

**SEXUALIDADE E ENVELHECIMENTO: PERCEÇÕES SOBRE HABILIDADES E  
POSSIBILIDADES****SEXUALITY AND AGING: PERCEPTIONS ABOUT ABILITIES AND POSSIBILITIES****SEXUALIDAD Y ENVEJECIMIENTO: PERCEPCIONES ACERCA DE LAS CAPACIDADES Y  
POSIBILIDADES**

Recebido: 17/06/2014  
Aprovado: 08/01/2015

Thaís Cristina Silva Sousa<sup>1</sup>

Marina Leandrini de Oliveira<sup>2</sup>

O envelhecimento e as alterações fisiológicas do corpo podem produzir efeitos diretos e indiretos sobre o desejo e o desempenho sexual dos idosos. O presente estudo teve como objetivo analisar as percepções da sexualidade no envelhecimento e identificar os fatores que a influenciam no âmbito das habilidades de desempenho. Trata-se de um estudo qualitativo, com a utilização de grupo focal como instrumento para coleta de dados. O estudo foi realizado com idosos em uma Associação de Moradores. As discussões suscitadas no grupo foram gravadas em meio digital, transcritas e avaliadas por meio da análise de conteúdo temática. Os resultados evidenciam que as habilidades de desempenho estão relacionadas à sexualidade. A partir deste estudo, infere-se que os idosos entendem e vivenciam discussões acerca da sexualidade no envelhecimento de diferentes formas e que frequentemente este tema não é tratado com naturalidade, entretanto os idosos participantes mostraram interesse sobre a discussão.

**Descritores:** Sexualidade; Envelhecimento; Terapia ocupacional.

Aging and physiological changes in the body can produce direct and indirect effects on sexual desire and performance of the elderly. The present study aimed to analyze the perceptions of sexuality in aging and identify factors that influence the scope of performance skills. These are a qualitative and exploratory study, with focus group for data collection. The study was conducted in a Residents Association. Raised in the group discussions were recorded in digital, transcribed and evaluated through analysis of thematic content. The study results show that performance skills are related to sexuality during aging. From this study, it can be inferred that older people understand and live discussions about sexuality in aging in different ways and often this issue is not addressed naturally.

**Descriptors:** Sexuality; Aging; Occupational therapy.

El envejecimiento y los cambios fisiológicos en el cuerpo puede producir efectos directos e indirectos sobre el deseo y el rendimiento sexual de los ancianos. El presente estudio tuvo como objetivo analizar las percepciones de la sexualidad en el envejecimiento y identificar los factores que influyen en el alcance de las habilidades de desempeño. Se trata de un estudio cualitativo, con la utilización de grupo de enfoque como herramienta para la recolección de datos. El estudio fue realizado con personas mayores en una Asociación de Vecinos. Las discusiones planteadas en el grupo fueron grabadas en medio digital, transcritas y evaluadas mediante análisis de contenido temático. Los resultados del estudio muestran que las habilidades de rendimiento están relacionadas con la sexualidad. Se puede inferir que las personas mayores entienden y vivencian debates a

cerca de la sexualidad en el envejecimiento de manera diferente y, a menudo esta cuestión no se aborda de forma natural, sin embargo, los participantes de mayor edad mostraron un gran interés en la discusión.

**Descritores:** Sexualidad; Envejecimiento; Terapia Ocupacional.

<sup>1</sup> Terapeuta Ocupacional. tcossousa\_18@hotmail.com

<sup>2</sup> Mestre em Ciências da Saúde. Docente do Curso de Terapia Ocupacional da Universidade Federal do Triângulo Mineiro. marinaleandrini@gmail.com

## INTRODUÇÃO

O envelhecimento é um processo natural e gradual e pode ser considerado como uma etapa de grandes transformações<sup>1</sup>. Tanto os homens quanto as mulheres, durante o processo de envelhecimento, passam por alterações funcionais, físicas e psicológicas. As alterações físicas corporais tornam-se visíveis através de processos como a perda ou branqueamento dos cabelos, aparecimento de rugas, mudanças na estatura, entre outras<sup>2</sup>. O envelhecimento resulta em alterações fisiológicas que podem influenciar direta e indiretamente o desejo e o desempenho sexual<sup>3</sup>.

A sexualidade e o envelhecimento, quando discutidos em conjunto, podem revelar tanto *mitos* e *estereótipos*, quanto aceitação e entendimento acerca da sexualidade, como algo natural na vida do indivíduo em diferentes faixas etárias, que pode ser fonte de prazer<sup>2</sup>.

Os estudos<sup>4,5</sup> evidenciam grande interesse de profissionais da área da saúde pela sexualidade dos idosos, fundamentando-se na constatação de que a “regularidade da atividade sexual garante o bem-estar físico e psicológico, além de contribuir para a redução de problemas físicos e de saúde mental associados com o envelhecimento”.

Para profissionais, como o Terapeuta Ocupacional, a sexualidade é objeto de intervenção, uma vez que este profissional entende o indivíduo como um ser integrado, portanto, “o terapeuta ocupacional em suas intervenções considera a sexualidade e sua expressão sexual” não de forma isolada do indivíduo e seu contexto<sup>6</sup>.

A atividade sexual é entendida pela terapia ocupacional como uma das atividades de vida diária que incluem, além desta, o banho, o comer, o vestir-se, a alimentação, a mobilidade funcional, a higiene pessoal e o autocuidado. Para que essas atividades de vida diária possam ser desempenhadas com sucesso, é necessário que as habilidades de desempenho estejam bem estruturadas com o intuito de que essas funções sejam realizadas sem restrições<sup>7</sup>.

Com base nos estudos sobre as habilidades humanas, considera-se neste trabalho a sexualidade como uma habilidade inata que se desenvolve ao longo da vida a partir da aquisição de novas habilidades e vivências. As aquisições das habilidades passam por diversos fatores que podem ou não influenciar no desempenho de cada uma delas, e esses fatores são assim descritos: trajetórias sociais, propósitos, valores, rotinas e cotidiano<sup>8</sup>.

Diante do exposto, o presente estudo teve como objetivo analisar as percepções da sexualidade no envelhecimento e identificar os fatores que influenciam a sexualidade do idoso no âmbito das habilidades de desempenho.

## MÉTODO

Utilizou-se abordagem metodológica qualitativa tendo como instrumento para a coleta de dados o uso da técnica do grupo focal.

Este instrumento de coleta de dados abordou as percepções e as vivências da sexualidade no envelhecimento e a identificação dos fatores que influenciam na sexualidade do idoso no âmbito das habilidades de desempenho. Como disparador para favorecer a expressão dos conteúdos no Grupo Focal foi proposta uma dinâmica com imagens que seriam associadas ou não às percepções de cada integrante sobre a temática abordada.

O estudo foi realizado a partir de encontros semanais no período de abril a maio de 2013, com 11 idosos em uma Associação de Moradores, em Uberaba, uma cidade de médio porte do Triângulo Sul de Minas Gerais. Ressalta-se que anteriormente a coleta de dados foi realizada um total de quatro encontros buscando a criação de vínculo, aumentando a possibilidade de trocas com os idosos participantes. Assim, os dados analisados nesta pesquisa referem-se ao último encontro, com duração aproximada de duas horas. Foram convidados a participar do estudo, indivíduos com idade igual ou superior a sessenta anos, que aceitaram fazer parte da pesquisa e possuem vínculo e /ou

participação em grupos da Associação de Moradores.

As discussões suscitadas no grupo foram gravadas em meio digital (áudio), transcritas e posteriormente avaliadas por meio da análise de conteúdo do tipo temática, que “consiste em descobrir os sentidos que compõem uma comunicação cuja presença signifique algo para o objetivo analítico visado”<sup>9</sup>.

O material transcrito foi organizado e subsequentemente foi realizada a leitura exaustiva do conjunto de falas (leitura flutuante) configurando a etapa inicial de *pré-análise*. Em seguida, foi realizada a etapa de *exploração do material* através da análise sistemática do material transcrito, e posteriormente o *tratamento, inferência e interpretação dos resultados* em que foi realizada a análise das categorias, inferências e discussão utilizando referenciais teóricos<sup>9,10</sup>.

Vale ressaltar que a participação dos idosos no estudo foi condicionada à assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, sendo anteriormente aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa da Universidade Federal do Triângulo Mineiro, sob protocolo 2446.

## RESULTADOS

Participaram do presente estudo 11 idosos, sendo 02 homens e 09 mulheres, com média de idade de 70 anos. A maior parte da amostra (73%) é casada, sendo que 45% dos idosos participantes residem apenas com o cônjuge, o restante da amostra reside também com os filhos. Logo 64% da amostra total possuem a constituição familiar composta por apenas mais uma pessoa.

A análise do conteúdo dos dados provenientes do grupo focal permitiu elaborar duas categorias que apresentam os resultados do estudo. Essas duas unidades foram intituladas: “*Percepções sobre a sexualidade no envelhecimento*” e “*A sexualidade no envelhecimento sob a perspectiva das habilidades de desempenho*”.

## Percepções sobre a sexualidade no envelhecimento

Para compreender as percepções dos idosos frente à sexualidade foram elaboradas duas subcategorias temáticas: *Concepções sobre a sexualidade: transcendendo o sexo na velhice* e *Sexualidade na velhice: fase que revela contradições*.

### **Concepções sobre a sexualidade: transcendendo o sexo na velhice**

Esta subcategoria apresenta as percepções dos idosos participantes do estudo acerca da sexualidade. Os dados analisados retratam que os idosos participantes do estudo associaram conceitos como ato sexual e afetividade à sexualidade. Estes conteúdos podem ser ilustrados por meio das falas a seguir:

“(…) para mim ainda não acabou não, quero fazer isso até morrer (risos)” **Sujeito 4.**

“(…) e o sexo não é tão importante, com a idade esse negócio de sexo vai acabando, mas o amor pode continuar (...) o amor, a amizade, o respeito isso não acaba, só acaba se a pessoa deixar” **Sujeito 3.**

“(…) não tem compreensão quando tá ele pra cá ela pra lá, se eu por o pé no portão, a Maria já tá lá no passeio (rua), esperando pra gente passear pra outro lugar, toda festa a gente toma café, almoça junto” **Sujeito 10.**

O sujeito 3 (sexo feminino) e o sujeito 10 (sexo masculino) são casados e moram com o cônjuge e o sujeito 4 (sexo feminino) é viúva e reside com filhos e netos. Ressalta-se que embora os sujeitos tenham características distintas nestes aspectos, apresentam uma percepção homogênea, assim como os demais integrantes do grupo. Observa-se, no entanto, na fala do sujeito 4 a ausência da clareza sobre a permanência do sexo ou da sexualidade durante toda a vida.

Os idosos relataram que tratar do tema “sexualidade” trouxe satisfação, aprendizado e trocas de experiências embora o conteúdo de algumas falas demonstrasse a resistência com os conceitos relacionados à discussão, como “sexo” e “camisinha”. Na fala abaixo o sujeito 10, sexo masculino e casado, utiliza termos como “isso aí”, “troço lá” e “num vou pegar isso aí não” referindo-se à camisinha. (..) “um dia a moça que trabalha no postinho formou um grupo de gente lá pra discutir isso, aí tinha umas senhoras do meu lado até ajeitada, e

*ela veio com aquele troço de lá, aí ela foi dar a demonstração de como usa o troço, chegou em mim eu falei: ó, eu num vou pegar isso aí não”* **Sujeito 10.**

*(...) “olha, pra mim foi ótimo, aprendi muito também, foi o sexo mais ficou o carinho e o respeito”* **Sujeito 4.**

Embora não tenham sido observadas particularidades relativas ao interesse sexual dos homens e mulheres, verificou-se no presente estudo que os participantes identificam algumas diferenças relacionadas ao gênero.

*(...) “uns que pensa que é só na hora e isso não é amor é só aproveitação, humilhação principalmente para mulher”* **Sujeito 3**

*(...) “o homem pensa que quando não tem sexo, aí acabou, acabou pros dois”* **Sujeito 4.**

A fala do sujeito 3 remete a uma perspectiva não positiva sobre a vivência da sexualidade, em que se volta particularmente ao sexo.

### ***Sexualidade no envelhecimento: fase de contradições***

Esta subcategoria apresenta a relação do processo de envelhecimento e a sexualidade, como um dos discursos trazidos de forma mais recorrente.

Ressaltam-se por meio das falas dos participantes, as alterações das relações e da sexualidade na velhice que se desenvolvem processualmente ao longo da vida e se diferenciam de etapas anteriores, como a adolescência e a vida adulta.

*(...) muda um pouco. Porque parece que a gente passa a ser irmãos, irmã do marido, tem sexo, é bão, mas num é igual era antes”* **Sujeito 1.**

*(...) é claro que vai ficar para sempre, e, mas mesmo assim a gente desvaloriza”* **Sujeito 10.**

Em contraponto a esta perspectiva, dois dos idosos participantes relataram a interrupção da vivência da sexualidade no envelhecimento.

*(...) passou dos sessenta, acabou, a minha sexualidade foi há muitos anos atrás, e era uma vez, mas acabou a muitos anos, graças a Deus, já morreu tarde”* **Sujeito 9.**

*(...) eu mesmo já na minha idade, já nem penso mais, não tenho tempo mais, entendeu?! Eu tenho marido, mas o marido é a mesma coisa que num tem, e a gente nem é tão velho assim, eu fico sozinha o tempo inteiro, e ele num tá nem aí não. Então fica assim, desse jeito aí”* **Sujeito 3.**

O sujeito 9 é uma mulher de 81 anos, viúva que reside com a irmã, e refere a uma vida conjugal com histórico de abandono, desta forma sua fala também traduz sua vivência em relação à sexualidade. Nesse sentido a fala do sujeito 9 remete a uma fala de “libertação”, como se a sexualidade não tivesse sido vivenciada de forma satisfatória, entendendo como um “fardo pesado”, sendo possível observar ainda a conotação da sexualidade entendida como o ato sexual em si. Já o sujeito 3, também do sexo feminino, 60 anos relata que sua vida conjugal é bastante conturbada e o primeiro termo usado quando o tema sexualidade foi abordado é “*muito problema*”, também mostrando a vivência de sua sexualidade como um aspecto negativo.

A vivência dos idosos em relação à sexualidade pode ser entendida através do relato de suas percepções que se apresentam como experiências negativas em alguns casos, como relatado anteriormente, e positivas em outros, como na fala seguinte.

*(...) o sexo não é tão importante quanto o amor, se duas pessoas se gostam, o sexo não é tão importante, faz para complementar (...) carinho, atração, felicidade, companheirismo e respeito* **Sujeito 4.**

A vivência da sexualidade na fala representa as possibilidades encontradas ao longo do relacionamento a dois, sendo priorizado o companheirismo e a afetividade. Além destes aspectos verificou-se a importância do autocuidado junto à vivência da sexualidade.

*(...) porque quando você tá bem, você consegue dar carinho para o outro, você fica feliz do lado de uma pessoa que te respeita, que te dá carinho, então, isso é importante”* **Sujeito 4.**

*(...) isso representa os cuidados que a gente deve ter e se tá bem assim é porque ela se cuidou”* **Sujeito 6.**

### **A sexualidade no envelhecimento sob a perspectiva das habilidades de desempenho**

Esta categoria discute as habilidades de desempenho apresentando aquelas mais recorrentes nos discursos dos idosos participantes do estudo ao relacionarem com a satisfação da sexualidade.

No estudo realizado foram abordadas as habilidades cognitivas também como sendo a capacidade de armazenar, sequenciar, lembrar e organizar as informações e a capacidade de fazer multi-tarefas, ou seja, realizar mais de uma atividade ao mesmo tempo. Os idosos participantes não atribuem diretamente às habilidades cognitivas ou aos fatores que inter-relacionam a sexualidade no envelhecimento, no entanto, pontuam que houve considerável redução das preocupações diárias com as alterações de alguns papéis ocupacionais no envelhecimento e com a saída dos filhos de casa, sendo possível destinar mais tempo ao companheiro e à satisfação sexual. Entende-se que o estresse e a preocupação excessiva podem se relacionar ao desempenho cognitivo.

(...) “com o tempo isso, às vezes, até melhora, porque as preocupações vai acabando” **Sujeito 1.**

Os idosos participantes pontuam que há interferência das habilidades de regulação emocional na sexualidade.

(...) “a gente tem sempre que ta sentindo bem, pra fazer o outro bem né, pra da amor e carinho, porque quando a gente ta bem a gente deixa o outro bem e quando a gente não ta, a gente não quer nem olhar na cara do outro.” **Sujeito 5.**

Segundo os participantes deste estudo, há as habilidades sociais que se relacionam também à vivência da sexualidade na velhice.

(...) “uai, porque quando eu era mais nova, né, conversava mais, paquerava mais e agora não (...) solidão é muito triste, uma vida a dois é muito mais fácil, ter amigos é sempre bom, porque a gente conta e divide os problemas” **Sujeito 4.**

(...) “é sempre bom ter alguém para conversar, dividir as coisas, desabafar, eu sempre tive e quero ter sempre (...)” **Sujeito 1.**

Os sujeitos das falas retratam a importância dada ao fato de ter um apoio social, ressaltando que os sujeitos 1 e 4 são mulheres e viúvas. Quando elas citam esse apoio social, referem-se tanto ao parceiro quanto a um amigo.

Neste estudo, a maior parte dos idosos participantes pontuou que as habilidades práticas e motoras se alteram significativamente no envelhecimento e que elas interferem na vivência da sexualidade.

(...) “com a velhice o corpo vai ficando mais pesado, a gente não consegue fazer as mesmas coisas, tem que tomar mais cuidado, porque se cai demora pra melhorar.” **Sujeito 4.**

(...) “com a idade a gente vai ficando mais fraquinho, né? Aí ela não dá conta, a saúde vai acabando, né?!” **Sujeito 1.**

(...) “eu, por exemplo, já nem consigo mais fazer tudo o que eu fazia, o corpo da gente sente mais rápido”(…). **Sujeito 2.**

Neste sentido, os sujeitos da pesquisa relatam que as habilidades percepto sensoriais são as que mais influenciam a vivência da sexualidade e que com o envelhecimento sentem considerável declínio destas funções.

(...) “isso influencia, porque com a velhice isso vai acabando” **Sujeito 9.**

(...) “o ouvido porque tem que ouvir; a boca, porque se você for conversar e a pessoa não entender, você fica sem conversar, o olho é para enxergar e a boca é para beijar e sentir o gosto, e tudo isso vai diminuindo” **Sujeito 3.**

(...) “muda sim, a gente vai tendo dificuldades de movimentar o corpo [ficam], vai ficando tudo mais sensível, num é aquela coisa toda, mas com amor e paciência dá certo” **Sujeito 4.**

## DISCUSSÃO

### Percepções sobre a sexualidade no envelhecimento

#### **Concepções sobre a sexualidade: transcendendo o sexo na velhice.**

Esta categoria temática pode ser ilustrada inicialmente a partir do fragmento de Almeida e Lourenço<sup>12</sup>:

(...) a sociedade muitas vezes classifica esse período da vida como de assexualidade e, até mesmo, de androginia”. Dessa forma, nesse período o indivíduo teria de unicamente assumir o papel de avô, ou de avó, ao lhe ser delegado pelos filhos o cuidado de seus netos, na expectativa de os monitorarem enquanto, concomitantemente realizam atividades como fazer tricô e assistir televisão, usufruindo sua aposentadoria (...)

Observa-se que a temática abordada pode envolver mitos, preconceitos e diferentes perspectivas. Segundo Moraes<sup>13</sup> a sexualidade é considerada uma necessidade do ser humano presente durante toda vida apresentando uma dinâmica que contempla o amor e o prazer, e desta forma, não terminam com o envelhecimento.

Moraes<sup>13</sup> complementa a discussão ao discorrer sobre a sexualidade na velhice relacionada mais à sensualidade do que ao ato sexual em si. Assim, para os idosos participantes, observou-se que são elementos significativos na vivência da sexualidade os olhares ou carícias. O companheirismo é apontado como elemento que representa uma manifestação da sexualidade. Evidencia-se, portanto que embora os idosos participantes do estudo apresentassem tal perspectiva sobre a sexualidade, em seus relatos foram comuns os momentos em que mesclavam os conceitos referindo-se também ao sexo.

O grupo referiu às transformações do corpo durante o envelhecimento e a manutenção da demonstração de afeto. “A anatomia e a fisiologia sexual modificam-se, mas a capacidade de amar, de beijar, de abraçar continua intacta até o fim da vida”. Estudos apontam que em os homens idosos apresentaram mais interesse sexual do que as mulheres<sup>3,14</sup>.

Essas divergências relacionadas ao gênero associam-se à geração, pois, uma geração mais antiga vivenciou relações de poder e noções rígidas sobre papéis de domínio masculino e feminino<sup>15</sup>:

*Assim, os mais velhos de hoje experimentaram relações de poder homem-mulher que, no decorrer de suas trajetórias, foram se alterando de uma nítida assimetria relacional, principalmente no tocante à visão da sexualidade e do trabalho, até relações mais próximas e simétricas, eles vêm mais assistindo-as, do que delas participando, propriamente.*

Alguns idosos relatam pontos de vista negativos sobre a sexualidade. Aspectos histórico culturais podem ser atribuídos ao gênero e a feminilidade apontando uma perspectiva muito rígida de trocas sobre a sexualidade, deixando muito tênue os limites no âmbito da sexualidade, ou seja, “o que é próprio ou impróprio; o que é natural, agradável, normal, ou ao contrário: danoso, excessivo, insultuoso; aquilo que é passível de admiração, aceitação ou, inversamente, de repulsa, negação<sup>15</sup>”.

### ***Sexualidade no envelhecimento: fase de contradições***

A sexualidade durante a velhice apresenta algumas particularidades, pois nesta etapa da vida os valores defendidos são diferentes dos defendidos na idade adulta. O envelhecimento caracteriza-se pela maturidade e pelo acúmulo de experiências, consequentemente os desejos mudam, sendo mais puros e acomodados<sup>13</sup>.

O avançar da idade é um fator relevante nas alterações do desejo sexual, tanto para os homens como para as mulheres. Os comportamentos sexuais de ambos os sexos sofrem um declínio ao longo da vida, particularmente em decorrência de fatores fisiológicos<sup>16,17</sup>.

Cada pessoa expressa sua sexualidade de forma particular e única, sendo que, cada idoso manifesta ou entende a sexualidade de acordo com sua vivência<sup>18,19</sup>.

O autocuidado também foi citado pelos idosos que referiram ser um importante aspecto para a vivência da sexualidade. O autocuidado pode estar relacionado ao cuidado com o corpo, sendo caracterizado pelas ações do indivíduo que são direcionadas a si mesmo e ao seu contexto, a fim de regular o próprio funcionamento de acordo com seus interesses na vida, constituindo a prática de atividades em benefício próprio e com o propósito de manter a vida, a saúde e o bem-estar, para que assim ele possa estar pronto para cuidar do outro<sup>16</sup>.

Em síntese, as concepções sobre sexualidade e envelhecimento externaram aspectos que extrapolam atos ou comportamentos específicos e abrangeram uma série de relações que se deram de acordo com a vivência e com aspectos sócios culturais e religiosos dos participantes. A sexualidade aparece como um aspecto dinâmico na vida dos indivíduos em que o processo de envelhecimento tem relações diretas com a vivência da mesma.

### **A sexualidade no envelhecimento sob a perspectiva das habilidades de desempenho**

Adotou-se o referencial da *American Occupational Therapy Practice*<sup>7</sup> para

fundamentar a estruturação sobre as habilidades de desempenho. Desta forma, subdividem-se as habilidades em: habilidades práxica e motora; habilidades percepto-sensoriais; habilidades de regulação emocional; habilidades cognitivas e as habilidades sociais e de comunicação; sendo cada uma desempenhada com suas particularidades.

As *habilidades de regulação emocional* podem ser consideradas ações que o idoso usa para expressar seus sentimentos durante a realização de atividades e o quanto ele se envolve nas interações sociais<sup>7</sup>.

As *habilidades sociais e de comunicação* são comportamentos que o idoso usa com o intuito de se comunicar e interagir com outras pessoas<sup>7</sup>.

As *habilidades práxicas e motoras* são ações que os idosos utilizam para se movimentar, ações utilizadas para planejar, sequenciar e executar movimentos<sup>7</sup>.

As *habilidades cognitivas* são entendidas como as ações que o idoso pode utilizar para planejar e controlar o desempenho em uma atividade, como a sexualidade<sup>7</sup>.

As *habilidades percepto sensoriais* constituem as “ações ou comportamentos que utilizam para identificar, e responder a sensações e para selecionar, interpretar, associar, organizar e se lembrar de eventos através de sensações que incluem as visuais, auditivas, propioceptivas, táteis, olfativas, gustativas e vestibulares”<sup>7</sup>.

Por meio dos relatos pode-se discutir sobre o papel das habilidades de desempenho na sexualidade. Dentre os fatores que podem influenciar nessa vivência estão: contextos, valores, rotinas, crenças, que estão fortemente ligados ao desempenho das habilidades. Entende-se que as habilidades podem ser aperfeiçoadas ao longo da vida ou adquiridas de acordo com o tempo, a individualidade e o contexto em que vivem.

Em relação às *habilidades cognitivas*, os idosos a relacionam às preocupações acerca dos filhos, casa, netos e trabalho. De forma geral, a quantidade de tarefas exercidas pelos idosos diminui ao longo dos

anos, com a saída dos filhos de casa e a aposentadoria, o que reduz as preocupações e permite que eles passem a maior parte do tempo na presença do companheiro, oferecendo mais atenção para o outro e para si próprio.

Destaca-se neste momento a inter-relação entre todas as habilidades que na vivência prática dos idosos não se separam. As habilidades cognitivas influenciam a regulação emocional, uma vez que os participantes consideram a preocupação e o estresse como sentimentos que interferem no cuidar bem de si próprio e no cuidar do outro.

Considerando as *habilidades de regulação emocional* observa-se que os idosos comparam estas habilidades ao sentir-se bem, ao estar bem consigo mesmo para ficar bem com o outro. Os idosos demonstraram que essa habilidade pode ser relevante para o desempenho da sexualidade.

Foi mencionado ainda, que as *habilidades sociais e de comunicação* mudam com o envelhecimento e, quando não desempenhadas adequadamente, interferem na vivência da sexualidade.

Ressalta-se a importância de se considerar as características deste grupo de idosos integrantes na amostra (participativos em atividades comunitárias), uma vez que podem não atribuir tanta importância àquelas habilidades que estão preservadas, voltando-se às alterações mais aparentes decorrentes do envelhecimento.

A partir da análise das falas, pode-se inferir que este grupo considera as *habilidades práxicas e motoras* como as mais afetadas durante o envelhecimento e no desempenho da sexualidade. Durante o envelhecimento ocorrem várias mudanças, sendo que dentre as principais, estão as alterações físicas, são relacionadas à “diminuição da elasticidade as articulações que são menos capazes de absorver pressões tornando-se rígidas, o poder muscular diminui, levando à desaceleração dos movimentos e à perda da coordenação, ossos podem se tornar osteoporóticos, as dificuldades com o equilíbrio aparecem e ocorrem alterações na postura corporal”<sup>20,21</sup>.

A atividade motora é essencial para o desenvolvimento da autoconsciência e da relação com o mundo externo; por meio desta habilidade o idoso garante um aspecto importante de sua independência, participação em atividades de vida diária e adaptação social<sup>22,23</sup>. No âmbito da sexualidade, bem como em demais aspectos do indivíduo, a atividade motora é essencial para o desenvolvimento do ser humano, pois *“um bom controle motor fará com que ele explore o mundo exterior e vivencie experiências concretas”*<sup>22,24</sup>.

A partir das falas pode-se inferir que para os idosos as habilidades práxicas e motoras foram evidenciadas no que diz respeito às demandas para o ato sexual em si, sendo estas habilidades bastante exigidas para esta atividade, na perspectiva dos mesmos. Já para as demais habilidades (regulação emocional, percepto sensoriais, sociais e de comunicação) os idosos parecem ter realizado uma associação voltada para a sexualidade na amplitude do conceito referindo-se companheirismo, carinho, amor.

Considerando as *habilidades percepto sensoriais*, os idosos ponderam em suas falas que as mesmas podem relacionar-se ao desempenho sexual quando não desempenhadas com satisfação e alegam ainda que essas habilidades vão sendo modificadas negativamente com o envelhecimento. O “envelhecimento não é somente uma passagem pelo tempo; mais do que isto, é o acúmulo de eventos biológicos que ocorrem ao longo do tempo. O envelhecimento, portanto, pode ser definido como a perda das habilidades de adaptação ao meio<sup>21”</sup>.

Com o envelhecimento as alterações podem aparecer gradualmente prejudicando as funções corporais e intelectuais<sup>25,26</sup>. Sendo assim, o prejuízo da visão e da audição é o que traz maior número de problemas, pois estes dois sentidos são de grande importância na adaptação à vida do dia-a-dia e igualmente ao convívio social.

## CONCLUSÃO

A partir deste estudo, pode-se inferir que os idosos se interessam e participam de discussões acerca da sexualidade no envelhecimento. Entretanto, observou-se que esse tema causa constrangimento para alguns idosos, e ainda pode ser visto e tratado com preconceito. Além disso, verificou-se que, para a maioria dos idosos, a sexualidade não se encerra no envelhecimento, mas é vivenciada de formas diferentes. O toque, o olhar, o carinho, o abraço e o aperto de mão são gestos que se tornam mais significativos durante o envelhecimento, em detrimento do ato sexual.

A sexualidade é uma área de intervenção para a Terapia Ocupacional, uma vez que se configura como uma atividade de vida diária, e, portanto relacionada às habilidades de desempenho. Estas habilidades sofrem transformações ao longo da vida, mas a estruturação adequada das habilidades de desempenho torna-se importante no âmbito da sexualidade no envelhecimento, no sentido de assegurar que algumas funções possam ser realizadas sem restrições. Neste contexto, as habilidades que exercem maior influência no desempenho da sexualidade, segundo o presente estudo, são as habilidades percepto sensoriais, habilidades práxicas e motoras e as habilidades de regulação emocional.

A terapia ocupacional, neste contexto, é evidenciada a partir das inúmeras possibilidades de intervenções, individuais e/ou grupais, que a partir do fio condutor das sensíveis percepções e vivências apresentadas pelos idosos permitem suscitar discussões, reflexões, informações, trocas e estratégias que podem representar subsídios para avaliações e intervenções.

A partir dos resultados identifica-se a importância dos profissionais na área da saúde e em formação que pretendam atuar com a população idosa direcionarem sua atenção aos aspectos relacionados à sexualidade.

O presente estudo consiste em uma iniciativa para fornecer contribuições relacionadas às reflexões sobre habilidades

que podem ser relevantes no envolvimento dos idosos na prática satisfatória desta atividade. Observa-se ainda, a escassez de produção brasileira na área da sexualidade no âmbito da terapia ocupacional, sugerindo-se o fortalecimento das discussões na área profissional.

## REFERÊNCIAS

1. Pinto ALS. A sexualidade nos idosos. Contribuições para a avaliação das atitudes face à sexualidade nos idosos e a sua relação com a religião e nível cognitivo. Dissertação [mestrado]. Coimbra: Instituto Superior Miguel Torga; 2012. 45p.
2. Ribeiro JM. Uma abordagem sobre a sexualidade na terceira idade. Trabalho de Conclusão de Curso [graduação]. Porto: Universidade Fernando Pessoa; 2010. 62 f.
3. Yee L. Aging and sexuality. *Aust Fam Physician*. 2010; 39(10):718-21.
4. Brody S. The relative health benefits of different sexual activities. *J Sex Med*. 2010; 7 (1):1336-61.
5. Fleury HJ, Abdo CHN. Envelhecimento, doenças crônicas e função sexual. *Diagn Tratamento*. 2012; 17(4):201-5.
6. Couldrick L. Sexual issues: an area of concern of occupational therapists? *Br J Occup Ther*. 1998; 61(11):593-5.
7. Carleto DGS, Souza ACA, Silva M, Cruz DMC, Andrade VS. Estrutura da prática da terapia ocupacional: domínio e processo. *Rev Triang Ens Pesq Ext*. 2010; 3(2):57-147.
8. Bueno KMP. Os processos sociais de constituição das habilidades. *Rev Ter Ocup*. 2007; 18(2):47-53.
9. Minayo MCS. O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde. 12ed. São Paulo: Hucitec; 2010.
10. Silva SJR, Assis BSM. Grupo focal e análise de conteúdo como estratégia metodológica clínica qualitativa em pesquisas nos distúrbios do desenvolvimento. *Cad Pós-Grad Distúr Desenvol*. 2010; 10(1):146-52.
11. Organização Mundial da Saúde (OMS). Envelhecimento ativo: uma política de saúde. Brasília: Organização Pan-Americana da Saúde; 2005.
12. Almeida T, Lourenço ML. Envelhecimento, amor e sexualidade: utopia ou realidade? *Rev Bras Geriatr Gerontol*. 2007; 10(1):101-13.
13. Moraes KM, Moraes KM, Vasconcelos DP, Silva ASR, Silva RCC, Santiago LMM, Freitas CASL. Companheirismo e sexualidade de casais na melhor idade: cuidando do casal idoso. *Rev Bras Geriatr Gerontol*. 2011; 14(4):787-98.
14. Papaharitou S, Nakopoulou E, Kirana P, Giaglis G, Moraitou M, Hatzichristou D. Factors associated with sexuality in later life: an exploratory study in a group of Greek married older adults. *Arch Gerontol Geriatr*. 2008; 46:191-201.
15. Negreiros TCGM. Sexualidade e gênero no envelhecimento. *Alceu*. 2004; 5(9):77-86.
16. Fernandes MGM. Problematizando o corpo e a sexualidade de mulheres idosas: o olhar de gênero e geração. *Rev Enferm UERJ*. 2009; 17(3):418-22.
17. Bozon M. Sociologia da sexualidade. Rio de Janeiro: FGV; 2004.
18. Frugoli A, Magalhães-Junior CAO. A sexualidade na terceira idade na percepção de um grupo de idosas e indicações para a educação sexual. *Arq Ciências Saúde UNIPAR*. 2011; 15(1):85-93.
19. Rodrigues LCB. Vivências da sexualidade de idosos(as). Dissertação [mestrado]. Rio Grande, RS: Fundação Universidade Federal do Rio Grande; 2008.
20. Thomson A, Skinner A, Piercy J. Fisioterapia de Tydi. Oppido T, Tradutor. 12ed. São Paulo: Santos; 2002.
21. Silveira MM, Pasqualotti A, Colussi EL, Wibeling LM. Envelhecimento humano e as alterações na postura corporal do idoso. *Revista de Atenção à Saúde* 2010; 8(26):52-8.
22. Picolli JJC, Santos GA, Ferrareze ME, Haas Junior W. Parâmetros motores e envelhecimento: um estudo de idosos de 60 a 83 anos de Ivoti, RS. *Textos Contextos (Porto Alegre)*. 2009; 8(2):306-18.
23. Matsudo SMM, Matsudo VK, Barros Neto TL. Impacto do envelhecimento nas variáveis antropométricas, neuromotoras e metabólicas da aptidão física. *Rev Bras Ciênc Mov*. 2000; 8(4):21-32.
24. Rosa Neto F (org). Manual de avaliação motora para a terceira idade. Porto Alegre: Artmed; 2009.
25. Giro A, Paúl C. Envelhecimento sensorial, declínio cognitivo e qualidade de vida no idoso com demência. *Actas de Gerontologia*. 2013; 1(1):3-8.
26. Serra AV. Que significa envelhecer. In: Firmino H., editor. *Psico geriatria*. Porto Alegre: Artmed; 2006. p. 21-33.

## CONTRIBUIÇÕES

**Thaís Cristina Silva Sousa** contribuiu na construção do projeto de pesquisa, na coleta dos dados, na análise dos dados e na redação do artigo. **Marina Leandrini de Oliveira** orientou a construção do projeto de pesquisa, na coleta dos dados, na análise dos dados e na redação e crítica do artigo.