

OS ASPECTOS BIOPSISSOCIAIS DO ENVELHECIMENTO: UM ENFOQUE NA SEXUALIDADE

BIOPSYCHOSOCIAL ASPECTS OF AGING: ADDRESSING THE SEXUALITY

JOSYMEIRE APARECIDA ROMANO DA **SILVA**. Aluna do curso de graduação em Psicologia do CENTRO UNIVERSITÁRIO INGÁ.

JHAINIEIRY CORDEIRO FAMELLI **FERRET**. Professora Mestre do Curso de Psicologia do CENTRO UNIVERSITÁRIO INGÁ.

Rua: Vereador José Gazola, nº1041, Centro, Nova Esperança – Paraná CEP:87600-000. E-mail: josymeire.romano@gmail.com

RESUMO

O presente estudo teve como objetivo principal relatar sobre os aspectos biopsicossociais do envelhecimento e quais são as influências na sexualidade. O conceito do envelhecer está caracterizado pelo avanço da idade e do declínio das atividades sexuais, contribuindo para uma visão preconceituosa dos idosos como pessoas de papel inativo na sociedade e que não podem mais ou não tem mais relações sexuais. O processo do envelhecimento traz modificações importantes quanto aos aspectos biológicos, físicos, psíquico e social do indivíduo, porém, tais mudanças não impedem a vivência da sexualidade. A partir dessa premissa, foi realizado um estudo de obras literárias de pesquisas científicas publicadas, no qual se conclui que a sexualidade continua presente nos indivíduos acima de 60 anos já que é um aspecto vital a vida humana.

PALAVRAS-CHAVE: Envelhecimento, Sexualidade, Idoso.

ABSTRACT

The present study has its focus on the biopsychosocial aspects of aging and its influence on the individual's sexuality. The definition of the concept of aging is the advancing of the age and the declining of sexual activity, which creates an image of prejudice of the elderly as individuals who have passive roles in the society and cannot have sexual desire or intercourse anymore. The aging process brings important changes to the biological, physical, psychic and social aspects of the individuals, but such changes do not stop the experience of sexuality. This paper carried out a study of the existing literary production on this topic and concluded that sexuality continues to be present in individuals aged 60 years or older, since it is a vital aspect of human life.

KEYWORDS: Aging, Sexuality, Elderly.

INTRODUÇÃO

O processo do envelhecimento é um período de grande importância na vida do indivíduo, é um fenômeno marcado por alterações biológicas, psicológicas e sociais. Tal processo é visto pela sociedade em geral como incapacidade física, doença e ausência de papéis sociais.

Tais características contribuem significativamente para uma visão preconceituosa do idoso, no qual lhe são atribuídos imagens e estereótipos negativos, refletindo assim em seu comportamento e em suas interações sociais.

Para Mendes (2005), envelhecer é um processo natural que caracteriza uma etapa da vida do homem e dá-se por mudanças físicas, psicológicas e sociais que acometem de forma particular cada indivíduo com sobrevida prolongada.

Segundo a Organização Mundial de saúde (2017) e a lei nº 10.741, de 1º de outubro de 2003, é considerada idosa qualquer pessoa a partir de 60 anos de idade. De acordo com estimativas elaboradas e divulgadas pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), a população de idosos representa um contingente de quase 15 milhões de pessoas com 60 anos ou mais de idade, ou seja, 8,6% da população brasileira.

Pelo crescimento significativo da população idosa e pelas diversas alterações que ocorrem no âmbito biológico, psíquico e social daremos enfoque sobre a sexualidade, assunto muito abordado na última década e que trás consigo crenças e tabus sobre a sexualidade entre os idosos.

Segundo Catusso (2005) os sentimentos não se findam com a velhice e há o direito da expressão de seus desejos independentemente da idade que as pessoas tem. Esses desejos, necessidades, vontades, podem e devem ser expressadas, sejam elas sexuais, familiares, culturais, entre tantas outras que são fundamentais para a vida humana.

De acordo com Vieira (1995), a sexualidade é, portanto, uma forma de expressão pessoal que não tem momento para começar ou terminar. Acresce-se a isso o fato de que cada indivíduo tem o direito de viver ou não a sua sexualidade da maneira que considerar mais satisfatória.

Diante de tantas mudanças, receios e frustrações que acompanham a terceira idade, o presente estudo desenvolvido por meio da pesquisa literária, tem por objetivo apresentar os aspectos biopsicossociais que caracterizam e influenciam a sexualidade e o processo do envelhecer.

Este estudo tem o objetivo geral de relatar sobre os aspectos biopsicossociais do processo de envelhecimento na sociedade atual e o que estes influenciam na sexualidade da terceira idade. Os objetivos específicos envolvem descrever sobre os fatores biológicos, psíquicos e sociais do processo de envelhecimento, relatar sobre os fatores que influenciam a sexualidade entre os idosos, caracterizar a vivência sexual entre idosos, com base na literatura científica, relacionar alterações fisiológicas com a prática sexual no envelhecimento e refletir acerca de mitos, crenças e tabus acerca da sexualidade na terceira idade.

MATERIAL E MÉTODOS

Foi realizado um estudo com base na revisão de literatura com livros e artigos científicos referentes à sexualidade do idoso.

A busca pelas referências literárias se baseou nos descritos terceira idade, sexualidade, velhice e processos psíquicos do envelhecimento.

Mediante a tais conteúdos, foi realizada uma leitura minuciosa das publicações encontradas no qual foram selecionados materiais que de fato eram pertinentes à temática abordada.

DISCUSSÃO

O processo de envelhecimento

De acordo com a Organização Mundial de Saúde (2017), classifica-se como idoso aquele que possui idade superior a 60 anos. Tal classificação considera apenas o aspecto cronológico da idade do indivíduo, desprezam-se os aspectos biopsicossociais. Dessa forma é comum encontrarmos indivíduos com a mesma idade cronológica, porém com capacidades diferenciadas.

Conforme dados demográficos, no ano de 2020 os brasileiros com mais de 60 anos corresponderão a 34 milhões de pessoas, tornando-se a sexta população mais envelhecida do mundo.

Em decorrência do grande aumento populacional da terceira idade, vê-se a necessidade de procurar compreender os aspectos que envolvem o envelhecimento, a fim de assegurar melhores condições e qualidade de vida a essas pessoas.

Apoiando a afirmação acima e a fim de garantir o direito do idoso, em 4 de Janeiro de 1994 é regulamentada a lei nº 8.842/1994, em seu artigo 3, inciso I, que diz:

“a família, a sociedade e o Estado tem o dever de assegurar ao idoso todos os direitos da cidadania, garantindo sua participação na comunidade, defendendo sua dignidade, bem-estar e o direito à vida” (BRASIL, 1994, p. 1).

Acerca do processo de envelhecimento é possível afirmar que é uma experiência demarcada por percepções negativas, sobretudo o de ser velho, o que frequentemente é associado à ideia de sofrimento, mal-estar, declínio, fragilidade e perdas, tanto para o sujeito que envelhece como para os que convivem com ele (MOREIRA; NOGUEIRA, 2008).

Segundo Caetano (2006) o envelhecimento consiste em um processo biopsicossocial, sendo caracterizado por mudanças fisiológicas, psicológicas e nos papéis sociais, podendo variar de pessoa para pessoa, sendo mais lento para uns e mais rápido para outros.

Mesquita & Portella (2004) afirmam que o envelhecimento é um fenômeno biológico, psicológico e social que interfere no ser humano na plenitude de sua existência, podendo modificar a sua relação com o tempo, seu relacionamento com o mundo e com sua própria história de vida. Schroots & Birren (1980) descreve o processo de envelhecimento nas três áreas referidas trazendo informações sobre os fatores biológico, psicológico e social que elas afetam.

O fator biológico é o que se refere às mudanças do organismo decorrentes dos efeitos da idade avançada, refletindo no equilíbrio e diminuindo as funções fisiológicas. O fator psicológico o complementa, sendo associado às funções psíquicas que resultam na adequação a novos papéis, falta de motivação, perdas afetivas e sociais, baixa autoestima, dificuldade em adaptação além dos aspectos cognitivos. Por fim, o fator social, que condiz às mudanças nos papéis sociais que o indivíduo está inserido, confrontando diariamente com as ideias, tabus, crenças que a sociedade em geral tem sobre a velhice.

Na concepção de Lopes (2016), o processo de envelhecimento se inicia desde a concepção, sendo então a velhice definida como um processo dinâmico e progressivo no qual ocorrem modificações morfológicas, funcionais

e bioquímicas, que determina a perda das capacidades de adaptação do indivíduo ao meio ambiente, ocasionando maior vulnerabilidade e maior incidência de processos patológicos.

É importante ressaltar que a representação de velhice está enraizada na sociedade atual como algo temido, pois é associado a doenças e perdas, tornando-se uma etapa que caracteriza a decadência física e a perda de papéis sociais. O termo velhice denota a ideia de algo que não é mais útil, imprestável tal ideia favorece de forma negativa no processo de como o indivíduo vivencia essa nova etapa em sua vida.

Segundo Neri (2013), o envelhecimento ainda está ligado à deterioração do corpo, ao declínio e à incapacidade. “Na base da rejeição ou da exaltação acrítica da velhice, existe uma forte associação entre esse evento do ciclo vital com a morte, a doença, o afastamento e a dependência” (NERI, 2013, p. 8).

Debert (2016) afirma que o avanço da idade se daria como um processo contínuo de perdas e de dependência, que daria uma identidade de falta de condições aos idosos e seria responsável por um conjunto de imagens negativas associadas à velhice. Devido às associações negativas que rodeiam o processo do envelhecimento, essa é uma etapa temida por muitas pessoas. Porém, o envelhecimento não traz somente doenças e exclusão. A velhice é uma fase do desenvolvimento humano tão importante quanto as outras e por isso merece respeito e dedicação, tanto dos estudiosos do assunto quanto da sociedade e o mais importante do estado, que é o responsável pelo planejamento de políticas públicas que venham promover a saúde e o bem-estar da pessoa idosa (ARAÚJO; CARVALHO, 2005).

Freitas (2016) retratam em sua definição sobre a velhice que essa fase não é somente limitada como uma etapa de transformação física ou biológica, mas também emocional e sexual.

Sexualidade e envelhecimento

Atualmente o tema sexualidade é bastante discutido, porém pouco se fala sobre a prática sexual de homens e mulheres em seu processo de envelhecimento. Vale ressaltar que o conceito de sexualidade vai além do ato sexual, é também a forma como o indivíduo se expressa.

De acordo com o Gradim et al (2007) isso ocorre devido a ideia de que a pessoa idosa não possui capacidades para ter uma vida sexualmente ativa. A sociedade enfrenta a sexualidade na velhice com preconceito, reservando o sexo apenas para os mais jovens. Segundo Catusso (2005) o processo de envelhecer é caracterizado por complexos e frustrações, por essa razão homens e mulheres devem estar cientes das mudanças que estarão ocorrendo com o seu corpo, uma vez que estas podem interferir em sua sexualidade.

Penteado et al (2004), revela que as mudanças fisiológicas que ocorrem na pessoa idosa podem prejudicar com maior ou menor intensidade sua atividade sexual, porém não cessá-la. De acordo com Silva (2003) as mudanças que acontecem para as mulheres são que no período da menopausa ocorre uma diminuição da lubrificação vaginal ocorrendo assim uma diminuição no desejo sexual, tendo orgasmos menos intensos e o ato menos confortável. Carneiro (2003) revela que as mudanças masculinas, se referem ao tempo da estimulação sexual e as ereções menos duradouras aumentando significativamente o período refratário após as relações.

É importante frisar também que o tempo não apaga os valores morais,

sociais e sexuais do idoso e que tais aspectos devem ser respeitados. Catusso (2005) revela que os sentimentos não se findam com a velhice e independente da idade as pessoas tem o direito de expressar seus desejos e necessidades sexuais.

Segundo Ribeiro (2007), a sexualidade possui fatores psicológicos e sociológicos que mantêm as necessidades mais intrínsecas do indivíduo. O autor aponta que os principais fatores que influenciam na sexualidade é o meio social no qual o indivíduo está inserido, a cultura/crenças e as condições socioeconômicas.

Portanto pode-se afirmar que a sexualidade é um conjunto de fenômenos da vida sexual, sendo um aspecto central, por meio da qual o indivíduo consegue se relacionar, amar, ter prazer e procriar.

Para muitos a velhice é classificada como um período assexuado, no qual o idoso não tem mais desejo, ocasionando a repressão dos idosos em relação à própria sexualidade. Netto (2002) ressalta que, o interesse sexual dos idosos é mais amplo do que se pensa e de quanto eles mesmo pensam.

De acordo com Vitiello (1987 apud RISMAN, 2005), a repressão sexual na velhice ocorre devido à associação que a sociedade faz entre atividade sexual e reprodução, anulando a sexualidade como uma forma de afeto.

Embora ocorram mudanças físicas e biológica no processo do envelhecimento o indivíduo tem o direito de vivencia-la da maneira que melhor lhe satisfaça.

A sexualidade faz parte do bem estar e da vida do paciente idoso. A intensidade da atividade sexual muda com os anos, sendo marcada pela inevitabilidade das modificações corporais e das competências físicas, pelas modificações em nível dos recursos cognitivos e adaptativos, pelas alterações de papéis e da posição nas hierarquias sociais, assim como pelo impacto negativo de atitudes e estereótipos relativos ao envelhecimento. A crença na progressiva e generalizada incompetência assim como na impotência sexual dos idosos faz parte intrínseca destes estereótipos. Acuados entre as múltiplas exigências adaptativas que as alterações do envelhecimento comportam, os indivíduos enfrentam dificuldades para preservar a identidade pessoal e a integridade de alguns papéis e funções, sobretudo aqueles relativos à sexualidade que a sociedade atentamente vigia e sanciona (VASCONCELLOS et al., 2004, p. 414).

Devido às tantas mudanças físicas e biológicas cabe ressaltar que a sexualidade também é influenciada por aspectos econômico, cultural e religioso. Contudo se vê a necessidade da busca pelo conhecimento sobre a temática abordada, a fim de minimizar experiências negativas, quebras de paradigmas proporcionando bem-estar e qualidade de vida aos idosos.

Fatores biopsicossociais do envelhecimento

Devido ao grande aumento populacional de pessoas idosas no Brasil, vê-se a necessidade de compreender o processo do envelhecimento e seus aspectos biopsicossociais que engloba as mudanças de papéis na sociedade, a própria aceitação, os fatores culturais e religiosos.

Segundo Mancina apud al. (2008), a imagem reproduzida sobre os idosos afeta significativamente a autoestima dos indivíduos, influenciando em sua

vivência sexual. O culto à beleza física, pode gerar complexos que os impedem de enxergar as demais qualidades adquiridas em suas vastas experiências de vida.

Para Duarte & Diogo (2000) “a velhice é geralmente tida como uma etapa de perdas e fragilidades, o que dá margem para vários mitos relacionados com a sexualidade do idoso”. Outro fator importante que impacta na sexualidade do idoso, é a religiosidade, no qual segundo Freitas (2016), desempenha papel que rege conceitos rígidos na vida de muitas pessoas principalmente em idosos, estipulando o conceito de que o sexo é utilizado apenas para a procriação acaba gerando a ideia de que não deve acontecer sexo entre os idosos.

Há também as mudanças psicológicas que resultam na dificuldade de desempenhar novos papéis, falta de motivação, dificuldade de planejar o futuro, dificuldade em se adaptar ao novo e baixa autoestima.

Diante de situações de perdas e rejeições, o idoso tende a se isolar, quer por vontade própria ou por indução social. Portanto as relações interpessoais com a família e outros grupos devem ser bastante trabalhados a fim de evitar o isolamento e inatividade social (VALENTINI; RIBAS, 2003). Para proporcionar qualidade de vida ao idoso, cabe à sociedade desmitificar o conceito de uma velhice assexuada, obtendo maior compreensão de que a sexualidade segue a existência humana, sendo um direito de todos.

CONCLUSÃO

A forma com que a sociedade e os indivíduos encaram o processo de envelhecimento interfere no modo como os mesmos enxergam a si e aos demais nesta fase da vida. Em se tratando da sexualidade esta é compreendida como algo essencial ao ser humano em todas as etapas da vida, que compreende os aspectos físicos, biológicos, social, cultural e religioso. Porém vale ressaltar que a sexualidade não se restringe apenas ao ato sexual, mas sim da forma como o indivíduo se expressa em todas as etapas de sua vida.

O ciclo biológico do ser humano segue de modo natural e cada fase da vida é repleta por mudanças e transformações. Infelizmente a sociedade enxerga o processo de envelhecer como algo pejorativo, se refere ao que está velho tal concepção existe devido a falta de informação e aos tabus passados de geração em geração.

Fica claro que os aspectos biopsicossociais possuem grande impacto no processo do envelhecimento e contribuem para que o idoso tenha uma maior ou menor qualidade de vida.

Por fim, afirma-se que a sociedade necessita de maior conhecimento sobre as peculiaridades da sexualidade do idoso, além de respeitar as diferenças e limitações, sem deixar de incentiva-los para uma vida mais saudável e ativa sexualmente.

REFERÊNCIAS

ARAÚJO, L.F.; CARVALHO, V.A.M.L. Aspectos sócio-históricos e psicológicos da velhice. **Revista de Humanidades**. v. 6, pp. 1-9, 2005.

BRASIL. **Lei nº 8.842**, de 4 de janeiro de 1994, dispõe sobre a política nacional do idoso, cria o Conselho Nacional do Idoso e dá outras providências. Brasília, DF: Casa Civil, 1994.

CAETANO, L.M. O Idoso e a Atividade Física. Horizonte: **Rev. de Educação Física e desporto**. 2006.

CARNEIRO, M. V. Sexualidade: o fantasma da 3ª idade. In: SILVA, R. M. O. (Org.). **A Sexualidade no envelhecer**: um estudo com idosos em reabilitação, 2003. Resenha. p. 52-56.

CATUSO, M.C. Rompendo o silêncio: desvelando a sexualidade em idosos. **Revista Agora: Políticas Públicas e Serviço Social**, v. 1, n. 2, p. 65, 2005.

DEBERT, G.G. **A reinvenção da velhice**: socialização e processos de reprivatização do envelhecimento. São Paulo: Edusp, 2016.

DUARTE, Y. A. O.; DIOGO, M. J. **Atendimento domiciliar**: um enfoque gerontológico. São Paulo: Atheneu, 2000.

FREITAS, E.V. **Tratado de geriatria e gerontologia**. 3. ed. São Paulo: Guanabara Koogan, 2016.

GRADIM, C.V.C.; SOUSA, A.M.M.; LOBO, J.M. A prática sexual e o envelhecimento. **Cogitare Enfermagem**, v. 12, n. 2, p. 204-213, 2007.

IBGE. (2015). **Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística**. Recuperado em 12 janeiro, 2015, de: <http://www.ibge.gov.br/home/>.

LOPES, A. **Os desafios da gerontologia no Brasil**. São Paulo: Alinea, 2016.

MANCIA, J. R.; PORTELA, V. C. C.; VIECILI, R. A imagem dos acadêmicos de enfermagem acerca do próprio envelhecimento. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 61, n. 2, p. 221-226, 2008.

MENDES, M.R.S.S.B. et al. A situação social do idoso no Brasil: uma breve consideração. **Acta Paul Enfermagem**. v.18, n. 4, 2005.

MESQUITA, P.M.; PORTELA, M.R. Envelhecimento humano: desafios e perspectivas. **Passo Fundo**, 2004. p. 72-94.

MOREIRA, V.; NOGUEIRA, F.N.N. Do indesejável ao inevitável: a experiência vivida do estigma de envelhecer na contemporaneidade. **Psicologia USP**, v. 19, n. 1, p. 59-79, São Paulo, 2008.

NERI, A.L. **Fragilidade e Qualidade de Vida na Velhice**. Campinas: Alinea, 2013. p. 7-19.

NETTO, M.P. **Gerontologia**: a velhice e o envelhecimento em versão globalizada. São Paulo: Atheneu, 2002.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE. **Site da Organização Panamericana de Saúde**. Disponível em <<http://www.paho.org/bra/>>. Acesso em 20 de Junho de 2017.

PENTEADO, S.R.L. et al. Avaliação da capacidade orgástica em mulheres na pós menopausa. **Revista Médica Brasileira**, v. 50, n. 4, p. 444-450, 2004.

RIBEIRO, A. Sexualidade na Terceira Idade. In: PAPALÉO NETTO, Matheus. **Tratado de Gerontologia**. 2ª ed. São Paulo, Rio de Janeiro, Ribeirão Preto e Belo Horizonte: Atheneu, 2007, p.279 – 291.

RISMAN, A. Sexualidade e terceira idade: uma visão histórico-cultural. **Textos sobre envelhecimento**, Rio de Janeiro. V.8, n.1, 2005.

SILVA, R. M. O. A sexualidade no envelhecer: um estudo com idosos em reabilitação. Artigo Original. **Revista ACTA Fisiátrica**, v. 10, n. 6, p. 210-220, 2003. Disponível em <<http://www.actafisiatrica.org.br>>. Acesso em: 20 de Junho de 2017.

SCHROOTS, J.J., BIRREN, J.E. Concepts of Time and Aging in Science. In: BIRREN J.E.; SCHAIE, I.; WARNER, K. (Orgs.). **Handbook of the Psychology of Aging**. London: Academic Press, 1990, pp.45-64.

VASCONCELLOS, D. et al. Sexualidade no Processo do Envelhecimento: Novas Perspectiva-comparação Transcultural. **Estudos de Psicologia**, v. 9, n. 3, p. 414-420, 2004.

VALENTINI, M.; RIBAS, K.. **Terceira idade**: tempo para semear, cultivar e colher. Guarapuava: Analecta, 2003.

VIEIRA, F.P. Aspectos Sócio-culturais da Sexualidade na 3ª Idade. **Revista Brasileira de Sexualidade Humana**, v. 7, n. 1, p. 65-75, 1995.