



UNIVERSIDADE ESTADUAL DO MARANHÃO
CAMPUS SANTA INÊS
CURSO DE ENFERMAGEM BACHARELADO

LUANA MARIA RODRIGUES DA SILVA

**PERCEPÇÃO DA MULHER IDOSA SOBRE SEXUALIDADE NO
ENVELHECIMENTO: Uma revisão integrativa**

Santa Inês
2024

LUANA MARIA RODRIGUES DA SILVA

**PERCEPÇÃO DA MULHER IDOSA SOBRE SEXUALIDADE NO
ENVELHECIMENTO: Uma revisão integrativa**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao curso de Enfermagem da Universidade Estadual do Maranhão (UEMA), Campus Santa Inês, como parte dos requisitos para a obtenção do título de Bacharel em Enfermagem.

Orientadora: Profa. Ma. Cintia Daniele Machado de Moraes.

Santa Inês
2024

Silva, Luana Maria Rodrigues da.

Percepção da mulher idosa sobre sexualidade no envelhecimento: uma revisão integrativa. / Luana Maria Rodrigues da Silva – Santa Inês - MA, 2024.

48 f.

Monografia (Graduação) – Curso de Enfermagem Bacharelado, Campus de Santa Inês, Universidade Estadual do Maranhão, 2024.

Orientadora: Profa. Ma. Cintia Daniele Machado de Moraes.

1. Sexualidade. 2. Envelhecimento. 3. Mulher idosa - Percepção. I. Título.

CDU 57.017.5-053.9

LUANA MARIA RODRIGUES DA SILVA

**PERCEPÇÃO DA MULHER IDOSA SOBRE SEXUALIDADE NO
ENVELHECIMENTO: Uma revisão integrativa**

Monografia apresentada junto ao curso de
Enfermagem da Universidade Estadual do
Maranhão – UEMA, para obtenção de grau
de Bacharel em Enfermagem.

Aprovado em: 16 / 12 / 2024

BANCA EXAMINADORA

Documento assinado digitalmente
 **CINTIA DANIELE MACHADO DE MORAIS**
Data: 20/12/2024 14:54:54-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Profa. Ma. Cintia Daniele Machado de Moraes (Orientadora)
Mestre em saúde e ambiente
Universidade Federal do Maranhão

Documento assinado digitalmente
 **ANDREA BORGES ARARUNA DE GALIZA**
Data: 20/12/2024 16:17:52-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Profa. Dra. Andrea Borges Araruna de Galiza (1º Examinador)
Doutora em Biotecnologia – RENORBIO
Universidade Federal do Maranhão

Documento assinado digitalmente
 **HERLANE FERREIRA DOS SANTOS**
Data: 20/12/2024 16:47:36-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Profa. Esp. Herlane Ferreira dos Santos (2º Examinador)
Especialista em Saúde da Família
Faculdade Única de Ipatinga

A mim e a você, Adryann, por tudo que faz para me ver feliz, por todo apoio, amor e confiança em todos os dias dessa jornada.

AGRADECIMENTOS

A Deus Todo Poderoso, por ter me concedido, através de sua infinita bondade, o potencial de concretizar essa tão sonhada conquista em minha vida.

Ao meu amado companheiro de vida Adryann Felipe, meu confidente e melhor amigo. Que possamos sempre continuar construindo memórias, enfrentando desafios e celebrando conquistas juntos.

Aos meus sogros Ana Cleia e Albino pelo incentivo a cada momento e, principalmente, por terem ofertado tudo que eu precisei desde a inscrição para o vestibular, sem nunca pedir algo em troca.

À minha prima e irmã de alma Maria de Fátima pelo apoio e carinho, às minhas avós Maria Rita e Marlene, ao meu irmão Lucas e a minha mãe Kalyne Karla.

Aos meus professores por compartilharem seus conhecimentos e, assim, contribuírem para minha formação profissional.

Aos meus amigos, por estarem ao meu lado nos momentos difíceis e por celebrarem comigo cada vitória, vocês tornaram este momento ainda mais especial.

À minha orientadora Cintia Daniele Machado de Moraes, pela persistência, conhecimento e experiência compartilhada.

Na velhice o prazer do sexo é substituído pelo prazer da ternura, compreensão, companheirismo, é onde as duas pessoas realmente vivem uma sexualidade plena e responsável.

Sócrates

RESUMO

Com o crescente aumento no número de pessoas idosas no Brasil e no mundo, faz-se necessário uma atenção especial à sexualidade das mulheres idosas, um tema que acompanha diversos estereótipos negativos e distorções do processo natural de envelhecimento. O objetivo deste estudo é identificar na literatura as percepções das mulheres idosas sobre sexualidade durante o envelhecimento. Trata-se de uma revisão integrativa de literatura, realizada através de artigos encontrados nas bases de dados LILACS, PUBMED e MEDLINE, entre os anos de 2020 a 2024, onde foram encontrados 2457 artigos, dos quais foram selecionados 12 artigos para o desenvolvimento deste trabalho. Os resultados destacaram que a sexualidade das mulheres idosas é cercada por estereótipos e tabus que dificultam sua expressão, além disso, muitas mulheres ainda associam a sexualidade apenas ao ato sexual, desconsiderando dimensões afetivas e sociais. No entanto, aquelas que ressignificam suas vivências sexuais enfatizam a importância de vínculos afetivos, diálogos e autoestima para uma qualidade de vida plena. Este estudo revelou que a sexualidade na velhice é um aspecto essencial, mas ainda silenciado e rodeado de preconceitos. Apesar das barreiras, a sexualidade na terceira idade demonstra ser uma experiência possível e enriquecedora, contribuindo para um envelhecimento mais digno e significativo.

Palavras-chave: Sexualidade; Envelhecimento; Mulher idosa; Percepção.

ABSTRACT

With the growing increase in the number of elderly people in Brazil and worldwide, special attention to the sexuality of elderly women is necessary, as it is a topic accompanied by various negative stereotypes and distortions of the natural aging process. The objective of this study is to identify in the literature the perceptions of elderly women regarding sexuality during aging. This is an integrative literature review conducted using articles from the LILACS, PUBMED, and MEDLINE databases, covering the years 2020 to 2024. A total of 2,457 articles were identified, of which 12 were selected for the development of this study. The results highlighted that the sexuality of elderly women is surrounded by stereotypes and taboos that hinder its expression. Moreover, many women still associate sexuality solely with sexual activity, disregarding its emotional and social dimensions. However, those who reframe their sexual experiences emphasize the importance of emotional bonds, dialogue, and self-esteem for a fulfilling quality of life. This study revealed that sexuality in old age is an essential yet still silenced and prejudice-laden aspect. Despite these barriers, sexuality in later life proves to be a possible and enriching experience, contributing to a more dignified and meaningful aging process.

Keywords: Sexuality; Aging; Elderly women; Perception.

LISTA DE ILUSTRAÇÕES

Figura 1 – Processo de revisão integrativa da literatura	25
Quadro 1 – Elementos, descritores e palavras-chave utilizadas	26
Quadro 2 – Estratégia de busca utilizados conforme base de dados	26
Figura 2 – Fluxograma dos processos de seleção dos estudos	28
Quadro 3 – Estudos selecionados	30

LISTA DE SIGLAS

BVS – Biblioteca Virtual em Saúde

IBGE – Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística

LILACS – Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde

MDHC – Ministério dos Direitos Humanos e da Cidadania

MEDLINE – Medical Literature Analysis and Retrieval System Online

OMS – Organização Mundial de Saúde

OPAS – Organização Pan-Americana da Saúde

PRISMA - Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses

SUS – Sistema Único de Saúde

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	12
2 OBJETIVOS	14
2.1 Objetivo geral	14
2.2 Objetivos específicos.....	14
3 REFERENCIAL TEÓRICO	15
3.1 Introdução ao envelhecimento e sexualidade	15
3.2 Efeitos da menopausa e hormônios na sexualidade	17
3.3 Desafios de acesso a serviços de saúde sexual	18
3.4 Aspectos culturais e éticos	20
3.5 Importância da sexualidade na terceira idade	22
4 METODOLOGIA	24
4.1 Tipo de estudo	24
4.2 Etapas da revisão integrativa.....	25
4.2.1 Identificação do tema e seleção da questão de pesquisa	25
4.2.2 Estabelecimento dos critérios de inclusão e exclusão	26
4.2.3 Identificação dos estudos pré-selecionados e selecionados	27
4.2.4 Categorização dos estudos selecionados	27
4.2.5 Análise e categorização dos dados	28
4.2.6 Apresentação da revisão/síntese do conhecimento	29
5 RESULTADOS	30
6 DISCUSSÕES	33
6.1 Sexualidade e qualidade de vida na velhice	33
6.2 Preconceito da sociedade e a sexualidade das mulheres idosas	35
6.3 Percepção da mulher idosa sobre sexualidade.....	37
7 CONSIDERAÇÕES FINAIS	40
REFERÊNCIAS	41

1 INTRODUÇÃO

O envelhecimento da população é um fenômeno global, e as projeções da Organização Mundial da Saúde (OMS) indicam que, em cerca de trinta anos, o número de idosos será igual ao de crianças. Nesse contexto, Symone Maria Machado Bonfim, diretora de Proteção da Pessoa Idosa do MDHC, discute as diversas características socioculturais associadas ao envelhecimento e, como os dados mostram, os múltiplos desafios para garantir o bem-estar da população idosa no Brasil (Brasil, 2023).

A Política Nacional do Idoso foi instituída pelo Decreto nº 6.800/2009. Seu objetivo é garantir os direitos sociais da pessoa idosa, além de criar condições que promovam sua autonomia, integração e participação ativa na sociedade. Essa política reflete a ampliação do escopo das ações públicas direcionadas à pessoa idosa, evoluindo de uma abordagem limitada à assistência social e à garantia de renda para uma perspectiva integral, que reconhece as pessoas idosas como sujeitos de direitos em áreas como saúde, educação, trabalho, lazer, moradia, entre outras (Brasil, 2018).

O envelhecimento é um processo contínuo, caracterizado por mudanças físicas, emocionais, subjetivas e sexuais, nas quais a trajetória pessoal e o contexto sociocultural desempenham papéis importantes. A sexualidade, por sua vez, é uma constante ao longo do desenvolvimento humano, composta por aspectos biológicos, subjetivos e sociais. Crema e De Tilio (2021) defendem que a sexualidade vai além das relações sexuais, englobando atitudes (emoções, representações e comportamentos) e interações sociais. É importante destacar a influência da cultura na formação e expressão da sexualidade, uma vez que ela se relaciona a papéis socialmente estabelecidos e valorizados.

Nos últimos anos, a produção de conhecimento sobre a sexualidade na terceira idade tem crescido, refletindo a necessidade urgente de aprofundar essa temática para melhorar a qualidade de vida dos idosos. No entanto, Evangelista AR *et al* (2019) afirmam que ainda persistem preconceitos e mitos relacionados à sexualidade na velhice. A ideia de que essa questão diz respeito apenas aos jovens reforça a crença de que a sexualidade entre os idosos é uma prática rara e até imoral.

Há uma resistência social em reconhecer que as pessoas idosas podem sentir interesse sexual e praticá-lo. Por isso, é fundamental educar a sociedade sobre o fato de que a sexualidade abrange mais do que a genitalidade, incluindo também aspectos de afetividade, acolhimento e aceitação. Além disso, Brito *et al* (2023) aponta algumas

reações comuns entre os idosos ao serem questionados sobre sexualidade, como um silêncio constrangedor, piadas irônicas e até mesmo aversão ao tema. Essas atitudes resultam da crença equivocada de que o envelhecimento implica uma fase assexuada, o que impacta negativamente a autoestima e a autoconfiança dos idosos.

A população idosa atual viveu suas adolescências e grande parte da vida adulta em um período histórico repleto de discursos conflituosos sobre a sexualidade. Nesse contexto, a sexualidade feminina era frequentemente associada à submissão, à reprodução biológica e à maternidade. Contudo, pesquisas recentes de Crema e De Tilio (2021) destacam os esforços da gerontologia contemporânea em enfatizar os benefícios e a relevância da sexualidade na velhice, afirmando que o prazer sexual nessa fase da vida é parte integrante de uma vida saudável.

Portanto, a justificativa da presente pesquisa gira em torno da necessidade de reconhecer as mulheres idosas como protagonistas de sua própria saúde e sexualidade no envelhecimento. Para reforçar esse empoderamento, é fundamental que a sociedade adote uma postura de consciência social e confirmação de direitos, promovendo diálogos que fortaleçam a percepção dessas mulheres sobre suas experiências e necessidades. Isso inclui a importância de uma vida sexual saudável e satisfatória, além de apoiar a reconstrução de seus projetos e trajetórias, permitindo que elas vivam plenamente em todas as fases de suas vidas. Neste sentido, infere-se a seguinte problemática: qual é a percepção das mulheres idosas sobre sua sexualidade no contexto do envelhecimento?

A metodologia adotada para este estudo foi uma revisão integrativa de literatura. Essa abordagem possibilitou uma análise crítica de estudos publicados em bases científicas reconhecidas entre os anos de 2020 e 2024, contribuindo na exploração de lacunas e aprofundar os entendimentos relacionados à temática.

2 OBJETIVOS

2.1 Objetivo geral

Identificar na literatura as percepções das mulheres idosas sobre sexualidade durante o envelhecimento.

2.2 Objetivos específicos

- a) Analisar a percepção das mulheres idosas sobre a sexualidade ao longo do envelhecimento.
- b) Avaliar como as relações interpessoais e o suporte social afetam a sexualidade e o bem-estar das mulheres na velhice.
- c) Relatar a relação entre sexualidade e a qualidade de vida das mulheres idosas.

3 REFERENCIAL TEÓRICO

De acordo com a Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS) junto à Organização Mundial da Saúde (OMS), o processo de envelhecimento saudável é caracterizado como um processo contínuo de otimização da habilidade funcional e de oportunidades para manter e melhorar a saúde física e mental, promovendo independência e qualidade de vida ao longo da vida. Além disso, todo indivíduo com a faixa etária de 60 anos ou mais é considerado idoso pela OMS (OPAS, 2020).

Segundo o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), em torno de 30 milhões de brasileiros têm 60 anos ou mais, o que equivale a 14% da população total do Brasil em 2020. As projeções apontam que, em 2030, o número de pessoas idosas superará o de crianças e adolescentes de 0 a 14 anos em aproximadamente 2,28 milhões (Brasil, 2022).

3.1 Introdução ao envelhecimento e sexualidade

Definir velhice é algo complexo, pois deve-se levar em consideração os aspectos biológicos e socioculturais em que os idosos estão inseridos, sendo um processo diferente para cada um. No entanto, pelo lado biológico é comum uma deterioração das estruturas orgânicas do corpo, as quais podem progredir com o passar do tempo e provocar alterações naturais externas e internas (Jardim; Medeiros; Brito, 2019).

O processo de envelhecimento ocorre de maneira heterogênea, podendo envolver características normais ou patológicas. O envelhecimento normal, ou senescência, está voltado a ausência de patologias, com as alterações fisiológicas, psicológicas e biológicas ocorrendo de maneira natural. No entanto, o envelhecimento patológico está voltado muitas vezes ao aparecimento de doenças frequentes na velhice, sendo esse um processo conhecido como senilidade (Carunchio, 2023).

Neves (2024) reflete que a senilidade não é presente em todos os idosos, muitos conseguem manter suas capacidades funcionais e cognitivas de maneira satisfatória, garantindo seu bem-estar. É fato que o envelhecimento não é sinônimo de doença, mas se faz necessário um envelhecimento ativo para se evitar e enfrentar desafios de saúde que podem influenciar na qualidade de vida.

As mudanças fisiológicas se tornam mais evidentes com o passar do tempo, principalmente do sistema tegumentar que possui suas estruturas mais visíveis, como a pele e os pelos. Com o envelhecimento, a epiderme e derme apresentam limitação nas fibras de elastina, resultando no surgimento de rugas e perda da elasticidade da pele. Além disso, a coloração dos cabelos tende a desbotar ou ficar acinzentado por conta da escassez de pigmentação natural (Neves, 2024).

Segundo Gotter (2017), com a chegada da velhice as mulheres não se consideram mais atraentes, desejáveis ou bonitas. Isso acontece por conta das alterações corporais, o que também modifica sua visão de si, abalando sua autoestima e sua sexualidade. Quando a mulher gera uma percepção negativa sobre seu próprio corpo, de acordo com Ribeiro (2019), pode acabar refletindo em uma insatisfação com sua região íntima. Porém, essa situação não abrange apenas o aspecto físico da genitália feminina, a repressão pode estar voltada para a aparência geral do corpo.

A Organização Mundial da Saúde (2017) entende a sexualidade como:

Um aspecto central do ser humano durante toda a sua vida, e abrange o sexo, as identidades e os papéis de gênero, orientação sexual, erotismo, prazer, intimidade e reprodução. A sexualidade é experimentada e expressada nos pensamentos, nas fantasias, nos desejos, na opinião, nas atitudes, nos valores, nos comportamentos, nas práticas, nos papéis e nos relacionamentos. Além disso, é influenciada pela interação de fatores biológicos, psicológicos, sociais, econômicos, políticos, culturais, éticos, legais, históricos, religiosos e espirituais.

Lima JS *et al* (2021) enfatiza a importância de conhecer e compreender o processo de envelhecimento, afinal cada pessoa possui sua forma própria de agir, pensar e se expressar nessa nova fase da vida, sendo imprescindível manter o respeito e a consideração.

A expectativa de vida tem aumentado nas últimas décadas, impulsionadas pelos avanços da saúde. Diante disso, questionamentos sobre como vivem esses idosos no Brasil, como a sociedade e eles próprios se enxergam durante esse processo de envelhecimento devem ser levados em consideração. Jardim, Medeiros e Brito (2019) destacam que a voz dos idosos tem sido silenciada por estereótipos negativos impostos pela sociedade, o que impede a construção de uma identidade positiva para essa população.

Assim, torna-se essencial a necessidade de escutá-los, garantindo sua participação ativa na construção de suas próprias trajetórias, de modo que possam refletir seus desejos e necessidades. O envelhecimento e a velhice são carregados de significados tanto para os idosos quanto para seus familiares, cuidadores e

profissionais de saúde, e compreender como eles se veem nesse processo é crucial para desenvolver abordagens mais humanizadas e realistas, livres de preconceito (Jardim; Medeiros; Brito, 2019).

3.2 Efeitos da menopausa e hormônios na sexualidade

Na perspectiva de Araújo *et al* (2020), quando se passa pelo processo de envelhecimento existem alguns fatores fisiológicos que não se pode excluir, principalmente quando se trata de sexualidade. Isso ocorre pois com a chegada da velhice, o corpo humano deixa de produzir alguns hormônios necessários para uma experiência sexual gratificante. Além disso, o desejo sexual pode ser prejudicado e podem ocorrer danos associados à utilização de medicamentos nessa etapa da vida, independente do sexo.

Entre os 45 e 55 anos, as mulheres passam pelo processo de climatério, referente aos seus últimos ciclos menstruais. No início do processo é comum que o ciclo da mulher se apresente irregular, que ocorra a presença de episódios repentinos de calor, alterações de humor e diminuição da libido e atrofia dos órgãos genitais, no entanto, é um processo natural da vida da mulher, não devendo ser considerado um problema de saúde (Brasil, 2020).

Após 12 meses do último ciclo menstrual, a mulher entra oficialmente no período da menopausa, evidenciando o fim de seu período reprodutivo. Como a função ovariana se encerrou, os níveis de estrogênio e progesterona despencam, podendo resultar em todos esses sintomas desagradáveis para a mulher. Além disso, é comum o sentimento de medo e incertezas nessa fase, tendo que encarar o envelhecimento e todas as alterações corporais (Silva, 2024).

Com o passar dos anos novos sintomas podem surgir, como ressecamento vaginal, disfunções sexuais, acúmulo de tecido adiposo, osteoporose e atrofia urogenital. Mesmo a menopausa sendo um evento natural, afeta consideravelmente a vida da mulher, sendo necessário a oferta de tratamentos para alívio de sintomas. Uma alternativa seria a terapia hormonal, que consiste em compensar a ausência dos hormônios naturais que o corpo da mulher deixa de produzir com a chegada da menopausa (Costa; Oliveira; Vieira, 2024).

Gomes *et al* (2024) reflete que a prática de atividades físicas de forma regular é uma alternativa para aliviar os sintomas da menopausa, além de apresentar melhora

significativa na qualidade do sono das mulheres, diminuindo os quadros de insônia, estresse e ansiedade. Cabe destacar que os exercícios físicos colaboram significativamente com o bem-estar e elevação da saúde de forma geral.

Como expõe TM da Silva *et al* (2023), tais sintomas influenciam negativamente na qualidade de vida das mulheres, pelo comprometimento indireto com suas práticas sexuais. Para muitas mulheres, a satisfação sexual está diretamente interligada com sua autoestima, então os sintomas de ressecamento ou hipotrofia vaginal costumam ser as principais queixas em serviços de saúde.

Um estudo desenvolvido por Freitas *et al* (2024) apontou que muitas mulheres, que estão no período de climatério e menopausa, associam seu bem-estar geral com sua satisfação sexual. Cabe destacar que o desempenho sexual está correlacionado ao bem-estar física e mental, sendo necessário manter bons hábitos para que o corpo supra determinado estilo de vida. Portanto, a qualidade de vida e satisfação sexual em mulheres em processo de envelhecimento está se transformando em um ponto de saúde pública significativo.

A visão de que a velhice é um período de declínio, combinada com a pressão social sobre os idosos, frequentemente reprime sua sexualidade, inibindo a vida sexual de grande parte dessa população. Muitos acabam por suprimir seus desejos e vontades, movidos pelo medo e pela culpa impostos por uma sociedade que ainda carrega preconceitos em relação ao envelhecimento (Lima ICC *et al*, 2020).

Quando a sexualidade é vista apenas sob o prisma da procriação, ela perde relevância com o avanço da idade, especialmente em mulheres que, após a menopausa, enfrentam alterações hormonais que podem reduzir o desejo sexual. No entanto, a sexualidade na velhice é cercada de mitos e estereótipos, que fazem com que os idosos sejam vistos como assexuados, perpetuando esse tema como um tabu (Lima ICC *et al*, 2020).

3.3 Desafios de acesso a serviços de saúde sexual

Na Atenção Básica o profissional de enfermagem está em contato direto com a população idosa que busca serviços de saúde, com isso, cabe a ele buscar maneiras de abordar a temática de saúde sexual com as mulheres que possuem vida sexual ativa. Portanto, o enfermeiro busca aconselhar e orientar essas idosas, enfatizando o

autocuidado, evitando e/ou descobrindo situações em fase preliminar (Carvalho; Lisboa, 2024).

Sob o ponto de vista de Lima *et al* (2020), os profissionais de saúde precisam ter conhecimento sobre saúde sexual, seja de maneira científica como técnica, podendo assim atender a esse público de maneira adequada, afinal, a prática sexual por parte de pessoas idosas também deve ser vista como algo saudável e não constrangedor. Cabe destacar a importância de os profissionais de saúde terem acesso e vivência na educação sexual para com os idosos, desde o período da graduação e em ambientes de trabalho com a educação permanente.

Carvalho e Lisboa (2024) argumentam que durante a graduação, diversos profissionais de enfermagem não possuem interação com materiais relacionados à sexualidade, gerando pouco domínio e dificuldades para interagir sobre o assunto com as mulheres idosas que necessitam de orientação. Esse obstáculo pode prejudicar a qualidade de atendimento de saúde das pacientes, logo o histórico sexual é importante na ficha de admissão, sendo necessário o hábito de discutir essa temática com segurança.

Um estudo de CL Souza *et al* (2019) aborda as principais queixas das mulheres idosas em relação aos serviços de saúde, na qual a falta de comunicação entre elas e os profissionais de saúde é frequente. Muitas vezes isso se dá pela falta de sensibilidade dos profissionais que acabam subestimando seus comportamentos sexuais, não abrindo portas para um diálogo mais esclarecedor. Para as idosas, os estereótipos enraizados na sociedade podem ser um fator para a dificuldade em formar vínculos com a equipe de saúde, o que acaba as tornando reprimidas quanto as suas dúvidas e curiosidades.

Para Evangelista AR *et al* (2019), a sexualidade é algo que ultrapassa o físico, o toque corporal; a sexualidade envolve vários aspectos que levam ao prazer, seja equilíbrio nos vínculos interpessoais, elementos emocionais, culturais e sociais. Em todas as fases da vida humana a sexualidade está presente, não importa o sexo. Entretanto, a forma de discorrer sobre sexualidade deve ser diferente para o jovem, o adulto e o idoso.

Perante a sociedade as pessoas idosas são vistas como seres assexuados, porém o processo de envelhecimento não os isenta de exercer sua sexualidade. Diante disso, profissionais da saúde precisam de preparo para essa questão, diminuindo a vulnerabilidade da população idosa ao discutir sobre saúde sexual, afinal

é imprescindível que essa prática deva ser feita de maneira segura (Evangelista AR *et al* 2019).

Lima ICC *et al* (2020) afirmam que estabelecer um vínculo de confiança entre a comunidade e o sistema de saúde, contribui significativamente para o sucesso dos tratamentos. A educação em saúde desempenha um papel crucial nesse contexto, promovendo o envelhecimento ativo e otimizando as capacidades dos idosos, o que reflete diretamente na melhora de sua qualidade de vida. Para isso, é fundamental que os profissionais de saúde estejam adequadamente preparados para criar um ambiente acolhedor, onde os idosos se sintam à vontade para dialogar, recebendo orientações claras que favoreçam a promoção da saúde.

3.4 Aspectos culturais e éticos

Dantas *et al* (2017) afirmam que a desinformação a respeito do processo de envelhecimento, que acarretam alterações na vida sexual, acaba gerando muito preconceito e limitações nas atividades sexuais dessas pessoas. Logo, a chegada da velhice é um processo natural da vida humana como qualquer outra, porém ainda existem muitas visões negativas a respeito disso, assim como a visão de que a velhice é sinônimo de fim da vida.

Segundo Jardim, Medeiros e Brito (2019), o processo de envelhecimento é uma experiência diversificada, influenciada por contextos sociais, históricos e culturais distintos, e os próprios idosos tendem a ter uma visão muito mais positiva de sua condição do que os especialistas da área. Para eles, é essencial considerar o relato dos idosos para compreender suas necessidades e experiências, e comparar esses pontos de vista com as percepções externas sobre o envelhecimento.

Estudos apontam que o estigma negativo em torno da velhice é geralmente imposto pela visão de outros, enquanto os próprios idosos enxergam essa fase como uma oportunidade de construir algo novo. A valorização da identidade do idoso envolve reconhecer as potencialidades desta etapa, permitindo que, apesar das limitações, a velhice seja vivida com alegria, em vez de tristeza (Jardim, Medeiros e Brito, 2019).

Na perspectiva de Chiaretto (2021), estereótipos e mitos cercam as discussões sobre a sexualidade de pessoas idosas, mesmo na sociedade atual. Embora a expressão e a vivência da sexualidade sejam reconhecidas como direitos

fundamentais, relacionados a qualidade de vida e bem-estar, ainda prevalecem muitos aspectos negativos em diversos contextos. Isso se intensifica especialmente no que diz respeito ao envelhecimento e à sexualidade, tornando esses temas frequentemente evitados, embora sejam extremamente relevantes para o debate.

Durante o processo de envelhecimento pode ocorrer dificuldades em manter e aceitar a sexualidade por diversos fatores. Para Rodrigues CFC *et al* (2019) inclui a falta de educação sexual, crenças de que o ato sexual é apenas para procriação, inibições durante o processo de autoconhecimento e insegurança com o próprio corpo. Todos esses fatores podem levar a pessoa a se tornar reprimida quanto a sua sexualidade, e com o passar dos anos se tornam prisioneiros dos tabus e preconceitos impostos pela sociedade.

Percebe-se que a sexualidade não desaparece com o envelhecimento, sendo possível manter a atividade sexual nessa fase da vida, o que contribui para o bem-estar e a qualidade de vida. O envelhecer não implica na supressão da sexualidade, e muitos idosos continuam a buscar afeto, carícias e até relações sexuais. No entanto, aqueles que o fazem são frequentemente vistos como portadores de "falhas morais" ou "degeneração cognitiva", sendo rotulados de pervertidos ou senis. Essa percepção, no entanto, é apenas um dos diversos preconceitos socialmente enraizados sobre a sexualidade na velhice (Chiaretto, 2021).

Estudos de Sousa (2022) evidenciaram que muitas idosas da atualidade não receberam educação sexual em sua juventude, tal ausência as fazia acreditar que a primeira menstruação era sinônimo de medo e vergonha, assim como o início do seu papel como reprodutoras. Além disso, acreditavam que uma mulher no climatério já não seria uma mulher, e sim uma velha, se privando da fecundidade e desejos sexuais.

A mulher moderna conseguiu significativas vitórias no entendimento de sua sexualidade, adquirindo mais controle sobre seus desejos sexuais com mais liberdade e menos restrições. No entanto, muitos padrões e conceitos ainda perpetuam a repressão das mulheres em diversas faixas etárias, sustentados por normas sociais relacionadas ao comportamento feminino. Termos como "vulgar" frequentemente estão associados a atitudes mais liberais. O preconceito que permeia a sexualidade feminina impacta não apenas as mulheres adultas, mesmo em seu momento mais pleno de vivência sexual e juventude, mas também aquelas que são vistas como excessivamente velhas para tal comportamento (Sousa, 2022).

3.5 Importância da sexualidade na terceira idade

Segundo Augusto (2019), pesquisas científicas apontam maior qualidade de vida entre pessoas que mantêm uma vida sexual ativa. Da mesma forma que pessoas dentro de um casamento podem sustentar uma relação mais feliz quando se mantêm a expressão de sua sexualidade ativa. Além disso, a atividade sexual resulta na liberação de hormônios, auxilia na elasticidade da pele, o que contribui para diminuir a necessidade de cosméticos e, principalmente, colabora com a elevação de autoestima, segurança e aceitação.

Além disso, é importante entender que a sexualidade vai muito além do ato sexual, sendo algo não somente praticável, como também necessário. A sexualidade pode ser exercida por meio do toque físico como o beijo e carícias, da autoestima positiva ao se sentir bonito e desejável e, também, do companheirismo e comprometimento ao conversar abertamente sobre assuntos íntimos (Lima JS *et al*, 2021).

A ausência de uma educação sexual e as repressões enfrentadas levam muitos idosos a viver a sexualidade de forma constrangedora. Isso frequentemente resulta em uma autopercepção negativa do corpo, fazendo com que se sintam pouco atraentes e fora dos padrões de beleza da sociedade. Contudo, apesar da valorização do corpo, a atividade sexual é possível para os idosos, pois seus corpos ainda funcionam bem e podem proporcionar prazer. Além disso, a qualidade de vida está relacionada ao bem-estar subjetivo e à autoestima, sendo fundamental que os idosos recebam orientação sobre seu corpo para melhor vivência da sexualidade (Rodrigues *et al*, 2019).

Como expõe Brito *et al* (2023), os benefícios da sexualidade são inegáveis, independentemente da idade, mas, no contexto dos idosos, a prática sexual se torna uma forma de atividade física que contribui na qualidade de vida. Essa prática auxilia não apenas na saúde mental, mas também proporciona momentos de felicidade, melhorando a autoestima e a realização pessoal. Ademais, a sexualidade na terceira idade oferece satisfação física e demonstra o quanto cada indivíduo pode ser crucial para outro, ao mesmo tempo que estimula sentimentos de afeto, amor e carinho. Na perspectiva fisiológica, os benefícios incluem o controle da pressão arterial, alívio das dores, emagrecimento e fortalecimento muscular, evidenciando a importância de uma vida sexual ativa.

Além disso, Souza Júnior *et al* (2021) destacam que o sexo se torna fundamental para a promoção da felicidade entre os idosos, pois as vivências sexuais são essenciais para garantir uma boa qualidade de vida. Observa-se claramente mudanças comportamentais relacionadas à sexualidade nessa faixa etária, com a disponibilidade de técnicas médicas para melhorar disfunções sexuais, terapias orais para disfunção erétil e inovações na reposição hormonal, que têm contribuído para a qualidade do desempenho e a frequência das relações sexuais.

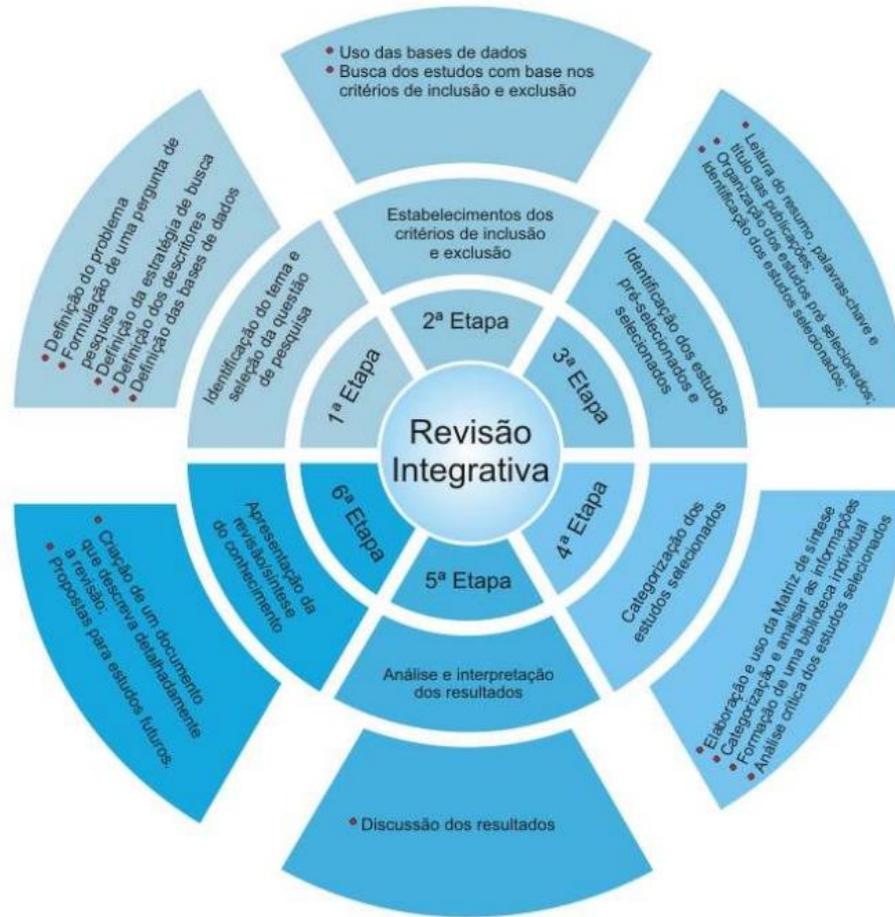
4 METODOLOGIA

4.1 Tipo de estudo

O presente estudo trata-se de uma pesquisa bibliográfica do tipo revisão integrativa da literatura. Essa abordagem foi escolhida por permitir a síntese e a análise do conhecimento científico previamente produzido sobre o tema: “Percepção da mulher idosa sobre sexualidade no envelhecimento: uma revisão integrativa”. Gonçalves (2019) descreve a revisão integrativa da literatura como uma abordagem metodológica cujo principal objetivo é sintetizar de maneira sistemática, abrangente e estruturada os resultados de pesquisas sobre um tema ou questão específica. O termo "integrativa" se refere à sua habilidade de oferecer informações relevantes e detalhadas sobre a situação-problema, contribuindo para uma integração significativa no conhecimento existente.

De acordo com Dorsa (2020), as fases de uma revisão bibliográfica incluem: a interpretação dos descritores, que atuam como uma ponte entre o vocabulário do autor e a terminologia específica da área de pesquisa, devendo ser aplicados conforme a organização e o planejamento das etapas a serem seguidas; a seleção das fontes de estudo, priorizando publicações dos últimos cinco anos; e a atenção às referências bibliográficas das obras analisadas, pois elas podem abrir novas possibilidades de conexão entre pesquisadores e periódicos relacionados ao tema em questão. Essa metodologia visa aprofundar o conhecimento atual sobre o tópico, identificando lacunas existentes e proporcionando uma visão abrangente da literatura disponível. A elaboração deste processo é dividida em seis etapas distintas, conforme ilustrado na Figura 1.

Figura 1 – Processo de revisão integrativa da literatura



Fonte: Botelho, 2019.

4.2 Etapas da revisão integrativa

4.2.1 Identificação do tema e seleção da questão de pesquisa

No presente estudo, o tema escolhido foi a “Percepção da mulher idosa sobre sexualidade no envelhecimento”, uma vez que a sexualidade na terceira idade ainda é um tema envolto em tabus e pouco discutido, apesar de sua importância para a qualidade de vida. Com o objetivo de explorar esse aspecto, o problema de pesquisa foi definido como: “Qual é a percepção de mulheres idosas sobre sua sexualidade no contexto do envelhecimento?”. Foi realizado a busca de descritores indexados e não indexados (palavras-chaves), no idioma português e inglês, para identificar os estudos relevantes que respondem à pergunta de pesquisa. Os descritores foram obtidos por

meio da Biblioteca Virtual da Saúde (BVS) para acesso MEDLINE e na base de dados LILACS e PUBMED.

Quadro 1 – Elementos, descritores e palavras-chave utilizadas.

Elementos	Mesh	Decs	Palavras-Chave
Saúde sexual	Aging	Saúde Sexual	Saúde Sexual
Mulher idosa	Sexuality	Envelhecimento	Mulher idosa
Percepções e	elderly	Mulher	Sexualidade
Experiência	Women	Qualidade de Vida	Percepção

Fonte: Próprio autor, 2024.

As bases de dados foram analisadas utilizando descritores e palavras-chave. Os termos usados na pesquisa foram organizados e combinados de acordo com cada base, resultando em estratégias específicas para cada uma delas.

Quadro 2 – Estratégia de busca utilizadas conforme base de dados.

Base de dados	Estratégia de busca	Resultados	Filtrados	Selecionados
MEDLINE	(elderly) AND (sexual health)	914	19	02
PUBMED	(aging) AND (sexuality) AND (elderly woman)	1429	251	04
LILACS	(elderly woman) AND (sexual health)	114	31	06

Fonte: Próprio autor, 2024.

4.2.2 Estabelecimento dos critérios de inclusão e exclusão

Como critério de inclusão foram selecionados estudos disponíveis na íntegra, publicados entre os anos de 2020 a 2024, nos idiomas português e inglês, que abordam a sexualidade da mulher acima de 60 anos. Foram excluídos estudos

focados em homens, artigos de opiniões, resumos, capítulos de livros, relatos técnicos, estudos que não condiziam com a problemática de pesquisa e artigos científicos duplicados.

4.2.3 Identificação dos estudos pré-selecionados e selecionados

Na base de dados LILACS foram obtidos 114 estudos como busca geral. Aplicando-se na pesquisa um filtro que limita por publicação entre os anos de 2020 a 2024, resultaram 40 estudos, filtrando no idioma português resultaram 31 artigos. Por fim, após análise de títulos e resumos 16 estudos foram escolhidos, utilizando os critérios de exclusão foram 10 artigos para leitura na íntegra, com isso, 06 estudos foram condizentes com a questão de pesquisa.

Foram encontrados 1429 estudos como busca geral na PUBMED, ao aplicar na pesquisa o filtro para limitar os anos de publicação entre 2020 a 2024, obteve-se 357 estudos e ao selecionar o filtro para estudos no idioma português e inglês restaram 251. Dessa forma, na análise de títulos e resumos 64 estudos foram selecionados, utilizando os critérios de exclusão foram escolhidos 33 artigos para leitura na íntegra, assim, 04 estudos foram concordantes com a questão da pesquisa.

Na BVS-Medline foram encontrados 914 estudos como busca geral, aplicando-se a busca para artigos com texto completo obteve-se 590 estudos, restringido a artigos entre os anos de 2020 a 2024, resultaram 116. Filtrando a busca no idioma português, resultaram 19 artigos. Por conseguinte, logo após a análise minuciosa dos resumos e títulos, aplicando os critérios de exclusão, 09 estudos foram selecionados para leitura na íntegra, ao final, 02 estudos se adequaram a questão de pesquisa.

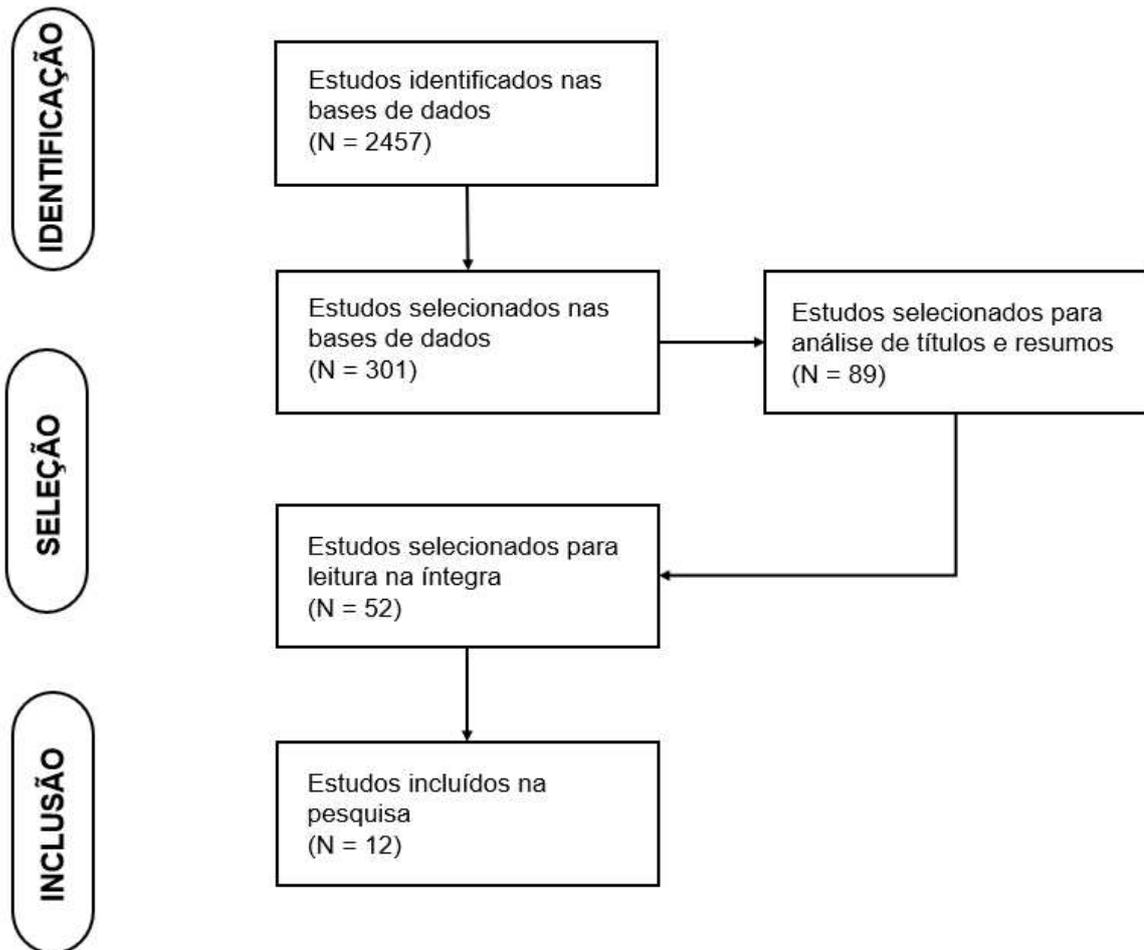
4.2.4 Categorização dos estudos selecionados

Os dados foram analisados de maneira descritiva, utilizando um quadro sinóptico (Quadro 03), incluído na seção de resultados. Esse quadro foi fundamental para reunir e sintetizar as informações de cada estudo, permitindo uma comparação clara e uma organização dos achados de acordo com suas semelhanças e diferenças.

Após a coleta e seleção dos estudos nas bases de dados escolhidas, foram identificados 301 artigos. Desses, 89 foram selecionados para análise de título e resumo, resultando na pré-seleção de 52 artigos para leitura na íntegra. Ao final, a

amostra consistiu em 12 estudos elegíveis para a construção da revisão. A seleção dos estudos seguiu uma adaptação das diretrizes do Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA), conforme ilustrado na Figura 2.

Figura 2 – Fluxograma dos processos de seleção dos estudos utilizando as bases de dados BVS (MEDLINE), PUBMED e LILACS.



Fonte: Próprio autor, 2024.

4.2.5 Análise e categorização dos dados

Nesta etapa, os resultados foram interpretados e sintetizados, comparando os dados obtidos na análise dos artigos com o referencial teórico. Além de identificar possíveis lacunas no conhecimento, foi possível definir prioridades para pesquisas futuras. Para garantir a validade da revisão integrativa, o pesquisador apresentou suas considerações finais com base nos estudos selecionados, incluindo inferências importantes para a resolução do problema de pesquisa.

4.2.6. Apresentação da revisão/síntese do conhecimento

Como conclusão desta revisão integrativa, foi realizada a sistematização das evidências disponíveis na literatura, permitindo a elaboração de um resumo abrangente e crítico dos achados. Essa síntese do conhecimento possibilita uma visão clara sobre o tema estudado, facilitando a compreensão dos aspectos relevantes e guiando as interpretações que serão detalhadas na seção de resultados a seguir.

A percepção da mulher idosa sobre sexualidade tem sido abordada de maneira reduzida na literatura no período analisado. Entre os 12 estudos incluídos, os anos de 2022 e 2024 foram os anos com maior número de artigos publicados, totalizando 3 estudos cada. Em seguida os anos de 2023, 2021 e 2020 com 2 estudos a cada ano. Com relação ao idioma de publicação, 10 estudos estavam disponíveis no idioma inglês e português, seguido de 2 estudos exclusivamente em português.

5 RESULTADOS

A caracterização dos artigos selecionados foi descrita no quadro 3, onde estão sintetizadas as informações quanto ao autor e ano de publicação, título do artigo, objetivos e principais resultados de cada pesquisa. Os resultados da revisão transcorrem em 03 eixos de debate: sexualidade e qualidade de vida na velhice, preconceito da sociedade e a sexualidade das mulheres idosas e a percepção da mulher idosa sobre sexualidade.

Quadro 3 – Estudos selecionados

AUTOR/ANO	TÍTULO	OBJETIVOS	PRINCIPAIS RESULTADOS
Santos <i>et al</i> , 2020.	A percepção dos idosos sobre a sexualidade e o envelhecimento.	Este artigo buscou conhecer a percepção das pessoas idosas sobre sexualidade, saúde e envelhecimento.	Muitas pessoas idosas necessitam de sexo e afirmam que o ato sexual é importante, apesar da confusão entre ato sexual e sexualidade.
Macleod e McCabe, 2020.	Definindo sexualidade na velhice.	Identificar se uma definição consistente de sexualidade é usada em artigos de pesquisa para descrever a sexualidade na velhice.	Poucos artigos fornecem uma definição clara de 'sexualidade' no que se refere a vida adulta na velhice. Sendo a maior parte das definições baseadas em ideais de pessoas jovens.
Souza Jr EV <i>et al</i> , 2021.	A sexualidade está associada com a qualidade de vida em idosos!	Analisar a associação entre sexualidade e qualidade de vida de idosos brasileiros residentes em comunidade.	Houve associação estatística entre todas as dimensões da sexualidade e a qualidade de vida geral dos idosos.
Soares e Meneghel, 2021.	O silêncio da sexualidade em idosos dependentes.	Analisar as vivências em relação à sexualidade de idosos dependentes.	Foram identificadas diferenças de gênero no trato da sexualidade e dificuldades de falar sobre sexo, além de diferenças na percepção e valorização da sexualidade.

Fleury e Abdo, 2022.	A sexualidade de mulheres mais velhas.	Discutir os elementos facilitadores da satisfação sexual de mulheres idosas em processo de envelhecimento.	Com o envelhecimento, a atividade e os pensamentos sexuais diminuem, mas não o interesse em manter relações mais íntimas, mesmo não tendo uma parceria.
Souza Jr EV <i>et al</i> , 2022.	Efeitos da sexualidade na funcionalidade familiar e na qualidade de vida de pessoas idosas.	Analisar os efeitos da sexualidade sobre a funcionalidade familiar e sobre a qualidade de vida de pessoas idosas.	As pessoas idosas com algum grau de disfuncionalidade familiar apresentaram pior vivência na sexualidade e pior qualidade de vida.
Ibrahim <i>et al</i> , 2022.	A percepção da pessoa idosa sobre sexualidade e a saúde sexual no envelhecimento.	Conhecer a percepção dos idosos sobre sexualidade e saúde sexual no processo de envelhecimento.	Observou-se baixa escolaridade na maioria dos idosos e desconhecimento quanto a distinção entre sexualidade e o ato sexual.
Dalmer e Marshall, 2023.	O papel da informação na sexualidade na terceira idade.	Abordar as lacunas de informação sobre sexualidade dos idosos.	O envolvimento dos idosos com informações sobre sexo e sexualidade permanece pouco estudado.
Souza Jr EV <i>et al</i> , 2023.	Função sexual e sua associação com a sexualidade e a qualidade de vida de mulheres idosas.	Analisar a função sexual e sua associação com a sexualidade e com a qualidade de vida de mulheres idosas.	A função sexual se mostrou associada à sexualidade e à qualidade de vida das mulheres idosas, podendo se tornar estratégias para agregar qualidade aos anos de vida da população.
Ayala <i>et al</i> , 2024.	Revisão da literatura sobre sexualidade em pessoas idosas: o que é educado e com quais tecnologias.	Identificar aspectos gerais da sexualidade em idosos e conhecer conteúdos educativos ministrados a esse grupo com tecnologias digitais.	Observou-se que a sexualidade é uma questão importante para os idosos, sendo associados a qualidade de vida e satisfação com o parceiro. No entanto, foram identificadas barreiras no uso de tecnologia para fins educacionais.
Anita <i>et al</i> , 2024.	Saúde sexual em idosos.	Fornecer uma visão geral do que pode afetar a saúde sexual em pessoas	Muitos idosos possuem receio de abordar a sexualidade com profissionais da saúde por

		idosas e quais medidas os profissionais de saúde podem contribuir para melhorar a saúde sexual desses idosos.	causa das percepções negativas. Com isso, eles esperam que os profissionais tragam essa temática nas consultas.
Villa Nova <i>et al</i> , 2024.	Concepções e vivências da sexualidade e seus efeitos nas vidas de mulheres idosas	Desvelar os conceitos e percepções da sexualidade de mulheres idosas e os impactos em suas vidas.	Observou-se que as mulheres idosas, em sua maioria, relacionam a sexualidade ao ato sexual e, conseqüentemente, depende de seu parceiro e percebem o ato como algo exclusivo do casamento e que depende do marido para acontecer.

Fonte: Próprio autor, 2024.

6 DISCUSSÕES

6.1 Sexualidade e qualidade de vida na velhice

De acordo com a pesquisa de Souza Jr EV *et al* (2021), a sexualidade assume uma grande relevância na qualidade de vida das mulheres mais velhas. Para estas mulheres, a vivência sexual costuma ir além do ato físico, estando estreitamente ligada à intimidade e ao amor, portanto, traduzindo-se em uma vivência emocional e relacional. Ademais, a vivência plena da sexualidade ataca igualmente a percepção de valorização e autoestima, esses últimos, são essenciais para a qualidade de vida em qualquer fase do ciclo vital.

Para as mulheres idosas, a intimidade emocional é um aspecto essencial para a satisfação sexual, aliada a relacionamentos saudáveis construídos sobre comunicação efetiva e bem-estar. O estudo indica que, ainda que muitos acreditem que os idosos são assexuados, uma parcela significativa de mulheres de 65 a 75 anos apresentam um relacionamento sexual ativo. Por fim, elas afirmam associar a sexualidade ao bem-estar psicológico e à satisfação com a vida, ambos, aspectos fundamentais para a qualidade de vida (Anita *et al*, 2024).

Mulheres que se sentem amadas, desejadas e que mantêm relacionamentos sexuais satisfatórios afirmam maior bem-estar físico, emocional e social. O estudo de Villa Nova *et al* (2024) ressalta que a sexualidade na velhice não deve ser vista como algo isolado, e sim como um ciclo que envolve diversos fatores, como autoestima, aceitação corporal e relações íntimas saudáveis. Portanto, eles ressaltam que a ausência de vivência sexual, independentemente de fatores sociais ou físicos, pode provocar impacto negativo na saúde emocional dessas mulheres, em sua autoestima e percepção de si.

Neste estudo de Villa Nova *et al* (2024), uma participante confirma essa perspectiva, quando é questionada sobre a relação entre a sexualidade e autoestima:

Afeta tudo, é horrível. Quando não tem, você se sente abandonada, que não é bonita, sente excluída, vontade de chorar [...] parece que tudo aquilo acabou [...]. Agora, quando você tem o sexo, você tem uma autoestima mais boa, você sente que é desejada (E3).

Essa perspectiva encontra suporte em Fleury e Abdo (2022), que evidenciam como a autoimagem positiva e a percepção de continuidade de prazer podem ser significativas para as mulheres, em virtude da relação que têm com o envelhecimento saudável. Em sua investigação, identificaram que a continuidade da vida sexual está

relacionada diretamente tanto ao agravamento das preocupações quanto ao envelhecimento, como o medo da solidão ou o medo da perda do prazer sexual, o que pode ser um elemento imprescindível para a qualidade de vida das idosas.

Um outro estudo realizado por Souza Jr EV *et al* (2023), reiterou a importância da sexualidade na qualidade de vida de mulheres idosas, todavia, de acordo com ele, esta pode ser influenciada por diversos fatores, como intimidade e o entendimento da sexualidade. A intimidade é uma das dimensões da qualidade de vida, logo, está relacionada ao sentimento de conexão emocional e física com o outro. Nesse estudo, as mulheres relataram ter uma imagem positiva de intimidade, podendo estar relacionada ao suporte social e afetivo, que tendem, por sua vez, a resultarem em sentimentos de pertencimento e aceitação emocional, contribuindo assim para a qualidade de vida.

Anita *et al* (2024) traz uma contribuição a este debate sobre a ação dos fatores, em torno da questão das alterações hormonais de origem etária. Para as mulheres, parece haver uma diminuição do desejo sexual decorrente das alterações hormonais da menopausa, embora a ideia de que essas alterações são naturais e tratadas corretamente podem ter um papel positivo na qualidade de vida, ajudando muitas mulheres idosas a se tornarem sexualmente ativas e satisfeitas.

Villa Nova *et al* (2024) conduziram um estudo a respeito do desejo sexual das mulheres idosas em relação à autoestima, chegando à conclusão de que essas mulheres afirmaram que a sexualidade delas está relacionada à percepção da mulher ser desejada pelo outro, em especial se a mulher estiver em um relacionamento íntimo. No entanto, se o parceiro não for mais sexualmente ativo ou se houver uma modificação nas condições emocionais e/ou físicas, a mulher pode passar por sentimento de frustração e sensação de perda da sexualidade. Entretanto, o estudo mostra que para a mulher ter uma sexualidade positiva, precisa haver aceitação de seu corpo, o fortalecimento da autoestima e a prática de sexo seguro.

Não obstante o fato de a sexualidade desempenhar um papel de destaque na qualidade de vida dos idosos, um número considerável de indivíduos jamais teve acesso a informações ou diretrizes sobre este tópico. Conforme evidenciado pelo trabalho de Souza Jr EV *et al* (2023), esta carência de apoio e informações pode promover a repressão acerca de sexualidade e envelhecimento, repercutindo na qualidade de vida dos idosos.

A sexualidade no envelhecimento, em especial das mulheres, se mostra um tema marginalizado e invisibilizado na sociedade e nas políticas públicas. O estudo de Ayala *et al* (2024) evidencia que há uma falta de preparo, por parte dos profissionais de saúde e de políticas adequadas, que possam acolher as questões de saúde sexual do idoso. A sexualidade da mulher idosa se encontra, em grande parte, abandonada e isso pode vir a ocorrer devido ao etarismo, isto é, preconceitos e estigmas vinculados a idade, o que aumenta a invisibilização e desvalorização das necessidades sexuais desta população.

6.2 Preconceito da sociedade e a sexualidade das mulheres idosas

O estudo de Villa Nova *et al* (2024) evidencia o estigma social que associa a sexualidade às pessoas jovens, e enxerga a população idosa, especialmente as mulheres, como desprovidas de desejos ou interesses sexuais. Essa perspectiva cultural acaba contribuindo para uma negligência do tema da sexualidade no envelhecimento, o que resulta em sentimento de culpa, vergonha e medo de julgamentos, gerando impactos que afetam diretamente a autoestima das idosas. O tabu relacionado a sexualidade na terceira idade impede que as mulheres se sintam à vontade para discutir ou explorar esse aspecto em suas vidas.

Soares e Meneghel (2021) corroboram essa perspectiva, enfatizando que a velhice muitas vezes é associada à perda da vitalidade e ao fim das atividades sexuais. Esse estereótipo da assexualidade dos idosos é ainda mais marcante quando se trata das mulheres. A sociedade possui um viés que considera a sexualidade algo exclusivo da juventude, enquanto as mulheres idosas perder a capacidade de atrair, ser desejadas ou manter relações sexuais.

Nesse estudo de Soares e Meneghel (2021), uma idosa fez uma afirmação que contradiz o estereótipo imposto pela sociedade:

Eu tinha sexualidade para dar e vender! Há pouco tempo, fui fazer exame ginecológico e a enfermeira me perguntou sobre sexo. Eu disse: sou velha, mas eu namoro igual a todo mundo!

As vivências sexuais dos idosos podem ser tão variadas como em qualquer outra idade. A sexualidade desses idosos não deve ser vista como uma só, pois pode ter mudanças devido a fatores como gênero, orientação sexual, condição econômica e saúde. Os idosos envolvidos participam de várias práticas sexuais, desde o ato

sexual com penetração até outras maneiras de prazer e proximidade, como o toque ou carinho. O estudo diz ainda que, por causa de algumas questões emocionais e físicas ou a falta de um parceiro, podem até mesmo afetar a frequência dessas atividades entre eles, gerando uma diminuição. (Dalmer e Marshall 2023).

Entretanto, Fleury e Abdo (2022) apresentam que apesar do envelhecimento poder vir com uma diminuição de atividades ou de pensamento sexual em algumas pessoas, o desejo por manter relações sexuais e íntimas ainda está presente, mesmo que um parceiro sexual não esteja evidente. O estigma de que o desejo sexual se encerra quando as pessoas envelhecem não leva em conta a diversidade de necessidades e experiências sexuais que as pessoas mais velhas obtêm. Da mesma forma, supõe que a sexualidade nas idades avançadas pode não ser a prioridade ou parte essencial do bem-estar das pessoas mais velhas.

A análise do estudo de Souza Jr EV *et al* (2021), aponta que, em muitos casos, as mulheres idosas carregam uma bagagem cultural de repressão sexual, que inicialmente lhes foi infringida por normas patriarcais, quando meninas, e, assim, as mulheres eram levadas por toda a vida. A sexualidade feminina é tradicionalmente percebida como algo que precisa ser controlado, portanto, quando essas mulheres querem realizar seus desejos sexuais na terceira idade, elas podem sentir vergonha ou culpa. Por outro lado, os homens idosos descobrem que podem ser sexualmente livres, sem restrições.

O estudo de Dalmer e Marshall (2023) também destaca as diferenças de gênero nas experiências sexuais dos idosos. A pesquisa descobriu que as mulheres idosas foram muito mais propensas do que os homens mais velhos a relatar que raramente ou nunca queriam estar ativas sexualmente novamente. Essa disparidade reflete, é claro, uma série de fatores relacionados ao poder de gênero, incluindo a normalização cultural por uniões entre homens mais velhos e mulheres mais jovens. O mito das idosas assexuadas é, então, uma consequência cultural de uma sociedade que representou a sexualidade feminina como estando em declínio após uma certa idade.

A ideia de que os idosos não podem viver plenamente sua sexualidade é um estereótipo recorrente na sociedade. Conforme o estudo de Souza Jr EV *et al* (2022), esse preconceito é frequentemente perpetuado dentro do âmbito familiar, o que pode impactar negativamente o bem-estar dos idosos. Eles destacam que os familiares muitas vezes são responsáveis por ridicularizarem ou negar a possibilidade de uma

sexualidade ativa na velhice, além disso, a falta de suporte familiar leva a um estigma que se reflete diretamente na vivência dos indivíduos.

Um ponto importante levantado pelo estudo de Macleod e McCabe (2020), está voltado ao fato de que a sexualidade na velhice é frequentemente descrita de maneira reduzida, dando pouca atenção a aspectos como excitação, prazer, entre outras dimensões emocionais da sexualidade. O que reflete o estereótipo de que os idosos não possuem o mesmo interesse ou capacidade de vivenciar prazer sexual como pessoas mais jovens. A falta de menção a esses aspectos desconsidera a continuidade da sexualidade ao longo da vida, ou seja, as relações entre os idosos.

6.3 Percepção da mulher idosa sobre sexualidade

A percepção da sexualidade na terceira idade, especialmente entre as mulheres, é um tema complexo e multifacetado. Ela vai muito além do ato sexual, abrangendo aspectos como autoestima e relações afetivas. Conforme apontado por Santos *et al* (2020), muitos idosos associam diretamente a expressão "ato sexual" ao significado de "sexualidade". Essa dificuldade em ampliar a compreensão do termo reflete a carência de uma educação sexual que ultrapasse a dimensão genital, abordando também os aspectos emocionais e sociais envolvidos.

Ibrahim *et al* (2022) corroboram com essa perspectiva, destacando em seu estudo que muitas mulheres idosas demonstraram não compreender completamente a diferença entre sexualidade e o ato sexual, o que pode ser atribuído ao tabu e a falta de educação sexual ao longo da vida. A falta de discussão sobre o tema, tanto em contextos sociais quanto familiares, acaba limitando a capacidade dos idosos de refletir sobre sua sexualidade de maneira saudável e positiva. Além disso, a presença dos tabus voltados a sexualidade desses idosos pode levá-los a subestimar a importância desse ato em suas vidas.

No contexto do envelhecimento e gênero, Soares e Meneghel (2021) abordam que os homens idosos tendem a associar a sexualidade principalmente à prática sexual. Por outro lado, as mulheres idosas costumam relatar uma falta de necessidade sexual, geralmente influenciadas por normas sociais que as condicionam a reprimir seus desejos. Apesar disso, há idosas que ressignificam a sexualidade, percebendo-a como uma experiência que transcende o biológico, abrangendo aspectos como o afeto e companheirismo.

Souza Jr EV *et al* (2023) completaram esta discussão, mostrando que muitas mulheres idosas utilizam mais os relacionamentos e a intimidade do que o sexo. Por mais importante que seja esta informação, ela ainda contradiz a ideia de que a sexualidade na velhice pode ser vista apenas em termos de desempenho físico. Porém, muitas mulheres mais velhas estão familiarizadas com a sexualidade, afirmando que está relacionado ao amor, ao beijo e ao carinho, e se torna uma parte importante pois mostra a ideia de que sexualidade transcende o ato físico.

A pesquisa de Fleury e Abdo (2022) também sugere que a intimidade emocional e a continuidade de um vínculo amoroso são cruciais para as mulheres idosas, afinal a sexualidade para elas não se limita apenas ao ato sexual, porém está intimamente ligada à experiência de conexão emocional com o parceiro. Além disso, essas idosas valorizam as atividades não sexuais com seus parceiros, como demonstrações de amor e cuidado mútuo, o que indica que a sexualidade para elas está ligada à proximidade emocional e à troca afetiva.

No estudo de Soares e Meneghel (2021), duas participantes idosas corroboram com essa perspectiva:

Fiquei quinze anos sem dormir com ele, mas nós éramos os melhores amigos que tínhamos!
O importante é tu ter uma pessoa para conversar, nem que seja pra brigar!
Isso é importante! Sentar, conversar, para mim isso é importante.

A percepção da mulher idosa a respeito da sexualidade, conforme apresentado no estudo de Villa Nova *et al* (2024), é bastante influenciada por um contexto social e cultural ao redor da mulher, o qual acaba por moldar o seu entendimento e vivência de sexualidade. Esta percepção é muito influenciada pela construção de estereótipos e expectativas sociais que, com os anos, associaram a sexualidade feminina à função de agradar o cônjuge e a função reprodutiva, e que, com o envelhecimento da mulher, esses conceitos têm perdido o seu valor ou deixaram de ser considerados, criando para ela uma visão distorcida ou de não aceitação da sua própria sexualidade.

Durante o decorrer da vida, inúmeras mulheres são socializadas a entender a sexualidade como o desejo de agradar o parceiro, não dando a mínima atenção para os próprios desejos e suas próprias necessidades. Na velhice, as mulheres podem obter uma compreensão mais verdadeira do próprio prazer e de sua própria sexualidade, mas isso pode esbarrar na ideia de que as mulheres mais velhas não são tão atraentes ou desejáveis sexualmente. Isto está em linha com os estereótipos

encontrados na íntegra sobre a sexualidade, que raramente falam sobre a experiência da mulher idosa com o mesmo vigor com que discutem a da jovem (Macleod e McCabe, 2020).

Para Ayala *et al* (2024), muitas mulheres idosas aceitaram esses estereótipos e rejeitam a ideia de ter uma vida sexual ativa ou saudável, o que pode levar a uma percepção negativa de sua sexualidade. No entanto, é importante mencionar que a atitude das mulheres em relação à sua própria sexualidade após a velhice pode variar muito, dependendo de suas experiências de vida, apoio social e emocional. A abordagem negativa sobre a sexualidade na terceira idade pode levar à recusa de mulheres em reconhecer as mudanças comuns e naturais associadas à idade, sendo esse o momento que as leva a se sentirem desconectadas de sua identidade sexual.

Um aspecto relevante apresentado no estudo de Souza Jr EV *et al* (2021) é a dificuldade das mulheres idosas em falar sobre sexualidade, seja com profissionais de saúde ou familiares. O sentimento de vergonha ou culpa, muitas vezes exacerbado pelos estereótipos de gênero, torna difícil para elas expressarem seus desejos sexuais e suas necessidades de forma honesta e aberta. Essa dificuldade de comunicação pode acarretar um distanciamento nas relações íntimas, afinal a falta de diálogo impede que as mulheres se sintam compreendidas em suas necessidades sexuais.

Embora alguns idosos reconheçam a importância da sexualidade para a saúde e bem-estar, ainda há uma grande lacuna no entendimento sobre o que é a sexualidade, com uma visão limitada e restrita ao ato sexual em si. Além disso, a falta de informação e a resistência ao discutir o tema, muitas vezes devidos a tabus culturais e sociais, são desafios importantes. Com essa falta de compreensão a respeito da sexualidade, muitas mulheres idosas podem apresentar desinteresse ou diminuição de sua autoestima, o que influencia diretamente no seu bem-estar (Ibrahim *et al*, 2022).

Por fim, o estudo de Santos *et al* (2020) reflete um contexto social ainda marcado por tabus e preconceitos, com um atraso significativo na educação sexual. As mulheres idosas enfrentam não apenas desafios relacionados ao bem-estar físico ou mental, mas também a uma cultura que minimiza a importância da sexualidade na terceira idade. Isso resulta no silêncio sobre o tema, além de gerar marcas inapagáveis que podem acompanhá-las ao longo da vida, no entanto, para promover um envelhecimento saudável e gratificante é necessário mudar a narrativa sobre a sexualidade na velhice.

7 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Nesta pesquisa, foi possível compreender as percepções das mulheres idosas sobre sua sexualidade em meio ao envelhecimento, Apesar de ser uma questão crucial, essa experiência é bastante silenciada e estigmatizada em nossa cultura. Por um lado, muitas mulheres mais velhas entendem a sexualidade, vendo-a como algo que vai além do físico, incorporando sentimentos de intimidade, autoestima e saúde.

Por outro lado, existem obstáculos significativos, pois muitas mulheres mais velhas estão expostas a estigmas culturais que validam a sexualidade apenas como um aspecto relacionado à juventude. Apesar de terem que se opor a preconceitos que silenciam suas experiências individualizadas e necessidades, algumas narrativas também revelam a auto força e a ressignificação que encontram. Fruto disso, a sexualidade pode ser plena, mesmo na velhice. É necessário desafiar preconceitos masculinos em torno dessa experiência de vida e vitalidade.

É evidente que a vida sexual de uma mulher mais velha é diversa, ela é repleta tanto de obstáculos quanto de oportunidades, com isso, é importante notar que a disponibilidade de um diálogo aberto ainda é limitada. Portanto, uma abordagem responsiva que identifique essa mulher como o centro de sua própria história é vital. Contudo, essa conversa precisa ser ampliada, pois pode melhorar vidas. Apesar dos grandes obstáculos, as oportunidades ainda existem e podem ser realizadas, mas isso exigirá um esforço conjunto.

A principal limitação foi a escassez de materiais na produção científica brasileira. Não há muitas pesquisas sobre a sexualidade feminina nesta faixa etária, a grande maioria dos estudos realizados diminui o público-alvo para abordar a sexualidade em homens idosos, ou discute a sexualidade de forma geral, ignorando as especificidades do envelhecimento no sexo feminino.

Por fim, a expectativa é que este estudo abra portas para mais pesquisas. Na sociedade moderna, é urgente criar uma imagem mais respeitosa e inclusiva sobre a velhice, deixando claro que a sexualidade é um aspecto fundamental da vida do ser humano e, independentemente da idade, é possível e necessário se desenvolver. No entanto, é apenas ouvindo e entendendo essas mulheres que elas podem envelhecer de maneira digna, independente e completa.

REFERÊNCIAS

ANITA, S *et al.* **Saúde sexual em idosos**. PUBMED, Tidsskriftet, jun 2024. DOI: 10.4045/tidsskr.23.0809. Disponível em: <https://tidsskriftet.no/2024/06/klinisk-oversikt/seksuell-helse-hos-eldre>. Acesso em: 10 out 2024.

AYALA, JA *et al.* **Revisão da literatura sobre sexualidade em pessoas idosas: o que é educado e com quais tecnologias**. PUBMED, Medwave 2024; 24(3):e2710. DOI: <http://doi.org/10.5867/medwave.2024.03.2710>. Disponível em: <https://www.medwave.cl/revisiones/revisiontemas/2710.html>. Acesso em: 07 out 2024.

BIBLIOTECA VIRTUAL EM SAÚDE/ MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Saúde e sexualidade de adolescentes**. Brasília, DF: OPAS/OMS, 2017. Disponível em: [saude_sexualidade_adolescente_construindo_equidade_sus.pdf](#). Acesso em: 2 jan 2024

BRASIL. **Crescimento da população idosa traz desafios para a garantia de direitos**. Ministério dos Direitos Humanos e da Cidadania, Brasil, 2023. Disponível em: [Crescimento da população idosa traz desafios para a garantia de direitos — Ministério dos Direitos Humanos e da Cidadania \(www.gov.br\)](#). Acesso em: 19 jan 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Menopausa e Climatério**. Biblioteca Virtual de Saúde, Brasil, set 2020. Disponível em: [Menopausa e climatério | Biblioteca Virtual em Saúde MS \(saude.gov.br\)](#). Acesso em: 20 fev 2024.

BRASIL. **Saúde do Idoso**. Boletim Temático da Biblioteca do Ministério da Saúde, v. 2, n. 10, out 2022. Disponível em: [saude_idoso_outubro_2022-1.pdf](#). Acesso em: 3 jan 2024.

BRASIL. **Política Nacional do Idoso**. Ministério dos Direitos Humanos e da Cidadania, Governo Federal, 2018. Disponível em: [Política Nacional do Idoso — Ministério dos Direitos Humanos e da Cidadania](#). Acesso em: 06 dez 2024.

BRITO, Patrícia Santos *et al.* A importância da sexualidade na vida do idoso. **Research, Society and Development**, v. 12, n. 2, e18112240155, 2023 (CC BY 4.0)

| ISSN 2525-3409 | DOI: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v12i2.40155>. Disponível em: 40155-Article-430595-1-10-20230202.pdf. Acesso em: 01 out 2024.

CARUNCHIO, Claudia Ferrara. **O meio urbano como indutor do envelhecimento ativo: desempenho ergonômico com foco no usuário idoso**. Dissertação (Mestrado) – Universidade de São Paulo, São Paulo, 2023. Disponível em: https://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/16/16132/tde-01122023-110938/publico/ME_CLAUDIAFERRARACARUNCHIO_rev.pdf. Acesso em: 25 maio 2024.

CARVALHO, Aline Alves. LISBOA, Ivanete Alves de Matos. Assistência de enfermagem na prevenção de infecções sexualmente transmissíveis (ist's) na terceira idade. **Revista Extensão**, 8(2), 49-59, 2024. Disponível em: <https://revista.unitins.br/index.php/extensao/article/view/9666>. Acesso em: 31 maio 2024.

CHIARETTO, Marcos Felipe. **Sexualidade e envelhescência: caminhos, desafios e ressignificações**. Dissertação - Programa de Pós-Graduação em Educação Sexual - Faculdade de Ciências e Letras – Unesp/ Araraquara, São Paulo, 2021. Disponível em: unesp UNIVERSIDADE ESTADUAL PAULISTA. Acesso em: 3 jan. 2024.

COSTA, L. L. A.; OLIVEIRA, F. T. de.; VIEIRA, Álvaro C. A.. Benefícios e indicações da hormonioterapia para mulheres na menopausa: uma revisão integrativa da literatura. **Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento**, [S. l.], v. 13, n. 5, p. e4313545789, 2024. DOI: 10.33448/rsd-v13i5.45789. Disponível em: Benefícios e indicações da hormonioterapia para mulheres na menopausa: uma revisão integrativa da literatura | Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento (rsdjournal.org). Acesso em: 30 maio 2024.

CREMA, Izabella Lenza. DE TILIO, Rafael. Sexualidade no envelhecimento: relatos de idosos. **SCIELO, Fractal: Revista de Psicologia**, Niterói, v. 33, n. 3, p. 182-191, set./dez. 2021. DOI: <https://doi.org/10.22409/1984-0292/v33i3/5811>. Disponível em: SciELO - Brasil - Sexualidade no envelhecimento: relatos de idosos Sexualidade no envelhecimento: relatos de idosos. Acesso em: 15 jan 2024.

DALMER, NK. MARSHALL, BL. **O papel da informação na sexualidade na terceira idade.** PUBMED, *O Gerontologista*, v. 63, edição 2, n 210–217, 2023. DOI: <https://doi.org/10.1093/geront/gnac059>. Disponível em: <https://academic.oup.com/gerontologist/article/63/2/210/6572644?login=false>. Acesso em: 12 out 2024.

DORSA, A. C. **O papel da revisão da literatura na escrita de artigos científicos.** *Interações*, Campo Grande, v. 21, p. 681-683, 2020. DOI: <https://doi.org/10.20435/inter.v21i4.3203>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/inter/a/ctsj4sLz6CkZYQfZWBS4Lbr/?format=html&stop=previo.us>. Acesso em: 15 jun 2024.

Evangelista AR et al. Sexualidade de idosos: conhecimento/atitude de enfermeiros da Estratégia Saúde da Família. SCIELO, **Revista da Escola de Enfermagem USP**, 2019;53:e03482. Disponível em: [scielo.br/j/reeusp/a/qzXZrjQtkBG9H73RrGK9Bwc/?format=pdf&lang=en](https://www.scielo.br/j/reeusp/a/qzXZrjQtkBG9H73RrGK9Bwc/?format=pdf&lang=en). Acesso em: 30 dez 2023.

FLEURY, HJ. ABDO, CHN. **A sexualidade de mulheres mais velhas.** LILACS, *Diagn Tratamento*. 2022;27(3):91-3. Disponível em: [rdt-v27n3_91-93.pdf](#) [rdt-v27n3_91-93.pdf](#). Acesso em: 24 out 2024.

FREITAS, N O Q *et al.* Análise da qualidade de vida e satisfação sexual de mulheres no climatério e menopausa: Analysis of the quality of life and sexual satisfaction of climacteric and menopausal women. **Revista Coopex**, 15(01), 4763–4777, 2024. <https://doi.org/10.61223/coopex.v15i01.803>. Disponível em: <https://coopex.unifip.edu.br/index.php/coopex/article/view/803>. Acesso em: 31 maio 2024.

GOMES, V. V. A *et al.* Impactos da prática regular de atividades físicas, no período pós-menopausa, em mulheres do agreste Pernambucano. **Revista Contribuciones a Las Ciencias Sociales**, 17(5), e6712, 2024. DOI: <https://doi.org/10.55905/revconv.17n.5-068>. Disponível em: Impactos da prática regular de atividades físicas, no período pós-menopausa, em mulheres do agreste Pernambucano | CONTRIBUCIONES A LAS CIENCIAS SOCIALES (revistacontribuciones.com). Acesso em: 28 maio 2024.

GONÇALVES, M.E. **O método da revisão integrativa nos estudos organizacionais**. *Gestão e Sociedade*, v. 5, n. 11, p. 121-136, abril 2019. Disponível em: Documento :: SPELL – Scientific Periodicals Electronic Library. Acesso em: 04 jun 2024.

IBRAHIM, S *et al.* **A percepção da pessoa idosa sobre a sexualidade e a saúde sexual no envelhecimento**. LILACS, Arquivos de Ciências da Saúde da UNIPAR. Umuarama. v. 26, n. 3, p. 910-926, set./dez. 2022. DOI: 10.25110/arqsaude.v26i3.2022.8718. Disponível em: 61e4aa6af5e142e429f2e27c8f46675fb05c.pdf. Acesso em: 26 out 2024.

JARDIM, Viviane Cristina Fonseca da Silva; MEDEIROS, Bartolomeu Figueiroa de; BRITO, Ana Maria de. Um olhar sobre o processo do envelhecimento: a percepção de idosos sobre a velhice. **SciELO, Rev. Bras. Geriatr. Gerontol., 2006; 9(2):25-34**. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbagg/a/tzGHq3mphTxJ5jtvX5pRM6z/?lang=pt>. Acesso em: 25 maio 2024.

Lima ICC, *et al.* Sexualidade na terceira idade e educação em saúde: um relato de experiência. **Revista Saúde Pública Paraná**, 2020 Jul;3(1):137-143. Disponível em: <http://revista.escoladesaude.pr.gov.br/index.php/rspp/article/view/340/123>. Acesso em: 01 jun 2024.

LIMA, JS *et al.* **O conhecimento dos idosos acerca das infecções sexualmente transmissíveis**. *Ciências Biológicas e de Saúde Unit, Alagoas*, v. 6, n. 3, p. 31-44, maio 2021. Disponível em: Vista do O CONHECIMENTO DOS IDOSOS ACERCA DAS INFECÇÕES SEXUALMENTE TRANSMISSÍVEIS (set.edu.br). Acesso em: 2 jan 2024.

MACLEOD, Ashley. MACCABE, Marita B. **Definindo sexualidade na velhice: uma revisão sistemática**. PUBMED, *Australasian Journal on Ageing*, v. 39, n. s1, p. 6-15, jun 2020. DOI: <https://doi.org/10.1111/ajag.12741>. Disponível em: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/ajag.12741>. Acesso em: 17 out 2024.

NEVES, Carla Silva de Andrade. **Enfermagem Gerontogeriatrica**. Rio de Janeiro: Freitas Bastos Editora, 2024. Disponível em: *Enfermagem Gerontogeriatrica - Carla Silva de Andrade Neves - Google Livros*. Acesso em: 26 maio 2024.

OPAS. **Envelhecimento Saudável**. Organização Pan-Americana de Saúde – OPAS, OMS, 2020. Disponível em: Envelhecimento Saudável - OPAS/OMS | Organização Pan-Americana da Saúde. Acesso em: 28 dez 2023.

RODRIGUES, C F C *et al.* Atividade sexual, satisfação e qualidade de vida em pessoas idosas. **Revista Eletrônica de Enfermagem**, UFG, 2019. Disponível em: Vista do Atividade sexual, satisfação e qualidade de vida em pessoas idosas (ufg.br). Acesso em: 29 jul 2024.

SANTOS, SC *et al.* A percepção dos idosos sobre a sexualidade e o envelhecimento. **LILACS, Brazilian Journal of Health Review**, [S. l.], v. 3, n. 2, p. 3486–3503, 2020. DOI: <https://doi.org/10.34119/bjhrv3n2-180>. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/9071>. Acesso em: 18 out 2024.

SILVA, Alice Alide Fernandes. **Prevalência e severidade de sintomas em mulheres no climatério/menopausa: uma revisão**. 2024. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharel em Farmácia) – Universidade Federal de Campina Grande, Cuité, 2024. Disponível em: Prevalência e severidade de sintomas em mulheres no climatério/menopausa: uma revisão. (ufcg.edu.br). Acesso em: 31 maio 2024.

SILVA, T M da *et al.* Influência do climatério na qualidade de vida sexual de mulheres: revisão narrativa. **Revista Remecs - Revista Multidisciplinar de Estudos Científicos em Saúde**, [S. l.], p. 74, 2023. Disponível em: <https://revistaremeccs.com.br/index.php/remecs/article/view/1487>. Acesso em: 20 fev 2024.

SOARES, KG. MENEGHEL, SN. O silêncio da sexualidade em idosos dependentes. **MEDLINE, Ciênc. Saúde Coletiva**, 2021; 26(1): 129-136, 21. DOI: <https://doi.org/10.1590/1413-81232020261.30772020>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/zKHkCkv9LPWPVQ8JYpyRRjp/?lang=pt>. Acesso em 17 out 2024.

SOUSA, Cora da Gama. **Função sexual e autoimagem corporal: um estudo comparativo entre mulheres adultas em idade reprodutiva e idosas**. 2022. Dissertação – Curso de Pós-graduação em Gerontologia - Universidade Federal de Santa Maria (UFSM), Rio Grande do Sul, 2022. Disponível em:

DIS_PPGGERONTOLOGIA_2022_SOUZA_CORA.pdf (ufsm.br). Acesso em: 29 dez 2023.

SOUZA JÚNIOR, EV *et al.* Efeitos da sexualidade na fragilidade e qualidade de vida da pessoa idosa: estudo seccional. **Revista Brasileira de Enfermagem**, 2021, 75, SCIELO. DOI: <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2021-0049>. Disponível em: scielo.br/j/reben/a/R8Msy8vxVxffWQdCYvXjCxN/?format=pdf&lang=pt. Acesso em: 25 set 2024.

SOUZA, CL *et al.* Envelhecimento, sexualidade e cuidados de enfermagem: o olhar da mulher idosa. SCIELO. **Revista Brasileira de Enfermagem (REBEn)**. 2019;72(Suppl 2):78-85. <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2018-0015>. Disponível em: SciELO - Brasil - Aging, sexuality and nursing care: the elderly woman's look Aging, sexuality and nursing care: the elderly woman's look. Acesso em: 01 jun 2024.

SOUZA, Jr EV *et al.* A sexualidade está associada com a qualidade de vida do idoso!. **MEDLINE, Rev Bras Enferm**, 74(Suppl 2):e20201272, 2021. DOI: <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2020-1272>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reben/a/5wqJrhghMt79Ct8TmjZFM6r/?lang=pt>. Acesso em: 14 out 2024.

SOUZA, Jr EV *et al.* Efeitos da Sexualidade na Funcionalidade Familiar e na Qualidade de Vida de Pessoas Idosas: Estudo Transversal. **LILACS, Revista Cuidarte**, 2022;13(1):e2296. DOI: <http://dx.doi.org/10.15649/cuidarte.2296>. Disponível em: <https://revistas.udes.edu.co/cuidarte/article/view/2296/2428>. Acesso em: 30 out 2024.

SOUZA, Jr EV *et al.* **Função sexual e sua associação com a sexualidade e a qualidade de vida de mulheres idosas**. LILACS, Escola Anna Nery, 2023;27:e20220227. DOI: <https://doi.org/10.1590/2177-9465-EAN-2022-0227pt>. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ean/a/8JnqPYbyZkwRxzR7NKHJ9Nm/?lang=pt>. Acesso em: 15 out 2024.

VILLA NOVA, CL *et al.* Concepções e vivências da sexualidade e seus efeitos nas vidas de mulheres idosas. **LILACS, Rev Pesq Cuid Fundam**, 2024;16:e13035. DOI: [10.9789/2175-5361.rpcf.v16.13035](https://doi.org/10.9789/2175-5361.rpcf.v16.13035). Disponível em:

<https://seer.unirio.br/cuidadofundamental/article/view/13035/12463>. Acesso em: 09 out 2024.