

**A SEXUALIDADE DA MULHER IDOSA: DIFERENTES OLHARES**  
**SEXUALITY OFF ELDERLY WOMAN: DIFFERENT PERSPECTIVES**

*Dalcimara Silva Martins, Universidade Federal de Santa Maria (UFSM)*

*Marco Aurelio de Figueiredo Acosta, Universidade Federal de Santa Maria*

*(UFSM)*

**A SEXUALIDADE DA MULHER IDOSA**  
**SEXUALITY OFF ELDERLY WOMAN**

**Endereço para Correspondência:**

Dalcimara Silva Martins

Rua Aristides Lobo, nº 131, Passo da Areia, Santa Maria, RS, Brasil, CEP:

97020-080

Tel: (55) 99444539. e-mail: dalcimara@gmail.com

Marco Aurelio de Figueiredo Acosta

Rua 3, nº 540, Casa 2, Camobi, Santa Maria, RS, Brasil, CEP: 97110-765

Tel: (55) 99569492. e-mail: masrco.acosta@bol.com.br

## RESUMO

A sexualidade relacionada ao envelhecimento, em especial ao de mulheres idosas, é uma questão em destaque na atualidade, principalmente pelo fato de que o idoso, em âmbito geral, ainda é visto como ser assexuado, ou seja, não possui a necessidade de expressar e sentir sua sexualidade. **Objetivo:** O objetivo desta pesquisa é discutir a sexualidade de mulheres idosas, assim como os aspectos corporais, as representações sociais da sexualidade nas mulheres que envelhecem e a importância da sexualidade no processo de envelhecimento. **Métodos:** Para a realização deste artigo, escolheu-se o caminho da pesquisa bibliográfica, em que todo o material recolhido sobre o referido assunto foi submetido a uma triagem, seguida da leitura e interpretação dos periódicos, livros e documentos disponibilizados também na *internet*. **Conclusão:** É preciso que a sociedade compreenda que as mulheres, ao longo dos anos, venceram inúmeras barreiras e tornaram-se visíveis. Mesmo assim, tratar da sexualidade de mulheres idosas é ainda um fato que necessita de cuidado e atenção, pois muitas pessoas têm uma imagem pré-estabelecida de que a velhice é uma fase que carrega consigo inúmeros estereótipos. Por outro lado, o envelhecimento pode ser vivido também como um momento de grandes ganhos, apresentando com muita ênfase as ideias de liberdade, de ganhos, sabedoria, aceitação, tolerância e, principalmente para as mulheres, é a ocasião de cuidarem de si mesmas.

**Palavras-Chaves:** Envelhecimento, Mulheres, Idosas, Sexualidade.

## ABSTRACT

Sexuality related to aging, especially the older women is an issue highlighted in the news, especially the fact that the elderly in the general framework is still seen as asexual, or does not have the need to express their sexuality and feel . **Objective:** The objective was to discuss the sexuality of older women, as well as physical aspects, social representations of sexuality in older women and the importance of sexuality in the aging process. **Methods:** To carry out this article we have chosen the path of literature, where all the material collected on the above matter was referred to a screening, followed by reading and interpretation of journals, books and documents also available on the Internet. **Conclusion:** We need to understand the society that women over the years, won numerous barriers, and became visible. Still, dealing with the sexuality of older women is still a fact that needs care and attention, because many people have an image pre-established that aging is a stage which carries many stereotypes. Moreover, aging may also be experienced as a time of major gains, with the

emphasis very ideas of freedom, gains wisdom, acceptance, tolerance, and especially for women, is the occasion to take care of themselves.

**Key-words:** Aging, Older, Women, Sexuality.

## INTRODUÇÃO

Nos dias atuais, a produção científica na área do envelhecimento humano apresenta um acréscimo considerável. Acreditamos que isto aconteça pelo fato de que população mundial, e principalmente a brasileira, tem diminuído sua incidência de mortalidade e, conseqüentemente, aumentado seu número de habitantes. Isto é confirmado por Camarano (2006), quando a autora coloca que a população brasileira mais que dobrou nos últimos 50 anos. Ainda, afirma que a população idosa, especialmente a “muito idosa”, com mais de 80 anos, é a população que tem apresentado as maiores taxas de crescimento.

Desta forma, uma questão que vem ganhando visibilidade é a sexualidade relacionada ao envelhecimento, em especial ao de mulheres idosas. Infelizmente, é possível mencionar que o idoso, em âmbito geral, ainda é visto como ser assexuado, ou seja, não possui a necessidade de expressar e sentir sua sexualidade. A errônea ideia de definir sexualidade apenas pelo ato sexual aumenta ainda mais esses dados, então faz-se necessário que todos percebam que a sexualidade compreende diferentes formas e maneiras de ser expressa, como por exemplo pelo afeto, carinho, amor e companheirismo.

Goldenberg (2008) constatou, em uma de suas pesquisas, que algumas

mulheres após os 50 anos de idade sentem-se libertadas da vida, até então dedicada somente aos papéis obrigatórios de esposa e mãe, para vivenciarem assim os seus próprios desejos, sentindo-se livres para “serem elas mesmas” (pág. 38). Com isso, é possível observar que as mulheres idosas estão se desvelando cada dia mais para as exigências do mundo moderno, e, para que isto continue a acontecer, é preciso que elas sejam estimuladas e instigadas a buscar mais informações sobre esse tema.

A sexualidade relacionada a mulheres idosas é assunto pertinente e de alta complexidade. A desinformação sobre a relação entre sexualidade e envelhecimento é uma realidade que necessita ser extinta, por isso é importante que cada vez mais o número de estudiosos e de pesquisas nesse âmbito aumentem, justificando o assunto em questão. Além disso, a pouca demanda literária encontrada sobre o tema é mais uma justificativa para a realização deste artigo, além da necessidade de explorar cada vez mais essa discussão tão atual. Colocando em primeiro lugar a sexualidade e a mulher idosa, a busca de materiais fica ainda mais restrita. Então, esta é uma oportunidade de ampliar o acervo bibliográfico sobre o tema, além da qualificação pessoal adquirida com a realização do trabalho.

Com esse intuito, o presente trabalho tem como objetivo discutir a sexualidade de mulheres idosas, assim como os aspectos corporais, as representações sociais da sexualidade nas mulheres que envelhecem e a importância da sexualidade no processo de envelhecimento.

## **METODOLOGIA**

Para a realização do estudo que deu origem a este artigo, escolheu-se o caminho da pesquisa bibliográfica, em que todo o material recolhido sobre o referido assunto foi submetido a uma triagem, seguida de leitura e interpretação dos periódicos, livros e documentos disponibilizados também na *internet*. Logo após esta etapa, foram feitos alguns recortes apontando críticas, afirmações, sugestões e esclarecimentos, que, assim, contribuem na elaboração do estudo.

Para Thomas & Nelson (2002), a pesquisa bibliográfica tem por objetivo conhecer as diferentes contribuições científicas disponíveis sobre determinado tema. Ela dá suporte a todas as fases de qualquer tipo de pesquisa, uma vez que auxilia na definição do problema, na determinação dos objetivos, na fundamentação da justificativa da escolha do tema e na elaboração do relatório final.

## **O ENVELHECIMENTO SOBRE DIVERSOS ENFOQUES**

Segundo dados do IBGE 2000, o Brasil possui um número de 14.875.000 idosos e como esse contingente populacional vem, à medida que os anos avançam, vivendo mais, urge o surgimento de trabalhos que possam estar demonstrando à sociedade que, embora com 60 anos ou mais, os idosos estão inseridos no meio, e merecem ser respeitados. (CATUSSO, 2005).

A importância de estudar e relatar pesquisas que envolvam pessoas que estejam na terceira idade é fundamental, pois a crescente massificação da

população idosa mundial, e principalmente a brasileira, é visível. Isso se confirma por levantamentos apresentados pela Organização Mundial de Saúde (OMS), os quais confirmam que, até o ano de 2025, o Brasil será o sexto país em população de idosos.

É importante também esclarecer qual a faixa etária que as pessoas precisam apresentar para serem consideradas idosas. Na literatura, vários autores divergem sobre esta questão. Para Ferreira (2003), são considerados idosos indivíduos com mais de cinquenta anos. Já Neri (2005) coloca que idosos são pessoas que apresentam mais de 60 anos, nos países em desenvolvimento, e pessoas com mais de 65 anos, nos países desenvolvidos.

Esse fato da evolução da expectativa de vida de toda a população mundial, em particular a brasileira, segundo Knorst, Silva, Mantelli e Bós (2001), dá-se pela combinação de vários fatores, tais quais condições socioeconômicas, médicas, ambientais e educacionais, assim como a melhora de cada um destes.

Na literatura referente ao envelhecimento, discute-se a questão da velhice sob diversos enfoques. No tocante ao fenômeno fisiológico, encontra-se em Neri (2005) que todo o ser humano, com o passar dos anos, diminui algumas reservas funcionais do organismo, como, por exemplo, a aptidão física, que por ser progressiva não pode ser considerada como uma patologia. O organismo pode perder também sua autossuficiência para as tarefas cotidianas, como realizar com autonomia suas necessidades básicas.

Para Moreira (2001), o envelhecimento é visto como uma fase natural do ciclo de vida individual, passando assim pelas seguintes fases: nascimento,

desenvolvimento, puberdade, maturidade ou estabilizadora, envelhecimento e morte. O envelhecimento pode ser conceituado também como a soma de todas as alterações nos aspectos biológicos, psicológicos, sociais e espirituais que, depois de alcançar a idade adulta e ultrapassar a fase de desempenho máximo, leva a uma redução gradual das capacidades de performance, exigindo adaptações psicofisiológicas do indivíduo.

O envelhecimento biológico é caracterizado, segundo Neri (2005), pelo estudo do declínio e das perdas de potencialidades morfofuncionais do homem, que, independentemente de sua causa, é possível observar no idoso uma perda de elasticidade, um aumento na quantidade de gordura corporal, uma diminuição no consumo de oxigênio e da quantidade de água, assim como da força muscular. Além disso, o envelhecimento biológico caracteriza-se por mudanças físicas no decorrer do tempo: diminuição da energia livre disponível no organismo, diminuição gradual da capacidade de adaptação ao meio ambiente causando enfermidades, osteopenia, deficiência auditiva e visual, entre outras. Estas alterações começam a ocorrer gradualmente: “a dificuldade de encarar a própria velhice com suas limitações e angústias é talvez, a mesma dificuldade de se pensar o futuro; de se ter consciência da passagem do tempo e da existência” (BEAUVOIR, 1990, pág. 266).

Além dessa série de alterações corporais, há também inúmeras mudanças psicológicas que podem ocorrer com o envelhecimento, como a adaptação de novos papéis; baixa motivação e dificuldade de planejar o futuro; depressão, hipocondria, paranoia, suicídio e baixas na autoimagem e autoestima. Neri (2005) coloca que essas alterações possuem relação com o

senso subjetivo de idade, ou seja, dependem de como cada indivíduo percebe e avalia a presença ou ausência dos marcadores biológicos, sociais e psicológicos do envelhecimento.

Já no envelhecimento social, é importante salientar que a evolução da sociedade destaca a perda do *status* do idoso, no qual, em sua maioria, os idosos apresentam uma redução de capacidade fisiológica, de trabalho ou condições de saúde. Com isso, são postos socialmente em posição secundária, por não atenderem as exigências do sistema.

Há alguns mitos envolvendo o envelhecimento, expressos nos meios de comunicação e nas opiniões de pessoas leigas. Salienta-se, nos dias de hoje, um mito onde os idosos são considerados frágeis, mas o fato é de que, longe da fragilidade, a maioria das pessoas idosas mantém-se ativas, em boa forma física e mental, até a fase mais avançada da vida.

Diante disso, no processo de envelhecimento, como já foi citado, ocorrem muitas alterações nos diversos sistemas do corpo humano, que variam de pessoa para pessoa, podendo depender de fatores posturais, alimentares, genéticos e sedentarismo. Enfim, torna-se evidente que o hábito de vida é uma variável que pode ser controlada (FERREIRA, 2003).

Portanto, é importante que os velhos aceitem e compreendam seu envelhecer como realmente acontece, encarando como mais uma fase do ciclo vital, com alterações, adaptações e mudanças, juntamente com patologias. No entanto, poderá ser uma fase que propicia inúmeros benefícios e muito conforto, para assim encerrar mais um ciclo com características peculiares. Benefícios estes, confirmados por Cunha e Terra (2001), que apontam como



indicadores do bem-estar na velhice a longevidade; saúde; satisfação; produtividade; atividade; renda; continuidade de papéis familiares e relações informais e, principalmente, a manutenção da rede de amigos.

## **A MULHER IDOSA**

“... as mulheres deveriam lutar por uma liberdade fundamental: a de imaginar o próprio futuro e de ter orgulho da própria vida, demonstrar sua aceitação para com sua idade, seu corpo, sua pessoa e sua história.” (GOLDENBERG, 2008, pág. 47).

É notável na atualidade as mudanças envolvendo o envelhecimento. Quando tratamos do envelhecimento feminino, estas mudanças são ainda maiores, pois, como coloca Camarano (2004), há muito tempo atrás o envelhecimento era visto como a fase da vida que trazia para as mulheres, em particular a brasileira, pobreza e isolamento. Com o passar dos anos, essa realidade foi sendo modificada, e com a ressalva desta mesma autora, foi nos últimos 20 anos que ocorreram as grandes mudanças. Assim, o final da vida ativa e a viuvez não significavam necessariamente isso. Essa etapa, para a maioria das pessoas, pode até significar o início de uma nova fase no ciclo de vida. A aquisição de novos papéis e o fato de tornarem-se importantes agentes de mudança social são alguns exemplos dessa transformação.

Historicamente, o valor e a posição cultural de ambos os sexos estavam claramente estabelecidos: elas pariam, amamentavam, criavam; eles caçavam e defendiam. Mas, logo depois, considerando a vida agrícola, as mulheres podiam cuidar da terra tanto quanto os homens, ou até melhor, sendo assim o pensamento masculino tornava-se cada vez mais forte de que as mulheres

estavam demasiadamente poderosas. Com a evolução e o progresso surgido a partir dos séculos XVIII e XIX, a tendência era pensar que: "... a sociedade hoje é em tudo melhor que a de ontem, mas pior que a de amanhã..." e assim, no caso da mulher, a igualdade foi sendo conquistada pouco a pouco até chegar ao máximo de hoje (MELO, 2008, pág. 12).

É visível que o mundo está em constante mudança e, com ele, os idosos. Blessmann (2004, pág. 14) corrobora dizendo que:

"Hoje, já não se justifica que a velhice implique em afastamento da vida social. Os idosos estão na sociedade, participando mais do que nunca, apenas de outra forma, não mais através do trabalho produtivo e remunerado."

Essa mesma autora coloca as mulheres como as principais responsáveis pelas mudanças na imagem da velhice, porque agora, com mais tempo livre, elas começam a desfrutar de novas experiências, das quais anteriormente eram privadas. Então, para as mulheres, esta é a fase ideal e mais propícia às realizações adiadas.

Com isso, a relação da mulher com sua imagem corporal desejável é uma luta constante durante toda sua trajetória de vida, principalmente pelas modificações de significados, atribuições e discriminações que o corpo vem sofrendo. É na velhice, segundo Blessmann (2004), que as maiores mudanças de imagem corporal estão concentradas, tornando este o momento mais dramático para a aceitação de uma imagem envelhecida diante de uma sociedade que tem como referência a beleza da juventude. Goldenberg (2008) mostra, em uma de suas pesquisas, que para as mulheres uma das maiores dificuldades de aceitar o seu processo de envelhecer é não serem mais

consideradas “gostasas”, não ouvirem mais elogios nas ruas, tornarem-se invisíveis para os homens, estarem fora do mercado da sedução. E encontramos também que, para as brasileiras, a preocupação com a aparência e a juventude era uma verdadeira obsessão, provocando a constante insatisfação com o próprio corpo.

Assim, é lamentável pensar que ainda hoje a maioria das definições e classificações relacionadas à velhice, em especial a feminina, é vista como sinônimo de fragilidade, decadência biológica e assexualidade. Além disso, a sociedade espera que a mulher idosa seja incapaz, indefesa e às vezes inferior aos demais. Mas, ao contrário disto, é fundamental esclarecer que as mulheres estão constantemente modificando seus valores e redescobrimo que ser velha é, antes de tudo, ser mulher, e que possuem um universo de experiências para vivenciar, as quais não se delimitam apenas ao biológico ou ao estético.

Portanto, a população mundial, e principalmente brasileira de mulheres idosas, está cada dia maior, sendo que estas estão vivendo com melhores condições, buscando conquistar maiores espaços na sociedade, adquirindo muitos direitos que lhes propiciem uma velhice saudável e segura, recompensada por todo o esforço dedicado na construção de uma vida mais justa e feliz.

## **SEXUALIDADE E GÊNERO**

“O dispositivo da sexualidade instaura uma relação entre poder/prazer/saber em que o corpo torna-se objeto de conhecimento (seus segredos biológicos e psíquicos têm que ser revelados). Ele se expande para

todo o corpo social, uma vez que todos somos sujeitos de uma sexualidade” (RIBEIRO, 2006, pág. 110).

Ao nos referirmos à sexualidade, é importante pontuar os aspectos relevantes que envolvem este tema, pois é sabido que estamos tratando de um assunto abrangente e que engloba inúmeros fatores. Assim, dificilmente encontraremos uma única e absoluta definição.

Para Seffner (2006), a sexualidade corresponde ao modo como os indivíduos estabelecem e valorizam as questões relacionadas à satisfação do desejo e do prazer sexual, assim como suas preferências e predisposições na descoberta de sua identidade e atividade sexual. A identidade de gênero, por sua vez, faz referência à forma de identificar os indivíduos com atributos que culturalmente definem o masculino e o feminino, definição esta que se revela nas expressões do modo de ser, de gestos, de atitudes, de hábitos corporais, de posturas para andar, sentar, de tonalidade de voz, entre outros.

De acordo com esse mesmo autor, as escolhas acima citadas serão classificadas como “representações vinculadas ao mundo masculino ou ao mundo feminino” (pág. 89), permitindo assim que o indivíduo se perceba integrante de um destes universos e que possa dizer que é feminino ou é masculino, e isto pode coincidir ou não com sua identidade sexual.

Neste contexto, Louro (1997) salienta a importância de considerar que tanto na dinâmica do gênero como na da sexualidade, as identidades são sempre construídas, e elas não se acabam em momentos pré-determinados. Ou seja, não é possível fixar um momento, seja ele o nascimento, a adolescência ou a maturidade, para que esta identidade, tanto sexual como de

gênero, seja estabelecida. Com isto, a autora diz que: “as identidades estão sempre se constituindo, elas são instáveis e, portanto, passíveis de transformação.” (pág. 27)

Por outro lado, o conceito de sexualidade pode ser utilizado para se referir às diferentes formas de expressar os prazeres e desejos sexuais, que podem ser demonstrados em palavras, imagens, contatos pessoais, proporcionando sensações de prazer. Com relação a este fato, Louro (1997) coloca que a sexualidade pode ser exercida de diferentes formas, e com ela os indivíduos podem viver seus prazeres e desejos corporais de muitas maneiras.

É desta forma que as identidades sexuais se constituiriam, por meio de como os indivíduos vivenciam sua sexualidade, com parceiros/as do mesmo sexo, do sexo oposto, de ambos os sexos ou ainda sem parceiros/as. A autora coloca ainda que as identidades (sexuais e de gênero), apesar de estarem fundamentalmente inter-relacionadas, não são a mesma coisa. Então, diz que os “sujeitos masculinos ou femininos podem ser heterossexuais, homossexuais, bissexuais (e, ao mesmo tempo, eles também podem ser negros, brancos, ou índios, ricos ou pobres)” (pág. 27).

Contudo, é possível dizer que sexualidade, antes vista como algo ilegal e reprimida nas atitudes das pessoas, atualmente vem ganhando espaço de discussão e pesquisas, para que assim todos vivenciem sua sexualidade da melhor maneira e sintam-se seguros e protegidos. Com isto, Ribeiro (2006) aponta que neste século XXI a sexualidade continua a ser debatida, explicada e regulada, demonstrando assim que parece existir entre todos a vontade de saber sobre os corpos, os prazeres, as sensações, entre outras.

## A SEXUALIDADE DA MULHER IDOSA

“Esse olhar é fruto de uma cultura que percebe a velhice como um momento de androginia e/ou assexualidade, tanto para velhas como para velhos, uma vez que um dos estereótipos mais frequentes principalmente na velhice feminina é que a mulher, ao entrar na velhice deixa de ser uma mulher para ser velha (termo neutro). Se você está envelhecendo, é o fim da linha de sua sexualidade. É pouco comum em nossa cultura imaginar que “por baixo de uma combinação, um sapato anabela com furinho no dedo, meias grossas e xale, suspensórios, lenços e cuecas samba-canção existem corpos calientes, cheios de desejos e de vida” (PIRES, 2005, pág. 3).

A sexualidade relacionada ao envelhecimento é um tema que está em ascensão, e este acontecimento ajuda na desmitificação de diversos tabus que dominam o assunto. Quando relacionada à mulher, esta realidade é ainda mais cruel, uma vez que a sexualidade era vista como algo ilegal e estritamente ligada ao sexo masculino.

As repressões e a discriminação com relação à mulher idosa e sua sexualidade é, ao longo do tempo, ainda mais perceptível. O estereótipo principal é que a mulher idosa deixa de ser uma pessoa com desejos, capaz de usufruir de seu corpo prazerosamente, ou ainda como alguém que não necessita expressar sua sexualidade e muito menos receber qualquer tipo de contato que resulte em prazer ou felicidade.

Com isso, Reis (2006) coloca que o termo sexualidade é um problema muito discutido e pouco resolvido, que está presente em todas as idades e se agrava no entardecer da vida, ou seja, na velhice. Nesta geração, muitas influências são sofridas, muitas orientações ou a falta delas são recebidas a respeito de sexualidade, sendo, na maioria das vezes, distorcidas,

estereotipadas, cheias de tabus e de preconceitos impostos pela cultura. Uma rigidez educacional, a falta de informações e preconceitos religiosos são sofridos por todos os povos e raças, com raras exceções, e assim o envelhecimento e a sexualidade tornam-se conceitos geralmente omitidos do mundo moderno.

Ainda nesse pensamento de preconceito e negação com a sexualidade dos idosos, Pires (2005) ressalta que somente aos jovens é permitido desfrutar dos prazeres da sexualidade, enquanto que para os idosos e idosas resta a ideia de que não podem ou não devem usufruir da vida sexual, pois todas as manifestações de afeto com o sexo oposto são vistas como algo sujo e proibido. Esta visão é ainda pior quando se trata da mulher idosa, que se associa ao ridículo e “sem-vergonhice”.

Uma justificativa para esses acontecimentos pode ser o fato de que é mais fácil aceitar aquela imagem da “avózinha tricoteira”, a qual vive para cuidar dos netos, enquanto o avô joga carta com os amigos, na perspectiva de que estas atividades sejam o máximo a ser desempenhado em seus cotidianos, já que eles não possuem mais vida sexual própria. Os jovens e adulto-jovens são tão negativos em relação ao sexo após a idade avançada que é possível dizer que: “... acreditamos que o que seria sensualidade para uma jovem, pode ser libertinagem para uma velha” (PIRES, 2005, pág. 04).

É necessário lembrar que, com a chegada da velhice, muitas alterações fisiológicas ocorrem. Para a mulher idosa, a principal alteração é o início da menopausa, que ocorre normalmente entre os 48 e 51 anos, e vem acompanhada de muitas mudanças físicas e psicológicas. Para Salgado

(2000), juntamente com a menopausa, certos mitos também surgem e devem ser combatidos, sendo um dos principais o de que a idosa já cumpriu sua obrigação como mulher. Assim, ela se afasta de seu companheiro, deixando, conseqüentemente, sua sexualidade de lado.

Entretanto, sabemos que a sexualidade não tem uma data exata para ser iniciada (puberdade) e outra data para o seu final (andropausa/menopausa), pois ela está presente em todas as fases da vida, ou seja, não tem início ou fim. Desse modo, é possível colocar que o tempo não dessexualiza as pessoas, porque a sexualidade está em constante processo de transformação, assim como todas as pessoas.

Contudo, a sexualidade pode ser vivenciada por todos, independentemente da idade. Para os idosos, isto também é válido, porque mesmo diante de suas limitações fisiológicas eles podem exercer plenamente sua sexualidade e com ela se satisfazer. As mulheres idosas que gozam de uma vida sexual ativa devem ser encorajadas e apoiadas, recebendo as informações necessárias para que nenhum problema venha a ocorrer.

## **CONCLUSÃO**

Investigar sobre a sexualidade de mulheres idosas foi um processo delicado e instigante, pois as dificuldades se apresentaram ao longo da busca científica, sendo que uma delas foi a própria definição de termos. Isto pode se explicar pelo fato de não termos o hábito de pensar e falar sobre a sexualidade na velhice e, muitas vezes, esta relação é apontada como inexistente,



principalmente pelo fato de que a sexualidade, no passado, era vista somente como meio de reprodução. Entretanto, para Seffner (2006, pág. 90): “A sexualidade pode ser vista como uma atividade lúdica, inventada e reinventada todos os dias, com diferentes nomes e possibilidades”.

Assim, é preciso que a sociedade compreenda que as mulheres ao longo dos anos venceram inúmeras barreiras, e uma delas foi trabalhar fora do âmbito doméstico, ocupando também escritórios, lojas, escolas. Com isso, é possível afirmar, com base em Louro (1997), que a mulher tornou-se “visível”. Mesmo com esta visibilidade, tratar da sexualidade de mulheres idosas é ainda um fato que necessita de cuidado e atenção, pois muitas pessoas têm uma imagem pré-estabelecida de que a velhice é uma fase que carrega consigo inúmeros estereótipos, tanto de senso comum, quanto os de caráter científico.

Para Pires (2005), um dos principais estereótipos é o de que a mulher idosa é vista pelos mais jovens como uma pessoa assexuada, ou seja, privada de sensualidade e com poucas oportunidades de se realizar e ser feliz. Infelizmente, como coloca essa mesma autora, a velhice, em especial a feminina, ainda é vista nos dias atuais como sinônimo de decadência biológica, fragilidade e assexualidade.

Por outro lado, o envelhecimento pode ser vivido também como um momento de grandes ganhos, apresentando com muita ênfase as ideias de liberdade, sabedoria, aceitação, tolerância e, principalmente para as mulheres, é a ocasião de cuidarem de si mesmas. Estas situações podem se justificar com o final do casamento, onde ao invés de se dedicar para cuidar do marido e

das tarefas domésticas, as mulheres passam a cuidar de si mesmas (GOLDEMBERG, 2008).

Portanto, com a realização deste estudo, foi possível analisar e discutir a sexualidade de mulheres idosas sobre diversos enfoques, detalhando e exemplificando todos os pontos considerados de maior relevância, respondendo assim aos questionamentos que conduziram à construção do presente artigo.

## REFERENCIAL BIBLIOGRÁFICO

1 - CATUSSO, M, C. Rompendo o Silêncio: desvelando a sexualidade em idosos. 2005. Disponível em: <http://revistaseletronicas.pucrs.br/ojs/index.php/fass/article/viewFile/996/776>.

Acesso em: 18 de agosto de 2010.

2 - OMS – Organização Mundial de Saúde. Boletim Epidemiológico AIDS. <[www.aids.gov.br/final/biblioteca/bol-dezembro-2002/tabela3.asp](http://www.aids.gov.br/final/biblioteca/bol-dezembro-2002/tabela3.asp)>. Acesso em: 18 de agosto de 2010.

3 - FERREIRA, Vanja. Atividade Física na Terceira Idade: o segredo da longevidade. Rio de Janeiro: Sprint, 2003.

4 - NERI, Anita Liberalesso. Palavras-chave em Gerontologia. 2ª Edição.

Campinas, São Paulo: Editora Alínea, 2005.

5 - KNORST, Mara R; SILVA, Magali Pilz Monteiro; MANTELLI, Constança; BÓS, Ângelo José Gonçalves. Qualidade de Vida do Idoso. In: Programa Geron. Porto Alegre: EDIPUCRS, 2001.

6 - MOREIRA, Carlos Alberto. Atividade Física na Maturidade: avaliação e prescrição de exercícios. Rio de Janeiro: Shape, 2001.

7 - BEAUVOIR, Simone de. A velhice. 3º ed. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1990.

8 - CUNHA, Rosângela Symanski; TERRA, Newton Luiz. Geriatria preventiva e Qualidade de Vida. Programa Geron. Porto Alegre: EDIPUCRS, 2001.

9 - GOLDENBERG, Mirian. Coroas: corpo, envelhecimento, casamento e infidelidade. Rio de Janeiro: Record, 2008.

10 - CAMARANO, Ana Amélia. Envelhecimento da população brasileira: uma contribuição demográfica. In: FREITAS, E. V. [et. al.]. Tratado de Geriatria e Gerontologia. 2ª Edição. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2006.

11 - \_\_\_\_\_. Mulher idosa: suporte familiar ou agente de mudança. 2004. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?>

[script=sci\\_arttext&pid=S0103-40142003000300004](#). Acesso em: 23 de agosto de 2010.

12 - MELO, Joana Angélica d'Ávila. A Vida Invisível. Histórias de Mulheres. Rio de Janeiro: Agir, 2008.

13 - BLESSMANN, Eliane Jost. Corporeidade e Envelhecimento: O Significado do Corpo na Velhice. Revista Envelhecer. Porto Alegre, v.6, p. 21-39, 2004.

Disponível em:

<http://www.seer.ufrgs.br/index.php/RevEnvelhecer/article/view/4737/2661>.

Acesso em: 23 de agosto de 2010.

14 - RIBEIRO, Paula Regina Costa. A Sexualidade como um Dispositivo Histórico de Poder. In: Corpo, Gênero e Sexualidade: problematizando práticas educativas e culturais. Rio Grande: Ed. Da FURG, 2006.

15 - SEFFNER, Fernando. Cruzamento entre Gênero e Sexualidade na Ótica da Construção da(s) Identidade(s) e da(s) Diferença(s). In: Corpo, Gênero e Sexualidade: problematizando práticas educativas e culturais. Rio Grande: Ed. Da FURG, 2006.

16 - LOURO, Guacira Lopes. Gênero, Sexo e Sexualidade. In: Gênero, sexualidade e educação. Petrópolis, RJ: Vozes, 1997.

17 - \_\_\_\_\_. Mulher Invisível. In: Gênero, sexualidade e educação. Petrópolis, RJ: Vozes, 1997.

18 - PIRES, Rosa Cristina Cavalcanti de Albuquerque. Sexualidade Feminina, Envelhecimento e Educação: algumas aproximações necessárias. 2006. Disponível em: <http://www.periodicos.udesc.br/index.php/linhas/article/view/1326>. Acesso em: 28 de agosto de 2010.

19 - REIS, Celso. A sexualidade na Terceira idade: um tema da atualidade; Atividade sexual e envelhecimento humano; Aspectos Relevantes da sexualidade na Terceira Idade; Aspectos da sexualidade; Estereótipos; Fatores Determinantes. Disponível em: <http://www.virtual.epm.br/uati/sexualidade/3.htm>. Acesso em: 18 de agosto de 2010.

20 - SALGADO, Elisabeth. Sexualidade na Terceira Idade. Disponível em: [http://www.elisabethsalgadoencontrando voce.com/sexualidade\\_na\\_terceira\\_idade.htm](http://www.elisabethsalgadoencontrando voce.com/sexualidade_na_terceira_idade.htm). Acesso em: 28 de agosto de 2010.

21 - THOMAS, Jerry R.; NELSON, Jack K. Métodos de pesquisa em atividade física. 3ª Edição. Porto Alegre: Artmed, 2002.