

A vivência da sexualidade tem efeitos positivos na qualidade de vida das pessoas idosas, atendendo a necessidades fisiológicas e emocionais; as relações afetivas ajudam a prevenir e amenizar o impacto negativo na qualidade de vida, segundo Souza JR, et al. (2022f; 2022h). Outros estudos corroboraram com esses resultados, destacando que uma vivência mais plena da sexualidade está relacionada a melhor enfrentamento de adversidades físicas e sociais. Outrossim, evidenciou-se que possuem melhor qualidade de vida quando recebem orientações de profissionais de saúde sobre sexualidade (SOUZA JÚNIOR EV, et al., 2021b; 2022b; 2022d; 2022e)

### **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

As vivências e expressões da sexualidade de pessoas idosas são fundamentais para a saúde e a qualidade de vida, sendo influenciadas por diversas dimensões. Diante dessa complexidade, torna-se fundamental que o enfermeiro da APS adote uma abordagem de cuidado livre de preconceitos, reconhecendo e valorizando as singularidades do envelhecimento, a fim de prevenir doenças e promover saúde integral, por meio de monitoramento clínico, apoio emocional, orientações e intervenções educativas que incentivem a autonomia e a maior capacidade de enfrentamento das adversidades, para uma vivência plena e saudável da sua sexualidade. Destarte, é imprescindível que as políticas de saúde reconheçam e fortaleçam o papel do enfermeiro na APS, garantindo capacitações e recursos adequados voltados ao envelhecimento populacional, priorizando o desenvolvimento de estudos e estratégias para o envelhecer ativo e saudável, e o atendimento às crescentes demandas dessa população. Por fim, futuras pesquisas devem ser incentivadas para maior aprofundamento e compreensão da temática relevante no contexto da vida humana.

**REFERÊNCIAS**

1. BARBOSA CSP, et al. Sexualidade da pessoa idosa: vivências de profissionais de saúde e idosos. *Cogitare Enfermagem*, 2022; 27: 83845.
2. BRASIL. Ministério da Saúde. Plano de Ações Estratégicas para o Enfrentamento das Doenças Crônicas e Agravos não Transmissíveis no Brasil, 2021. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/doencas-cronicas-nao-transmissiveis-dcnt>. Acessado em: 03 de dezembro de 2023.
3. CABRAL NES, et al. Compreensão da sexualidade por idosos de área rural. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 2019; 72: 2147-52.
4. CAMBÃO M, et al. QualiSex: estudo da associação entre a qualidade de vida e a sexualidade nos idosos numa população do Porto. *Revista Portuguesa De Medicina Geral e Familiar*, 2019; 35: 12-20.
5. EVEN-ZOHAR A e WERNER S. Idosos e sexualidade em Israel: conhecimento, atitudes, atividade sexual e qualidade de vida. *Jornal da Ciência do Envelhecimento*, 2019; 7: 3.
6. GARCIA ORZ e LISBOA LCS. Consulta de enfermagem em sexualidade: um instrumento para assistência de enfermagem à saúde da mulher, em nível de atenção primária. *Texto e Contexto Enfermagem*, 2012; 21(3): 708-16.
7. LIMA ICC, et al. Sexualidade na terceira idade e educação em saúde: um relato de experiência. *Revista de Saúde Pública Paraná*, 2020; 3(1): 137-143.
8. MENCÍA ST e RODRÍGUEZ-MARTÍN B. Percepciones de la sexualidad en personas mayores: una revisión sistemática de estudios cualitativos. *Revista Española de Salud Pública*, 2019; 93: 1-17.
9. ONU. Organização Mundial das nações Unidas. World Population Prospects 2022. Disponível em: <https://population.un.org/wpp/Graphs/Probabilistic/POP/60plus/900>. Acessado em: 08 de dezembro de 2023.
10. RBE. *REVISTA BRASILEIRA DE ENFERMAGEM*, 2019; 72: 78-85.
11. RODRIGUES CFC, et al. Atividade sexual, satisfação e qualidade de vida em pessoas idosas. *Revista Eletrônica de Enfermagem*, 2019; 21: 57337-19.
12. SARAIVA MR, et al. Percepção dos idosos acerca de sua sexualidade. *Ciência, Cuidado e Saúde*, 2020; 19: 502321-8.
13. SILVA FG, et al. Atitudes de mulheres idosas frente à expressão de sua sexualidade. *Aquichan*, 2019; 19(3): 19341-12.
14. SOUSA KA, et al. Prevalência de sintomas de depressão em idosos assistidos pela estratégia de saúde da família. *Revista Mineira de Enfermagem*, 2017; 21: 10181-7.
15. SOUZA CL, et al. Envelhecimento, sexualidade e cuidados de enfermagem: o olhar da mulher idosa.
16. SOUZA JR EV, et al. A sexualidade está associada com a qualidade de vida do idoso! *Revista Brasileira de Enfermagem*, 2021; 74: 202012721-8.
17. SOUZA JR EV, et al. Análise correlacional entre sexualidade e qualidade de vida de idosos. *Texto e Contexto Enfermagem*, 2022; 31: 202006291-15.
18. SOUZA JR EV, et al. Associação entre as vivências em sexualidade e características biosociodemográficas de pessoas idosas. *Escola Anna Nery* 2022; 26: 202103421-11.
19. SOUZA JR EV, et al. Associação entre sexualidade e qualidade de vida em idosos. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, 2021; 55: 20210066.
20. SOUZA JR EV, et al. Efeitos da sexualidade na fragilidade e qualidade de vida da pessoa idosa: estudo seccional. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 2022; 75(1): 20210049.
21. SOUZA JR EV, et al. Efeitos da Sexualidade na Funcionalidade Familiar e na Qualidade de Vida de Pessoas Idosas: Estudo Transversal. *Revista Cuidarte*, 2022; 13(1): 2296.
22. SOUZA JR EV, et al. Efeitos da sexualidade nos transtornos mentais comuns e na qualidade de vida de pessoas idosas. *Cogitare Enfermagem*, 2022; 27: 83253.
23. SOUZA JR EV, et al. Efeitos das vivências em sexualidade na ansiedade e na qualidade de vida de pessoas idosas. *Escola Anna Nery*, 2022; 26: 20210371.
24. SOUZA JR EV, et al. Efeitos das vivências em sexualidade na autoestima e na qualidade de vida de pessoas idosas. *Escola Anna Nery*, 2022; 26: 20210469.
25. SOUZA JR EV, et al. Função sexual e sua associação com a sexualidade e a qualidade de vida de

- mulheres idosas. Escola Anna Nery, 2023; 27: 20220227.
26. SOUZA JR EV, et al. Sexualidade como fator associado à qualidade de vida da pessoa idosa. Escola Anna Nery, 2023a; 27: 20220228.
  27. SOUZA JR EV, et al. Sexualidade e seus efeitos na sintomatologia depressiva e qualidade de vida de pessoas idosas. Revista Brasileira de Enfermagem, 2023; 76(1): 20210645.
  28. SOUZA JR EV, et al., Função sexual positivamente correlacionada com a sexualidade e qualidade de vida do idoso. Revista Brasileira de Enfermagem, 2022; 75(4): 20210939.
  29. TAVARES DI, et al. Associação entre a função sexual, imagem corporal e autoimagem genital de idosas fisicamente ativas. Estudos Interdisciplinares Sobre O Envelhecimento, 2022; 27(1): 199-213.
  30. THEIS LC e GOUVÊA DL. Percepção dos idosos em relação a vida sexual e as infecções sexualmente transmissíveis na terceira idade. Revista Brasileira de Ciências da Saúde, 2019; 23: 197-204.