

## Estudo sobre condicionantes e facilitadores da saúde sexual da população idosa

### Study on sexual health conditions and facilitators in the elderly population

Stella Roberta Alcantara de Souza, Maria Clara Santos Themístocles, Juliana Rocha Tavares, Júlia Freitas Bina de Souza, Guilherme Soares Campos, Júlio César Santos da Silva e Marcela dos Santos Ferreira

#### RESUMO

**Objetivo:** o estudo tem como objetivo caracterizar a sexualidade da pessoa idosa, identificando fatores condicionantes e facilitadores da saúde sexual. **Método:** Trata-se de uma pesquisa descritiva de abordagem quantitativa que alcançou 48 pessoas idosas acima dos 60 anos, que responderam formulário on line com questões sobre dimensões sociais, de saúde e de sexualidade. **Resultado:** Em relação à vida sexualmente ativa, 68,8% responderam que sim, ao passo que 31,3% disseram que não tinham. Em relação ao uso de preservativos, 41,5% relataram utilizar, 12,2% relataram que utilizavam às vezes e 46,3% relataram não utilizar. Em relação ao que se masturbavam 65,3% responderam que sim, 39,6% relataram que não se masturbavam e 4,2% optaram por não responder a esta pergunta. No que tange ao prazer durante a relação sexual, 34,75% responderam que sentem; 35,42% às vezes sentem prazer; 12,5% não sentem prazer durante o ato sexual; e 8,33% optaram por não responder a essa pergunta ao fazer a associação entre estado civil casado e ausência de prazer do ato sexual, essa com significância estatística ( $p=0,031$ ). Quando questionados se já haviam utilizado aplicativos de relacionamento, 18,8% relataram ter utilizado ao menos uma vez e 81,3% relataram nunca ter utilizado. **Considerações finais:** A pesquisa evidenciou que uma parcela significativa dos idosos tem uma vida sexual ativa, diferente da crença popular de que idosos perdem esta atividade. Outro achado é a não utilização de preservativos por meio dos pesquisados, mostrando assim um comportamento de risco de desenvolver possíveis infecções sexualmente transmissíveis. Essas atitudes revelam a necessidade de profissionais de saúde (médicos, enfermeiros e técnicos de enfermagem) sensibilizarem as pessoas idosas sobre os possíveis malefícios no não uso de preservativos. É imprescindível entender que aspectos como sexualidade e autoestima estão interseccionados e por isso não podem ser vistos de forma isolada pela equipe de saúde.

**Palavras-chave:** Idoso; sexualidade; saúde do idoso.

#### ABSTRACT

**Objective:** the study aims to characterize the sexuality of the elderly person in the intrapersonal and interpersonal scope. **Method:** This is a descriptive survey of a quantitative approach that reached 48 elderly people over 60 years old, who responded in line with questions about social, health and sexuality dimensions. **Result:** Regarding sexually active life, 68.8% answered yes, while 31.3% said no. Regarding the use of condoms, 41.5% use it, 12.2% use it sometimes, 46.3% do not use it. When asked what they masturbated to, 65.3% answered yes, 39.6% who did not masturbate, 4.2% chose not to answer this question. With regard to pleasure during sexual intercourse, 34.75% answered that they should send it; 35.42% sometimes pleasure; 12.5% did not enjoy the sexual act; and 8.33% chose not to answer this question when making an association between married marital status and lack of sexual pleasure, the latter with statistical significance ( $p=0.031$ ). When asked if they had already used dating apps, 18.8% reported having used them at least once and 81.3% reported never having used them. **Final considerations:** a survey evidenced by an active sexual life, different from this popular survey of an elderly life. Another finding is not a finding of condom use by those surveyed, as well as

#### Como citar este artigo:

ALCANTARA DE SOUZA, S. R., et al. Estudo sobre condicionantes e facilitadores da saúde sexual da população idosa. Estudo piloto Revista Saúde (Sta. Maria). 2022; 48 (1)

#### Autor correspondente:

Nome: Stella Roberta Alcantara de Souza  
Código ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4993-8983>  
E-mail: e-mail: stellaroberta123@gmail.com  
Telefone: 977044661  
Formação Profissional: Estudante Técnico de Enfermagem  
Filiação Institucional: Centro Federal de Educação Tecnológica Celso Suckow da Fonseca/CEFET-RJ  
Link para o currículo Lattes: <http://lattes.cnpq.br/8276731572180230>

Endereço para correspondência:  
Estrada de Adrianópolis, 1317  
- Vila Nossa Sra. da Conceição,  
Nova Iguaçu - RJ, 26041-271

#### Data de Submissão:

17/09/2022

#### Data de aceite:

12/10/2022

**Conflito de Interesse:** Não há conflito de interesse



a risk behavior of developing possibilities of sexually transmitted use. These attitudes demonstrate the need for health professionals (doctors, nurses and nursing technicians) to sensitize elderly people about the possible harm of not using condoms. It is essential to understand that aspects such as sexuality and self-esteem are intersected and therefore cannot be seen in isolation by the health team.

Keywords: Aged; Sexuality; Health of the Elderly

## INTRODUÇÃO

Com o passar dos anos e com o avanço da idade, diversas mudanças surgem em decorrência do processo de envelhecimento. Processo esse, que de forma geral, não é uniforme, é individualizado e altera-se conforme diversos aspectos, como o estilo de vida, alimentação, saúde, entre outros.

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), idoso é todo indivíduo com 60 anos ou mais<sup>1</sup>. Porém para efeito de formulação de políticas públicas, esse limite mínimo pode variar segundo as condições de cada país. A própria OMS reconhece que, qualquer que seja o limite mínimo adotado, é importante considerar que a idade cronológica não é um marcador preciso para as alterações que acompanham o envelhecimento.

A partir de dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), a população brasileira manteve a tendência de envelhecimento de 2012 a 2017, considerando a população acima de 60 anos, e ganhou 4,8 milhões de idosos, superando a marca de 30,2 milhões. Outro dado importante, que evidencia como se encontra o processo de envelhecimento no Brasil, é o indicador de expectativa de vida. Em 2019, uma pessoa nascida no Brasil tinha expectativa de viver, em média, 73,1 anos (homens) e 80,1 anos (mulheres). Em 1940, uma pessoa que completava 50 anos, por exemplo, tinha expectativa de viver aproximadamente mais 19,1 anos. Já em 2019, a esperança de vida para uma pessoa nessa faixa etária seria de mais 30,8 anos, ou seja, vive-se em média 12 anos mais<sup>2</sup>.

Este aumento da longevidade é caracterizado por alterações orgânicas, causando diversos efeitos em nosso organismo. Dentre os quais se podem citar alguns comuns como a redução da densidade óssea, dificuldade na absorção de vitaminas, perda da elasticidade tecidual, alterações no sistema nervoso e alterações hormonais.

E de forma específica, algumas mudanças orgânicas impactam diretamente na atividade sexual e na sexualidade dos seres humanos em processo de envelhecimento. Alterações como a queda progressiva da secreção de hormônios sexuais, disfunção erétil, alterações espermáticas, diminuição da libido, menopausa, entre outras, podem alterar a sexualidade da pessoa, mas não necessariamente a torna um ser assexuado.

Tem-se considerado a pessoa idosa como assexuada, desprovida de desejos e de vida sexual, como se os anos lhe trouxessem uma inapetência neste aspecto vital do desenvolvimento humano<sup>3</sup>. Essa ideia provoca um entendimento errôneo de que o indivíduo idoso não pode mais manifestar seus interesses e vontades como quando eram mais novos.

Esta forma de considerar o processo de envelhecimento é extremamente prejudicial para esta população, haja vista que a sexualidade é um componente fundamental para a qualidade de vida, e essencial para manter as

---

relações interpessoais de forma saudável. O processo de envelhecimento não condiz a uma fase assexuada, mas tão somente a outra etapa no processo de sexualidade humana, a qual deve ser merecidamente vivenciada e apreciada<sup>4</sup>. É imprescindível notar que sexualidade envolve beijos, abraços, carinho, conversas íntimas, realização sexual, e deve ser distinguida do sexo, que retrata apenas uma das formas de expressão do amor humano<sup>5</sup>.

Ao pensar no contexto de vivência da pandemia da Covid-19, com a população idosa sendo um grupo de risco, a internet e suas possibilidades ajudam na comunicação e no entretenimento durante esse período de distanciamento e restrição social. Esta realidade digital faz com que se torne mais popular o uso de sites de relacionamento voltados para o público idoso. De acordo com uma pesquisa emitida pelo site TELAVITA, a busca por relacionamentos por pessoas acima dos 60 anos traz diversos pontos positivos para os mesmos, como: resgate da vaidade, cuidados com a saúde, melhora na disposição, vida social mais movimentada entre outros<sup>6</sup>.

Outro avanço tecnológico, mas no campo farmacológico, vem avançando e disponibilizando medicações que ajudam na vida sexual da pessoa idosa, como os fármacos que ajudam a manter uma boa ereção para aumento da libido. Este novo padrão de vivência da sexualidade, impulsionada pela liberdade de escolhas alcançadas pelo indivíduo idoso, associadas com os avanços tecnológicos e uma longevidade mais saudável, faz com que a prática do sexo continuasse quanti-qualitativamente nesta fase da vida. O que pode explicar alguns problemas relacionados à atividade sexual, como o aumento na incidência de infecções sexualmente transmissíveis (IST). A prevalência de IST na população de idosos foi de 25,32%, com percentual mais elevado entre os homens do que entre as mulheres<sup>7</sup>.

O fato de a sexualidade da pessoa idosa ainda ser um grande tabu e por vezes censurada, as infecções sexualmente transmissíveis e a falta de segurança no sexo, se tornam cada vez mais frequentes em pessoas idosas, especialmente entre os homens<sup>8</sup>. O indivíduo idoso deve se sentir confortável para expressar suas emoções e necessidades, sem ficar temeroso ou envergonhado ao discutir problemas a respeito da sexualidade<sup>9</sup>. Assim como os profissionais de saúde devem ser abertos e isentos de preconceitos e estereótipos para com o cliente idoso.

Haja vista as diversas questões que surgem no campo da sexualidade durante o processo de envelhecimento, se faz necessário estudar esta população e questionar como estão vivenciando a sexualidade nesta fase da vida. Para então, compreender como a área da saúde pode atuar de forma a potencializar a qualidade de vida de tais pessoas. O diferencial desta pesquisa se encontra na abrangência do que é pesquisado, não se limitando a um determinante da sexualidade, mas sim contemplando diversas questões, que transitam pelo campo orgânico, social, tecnológico e psicológico.

Deste modo, o objetivo deste estudo é caracterizar a sexualidade da pessoa idosa, no âmbito intrapessoal e interpessoal. E identificar fatores condicionantes e facilitadores da saúde sexual da população idosa.

## MÉTODOS

Trata-se de um estudo descritivo de abordagem quantitativa que visa estudar a sexualidade de pessoas idosas acima dos 60 anos. Tal faixa etária foi a escolhida haja vista a classificação de pessoa idosa da OMS<sup>1</sup>, sendo então o único critério de inclusão para participar da pesquisa. A pesquisa ocorreu durante o mês de setembro de 2021, utilizando um formulário online (google forms®) como forma de coletar informações das pessoas idosas. A escolha por instrumento de coleta de dados on line se deu, entre outros motivos, para diminuir possíveis constrangimentos de uma pesquisa presencial, haja vista que a temática sexualidade ainda é um tabu. A população estudada foi de pessoas com mais de 60 anos integrantes de mídias sociais, de abrangência nacional, tais como Facebook®, WhatsApp®, Twitter® e Instagram®. O uso de redes sociais como veículo da pesquisa se justifica pelo período da pesquisa corresponder parte do período de distanciamento social decorrente da pandemia de covid-19.

A escolha destas redes sociais para a coleta de dados se deu também por elas integrarem o projeto de extensão Educação Sexual vinculado ao Centro Federal de Educação Tecnológica Celso Suckow da Fonseca (CEFET-RJ Uned Nova Iguaçu) e que deu origem a esta pesquisa. Tal projeto de extensão – Edusex – tem como proposta levar informação a população em geral e pesquisar sobre a temática sexualidade em diversas linhas de estudo.

Os participantes do estudo foram convidados a participar voluntariamente da pesquisa por intermédio de uma postagem na mídia social Edusexual2021, hospedada no Instagram® e por meio de outras formas de divulgação através do Facebook®, WhatsApp®, Twitter® sendo feitas pelas redes sociais pessoais de alguns integrantes da pesquisa. Por meio da postagem da pesquisa em tais redes, os indivíduos tiveram acesso ao instrumento de coleta de dados. Por conta da necessidade da manutenção do distanciamento social, a aproximação e a coleta de dados foram realizadas virtualmente, mas respeitando todos os preceitos éticos da pesquisa com seres humanos. A aprovação em Comitê de Ética em Pesquisa tem como Parecer: 1.615.195 CAAE: 53984716.0.0000.5254.

A amostragem foi não probabilística e por conveniência e cabe destacar que, pelo convite à pesquisa ter sido coletivo, não se tem dados sobre recusa na participação, e o tamanho da amostra foi alcançado automaticamente com o encerramento do tempo de um mês estipulado pelos pesquisadores para a coleta de dados. A coleta de dados foi realizada por meio da ferramenta Formulários do Google através da digitação online dos dados, com questões objetivas e abertas, que constituíam as variáveis do estudo.

O formulário foi composto por 18 questões, contemplando a dimensão social (idade, gênero, sexualidade, estado civil), dimensão vida sexual (vida sexualmente ativa, uso de preservativos na relação, e o tipo usado, medicamentos para impotência, prazer na relação sexual e masturbação), sobre o uso contínuo de medicamentos (para Diabetes Mellitus, Hipertensão, Analgésicos, Ansiolíticos) sobre atividades físicas, a relação corpo e autoestima, expectativas para o relacionamento, uso de redes sociais/sites de encontros e experiência de utilização, e consequência da pandemia na

vida sexual. A determinação das variáveis a serem pesquisadas foi baseada na leitura de pesquisas empíricas e teóricas que abordam condicionantes e determinantes da vida sexual da população idosa.

O instrumento de coleta de dados foi desenvolvido pela equipe de estudantes e docentes do projeto de extensão Educação Sexual, testado e avaliado por indivíduos fora do projeto. O questionário, disponível por um mês nas mídias sociais, era acessado por meio de um link, assim como as informações de padrões éticos da pesquisa, e as respostas eram agrupadas automaticamente num banco de dados e posteriormente organizadas em arquivo Excel para categorização e tabulação. A análise estatística, que ocorreu após o tempo estabelecido para a coleta de dados, compreendeu a análise descritiva, mediante a distribuição das frequências relativas e absolutas das variáveis.

## RESULTADOS

Participaram da pesquisa 48 pessoas idosas, considerando indivíduos com idades maiores ou igual a sessenta anos de idade (OMS, 2005). Destas, 56,3% (n=27) têm entre 60 e 70 anos de idade; 35,4% (n=17) têm entre 70 e 75 anos e 8,3% (n=4) tem mais de 75 anos. Quando questionado sobre o gênero, 66,7% (n=32) relatam ser do gênero feminino e 33,3% (n=16) relatam ser do gênero masculino. Em relação à orientação sexual, 87,5% (n=42) relatam serem heterossexuais, enquanto 12,5% (n=6) relatam serem homossexuais ou bissexuais. De acordo com os dados identificou-se que 41,7% (n=20) dos entrevistados são casados; 20,8% (n=10) solteiros; 35,4% (n=17) viúvos e 2,1% (n=1) divorciados.

Em relação à vida sexual, 68,8% (n=33) responderam que tinham a vida sexualmente ativa; ao passo que 31,3% (n= 15) declararam ausência desta atividade. Em relação ao uso de preservativos 41,5% (n=17) relatam utilizar, enquanto 12,2% (n=5) utilizam às vezes e 46,3% (n=19) não utilizam, como destacado na tabela 1.

**Tabela 1. Caracterização da vida sexual e uso de preservativos, Brasil, 2022.**

<b>Vida Sexualmente Ativa:</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
<b>Sim</b>	33	68,80%
<b>Não</b>	15	31,30%
<b>Uso de preservativos:</b>		
<b>Utilizam</b>	17	41,50%
<b>Não utilizam</b>	19	46,30%
<b>Utilizam às vezes</b>	5	12,20%
<b>Total:</b>	48	100%

Fonte: Autores

Sobre o uso de medicações de uso contínuo apenas 8,3% (n=4) admitiram fazer uso de nenhum medicamento, enquanto 58,3% (n=28) utilizam medicamentos para hipertensão arterial (pressão alta), 54,2% (n=26) utilizam medicamentos para diabetes, 12,5% (n=6) utilizam antidepressivo/ansiolítico, 25% (n=12) utilizam analgésicos/anti-inflamatórios e 4,2% (n=2) utilizam remédio para controle de colesterol. Em relação a medicamentos para a impotência, 50(24%) dos entrevistados já fizeram uso.

No que tange ao prazer durante a relação sexual, 34,75% (n=21) responderam que sentem, 35,42% (n=17) às vezes sentem prazer, 12,5% (n=6) não sentem e 8,33% (n=4) optaram por não responder a essa pergunta. Os dados da pesquisa mostram que em relação a se se masturbavam, 65,3% (n=27) responderam que sim; 39,6% (n=19) relatam não se masturbar e 4,2% (n=2) optaram por não responder essa pergunta, como descrito na tabela 2.

**Tabela 2.** Caracterização do estado civil e prazer durante a relação sexual, Brasil, 2022.

<b>Estado Civil</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
<b>Solteiro (a)</b>	10	20,80%
<b>Casado (a)</b>	20	41,70%
<b>Viúvo (a)</b>	17	35,40%
<b>Divorciado (a)</b>	1	2,10%
<b>Prazer durante a relação</b>		
<b>Sente prazer</b>	21	43,75%
<b>Não sente prazer</b>	6	12,50%
<b>Às vezes sentem prazer</b>	17	35,42%
<b>Não respondeu</b>	4	8,33%
<b>Total</b>	48	100%

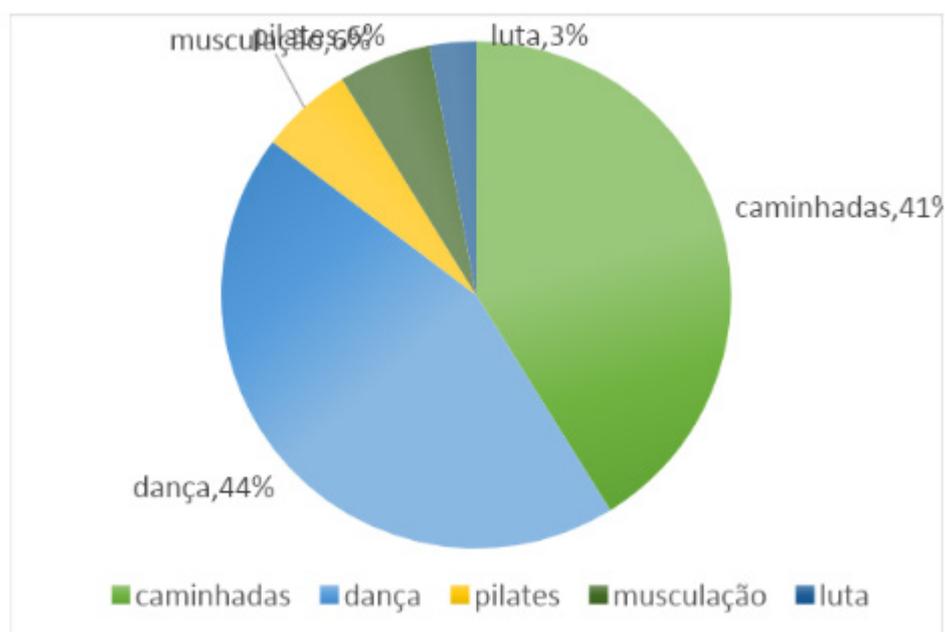
Fonte: Autores

Ao perguntar se a pandemia de covid-19 afetou de alguma forma a sua vida sexual 50% (n=24) disse que afetou de alguma forma; 8,3% (n=4) disse que talvez tenha afetado; 41,7% (n=20) relatam não ter afetado sua vida sexual.

Quando questionados se já haviam utilizado aplicativos de relacionamento em algum momento enquanto idoso, 18,8% (n=9) relataram ter utilizado ao menos uma vez ao passo que 81,3% (n=39) relatam nunca ter utilizado. E em relação à autoestima, 60,42% dos participantes relataram ter uma ótima ou boa relação com o próprio corpo, enquanto 39,58% disseram o contrário.

No que se refere a prática de exercícios físicos, 35,4% (n=17) relataram não fazer atividades físicas, nos 64,6% (n=31) que fazem atividades físicas, as atividades mencionadas foram: caminhada, pilates, dança, musculação e luta, como apresentado na figura 1.

Figura 1. Realização de atividades físicas pelos idosos, Brasil, 2022.



Fonte: Autores

## DISCUSSÃO

O avanço da idade é marcado por uma série de obstáculos a uma vida sexual ativa, que podem justificar os achados da pesquisa. “A diminuição da importância atribuída à vida sexual que se verifica com o avançar da idade pode ter várias causas: alterações fisiológicas naturais, problemas de saúde que frequentemente surgem nos idosos, fatores psicológicos, disfunção sexual feminina ou masculina”<sup>10</sup>.

Em comparação com outras pesquisas congêneres, o resultado encontrado neste estudo sobre atividade sexual encontra uma população mais ativa. Deve-se levar em consideração para este achado que uma parcela considerável da pesquisa veio de grupos de dança de salão, onde já se encontra idosos com uma visão diferente do estereótipo que é colocado em cima dessa população.

Em relação à proteção durante o ato sexual, é importante salientar que das pessoas que utilizam preservativos 41,50% (n=17) utilizam somente o preservativo masculino para se proteger. Este dado demonstra que uma parcela da população estudada está desprotegida, e sob o risco de contaminação por infecções sexualmente transmissíveis.

Na atualidade vem sendo observado que a incidência de HIV e de outras infecções sexualmente transmissíveis é muito alta entre a população idosa por conta do não uso de preservativos. Este hábito, ou melhor, a falta dele, é oriunda de algumas questões como a dificuldade no uso do preservativo, pela crença de ter perda da ereção e sensibilidade. A não utilização também pode ser associada com a crença de que os relacionamentos afetivos ou monogâmicos conferem imunidade; porque tira o prazer e quebra o clima<sup>11</sup>.

Algumas doenças crônicas como Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS), Diabetes Mellitus (DM) e Obesidade,

comuns na população idosa, podem trazer complicações como a disfunção erétil. Pesquisas evidenciam que 1 em cada 4 homens com mais de 65 anos apresentam disfunção erétil, logo os dados coletados na pesquisa estão próximos da realidade de outros estudos realizados acerca da temática<sup>12</sup>.

Importante salientar que ao fazer a associação do estado civil e o prazer durante o ato sexual, encontrou-se significância estatística ( $p=0,031$ ). Ou seja, considerando que  $p < 0,005$  tem significância estatística, existe uma relação entre casamento e uma diminuição do prazer durante o ato sexual. Juntando os que relataram sentir prazer e sentir apenas às vezes, obtém-se 70,17%, que contrasta com outra pesquisa em que 81% dos idosos dizem sentir prazer durante a relação<sup>13</sup>.

Um dos fatores que pode contribuir com a falta de prazer em alguns casos é a masturbação ou consumo de pornografia, que pode estar associado à falta de prazer durante as relações sexuais<sup>14</sup>. As principais razões para se masturbar é complementar uma relação ou por falta de parceiro, para os homens, e falta de parceiro ou por gostarem, no caso das mulheres<sup>15</sup>, entrando em discordância com outros autores, em que o motivo principal das mulheres é prazer sexual, seguido de alívio de estresse e depois problemas com o parceiro ou falta de um<sup>14</sup>.

Uma parcela significativa dos sujeitos do estudo considerou que a pandemia do COVID-19 afetou sua vida sexual. Não é um dado tão surpreendente que pesquisas evidenciam uma diminuição notável no estado emocional dos participantes que antes do início da pandemia se encontravam felizes, embora a faixa etária dos idosos tenha se encontrado mais feliz que a média<sup>16</sup>. Acrescentando o decréscimo do estado mental e o distanciamento social, que procura manter as pessoas afastadas uma das outras para um benefício mútuo, na problemática da vida sexual do idoso durante a pandemia é de se esperar que a vida sexual seja afetada.

Ao serem perguntados como foi a experiência de utilizar algum aplicativo, uma parcela pequena dos indivíduos idosos já o utiliza. Das pessoas usuárias deste serviço houve relatos negativos como: “Não achei ninguém interessante”; “Só encontrei homens bobos, que querem logo transar virtualmente”; “Não achei ninguém legal. Aí eu sai”. Outros relatos falam que acharam algo positivo na experiência: “Consegui achar uma namorada bem legal”; “Foi boa, me diverti bastante”; “Foi boa. Achei meu parceiro lá.”.

Em uma revisão sistemática da literatura sobre o impacto das mídias digitais nos relacionamentos entre idosos, aproximadamente 15% dos artigos sugeriram que os idosos deveriam explorar novas técnicas para aumentar o prazer sexual, medicalizando e melhorando o declínio sexual. Os usuários com 55 anos ou mais relataram “nenhuma mudança” desde que começaram a usar a Internet, na quantidade de tempo que passam conversando com pessoas pessoalmente (81,5%) ou saindo (84,2%). Seus padrões de uso da Internet sugerem que a comunicação eletrônica se tornou um complemento importante para fechar relacionamentos com amigos e familiares<sup>17</sup>.

Segundo o mesmo estudo, mais de 70% da amostra relataram que estavam abertos para aprender novas tecnologias. O uso da tecnologia reduz a solidão, e pode ser usado como preditor de saúde, doença, bem-estar e

---

depressão. O uso das redes sociais estimula a capacidade cognitiva, aumento da sensação de auto competência, melhora a saúde mental e o bem-estar da pessoa idosa<sup>17</sup>.

Antes havia um tempo de espera para se ter a resposta de qualquer contato que não fosse pessoal. Cartas e telegramas tentavam diminuir a distância, mas até mesmo o telefone na escrivaninha precisava de tempo, caso a pessoa estivesse na rua, por exemplo. Vivemos hoje num mundo de respostas tão instantâneas que ainda não podemos mensurar as propagações de tudo isso. Mesmo porque as transformações continuam acontecendo cada vez mais rápidas onde, sem que tenhamos entendido as consequências de algo, a mudança acontece de novo.

Em contrapartida é gigantesca a quantidade de pessoas que possuem experiências ruins nas redes sociais. Pessoas que permanecem muito tempo na internet podem desenvolver algumas experiências negativas, principalmente, por não saberem lidar com a tecnologia. Ou por não trazer as respostas esperadas. São comuns os relatos de ansiedade, mau humor, irritabilidade e depressão nas populações estudadas<sup>18</sup>. Além da dependência e do vício que as mídias sociais podem trazer ao ser humano, independentemente da idade em que se encontra, pode-se pontuar também o perigo das fake News que são passadas através das redes e causam, em especial, na população idosa a sensação de medo, desconforto ou apreensão dependendo da notícia falsa que recebem.

Uma significativa parcela dos entrevistados disseram ter uma boa autoestima, se contrapondo a pesquisas prévias sobre o assunto, podendo ser explicado pela diferença entre as faixas etárias entre esta pesquisa e outras. O comparar com estudo<sup>19</sup> que analisou o grau de satisfação corporal em dois grupos, um composto por 11 mulheres idosas com uma média de idade de 82,9 anos, em que apenas 27,27% estavam satisfeitas com o corpo, e o outro composto por 30 homens e mulheres com a média de idade de 70,5 anos, em que 43,44% estavam satisfeitos, conclui-se que tanto o gênero quanto o aumento da idade podem estar relacionados à diminuição de satisfação com a imagem. Uma boa autoestima está relacionada à satisfação sexual como algo positivo, e a percepção por parte do parceiro de insegurança vinda da mulher pode conduzir a insatisfação sexual para ambos os 14.

Com relação à prática de atividade física, que por meio de seus benefícios - aumento do desejo, da funcionalidade e da melhor prática da sexualidade - liga-se intimamente a uma vida sexual mais ativa nos idosos<sup>20</sup>. Parte dos participantes desta pesquisa é ativo na prática de dançar, o que pode estar associado com resultados positivos em relação à atividade sexual dos sujeitos do estudo. Cabe ressaltar que pela ausência de testes estatísticos de significância este tipo de asserção pode ser mais bem investigado em pesquisas futuras.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diferente da crença popular, uma parte considerável dos idosos respondentes da pesquisa relatam ter a vida sexualmente ativa, mostrando que ser idoso não necessariamente significa diminuição da atividade sexual.

A pesquisa também evidenciou que grande parte dos idosos não utiliza preservativo, mostrando assim um

comportamento de risco para se desenvolver possíveis IST's. Esse tipo de comportamento precisa de atenção dos programas de saúde, pois a prática do sexo desprotegido dissemina o HIV, aumentando a contaminação nesta faixa etária.

A falta de orientação sobre o uso de preservativos faz com que muitas vezes esses idosos chegam aos prontos socorros com o estágio de uma infecção sexualmente transmissível mais avançada. Fazendo assim com que o trabalho do profissional da saúde (médicos, enfermeiros e técnicos de enfermagem) seja de sensibilizar o idoso sobre os possíveis malefícios do não uso de preservativos por parte deles.

É imprescindível entender que aspectos como sexualidade e autoestima estão interseccionados e por isso não podem ser vistos de forma isolada pela equipe de saúde. Bem como, considerar que os indivíduos idosos são capazes de se vincular a outras pessoas por meio das novas tecnologias.

## REFERÊNCIAS

1. Organização Mundial da Saúde (OMS). Envelhecimento ativo: uma política de saúde. Envelhecimento ativo: uma política de saúde. 2005. Disponível em: [https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/envelhecimento\\_ativo.pdf](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/envelhecimento_ativo.pdf)
2. IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. 2020. Disponível em: <https://cidades.ibge.gov.br/brasil/mg/diamantina/panorama>.
4. Fávero MF, Barbosa SC. Sexualidade na velhice: os conhecimentos e as atitudes dos profissionais de enfermagem. *Terapia Sexual*. 2011;14(2):11–40.
- 5 Ceccarelli PR, Andrade EL. O sexual, a sexualidade e suas apresentações na atualidade. *Rev Latinoam Psicopatol Fundam* [Internet]. 2018;21(2):229–50. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/1415-4714.2018v21n2p229.2>
6. Telavita. Qualidade de vida para envelhecer melhor – Benefícios do acompanhamento psicológico para a saúde mental na terceira idade [Internet]. Blog Telavita: Conteúdo sobre saúde mental e terapia online. TELAVITA; 2018 [citado el 17 de septiembre de 2022]. Disponível em: <https://www.telavita.com.br/blog/saude-mental-terceira-idade/>
7. Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas e Estratégias Saúde Sexual e Saúde Reprodutiva: os homens como sujeitos de cuidado - Brasília: Ministério da Saúde, 2018; Disponível em: [https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/saude\\_sexual\\_reprodutiva\\_homens\\_cuidado.pdf](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/saude_sexual_reprodutiva_homens_cuidado.pdf)
8. Silva, S.G. Infecções sexualmente transmissíveis: uma intervenção educativa para a população atendida pela unidade de saúde da família Ajurutea, no município de Bragança, Pará. 2020. Trabalho de conclusão de curso, Especialização. Disponível em: <https://ares.unasus.gov.br/acervo/handle/ARES/23852?mode=full>
9. Viana HB, Madruga VA. Sexualidade na velhice e qualidade de vida. *Rev Bras Qual Vida* [Internet]. 2010;2(2). Disponível em: <http://dx.doi.org/10.3895/s2175-08582010000200004>
10. Cambão M, USF Ramalde, Sousa L, Santos M, Mimoso S, Correia S, et al. QualiSex: estudo da associação entre a qualidade de vida e a sexualidade nos idosos numa população do Porto. *Rpmgf* [Internet]. 2019;35(1):12–20. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.32385/rpmgf.v35i1.11932>

---

– comportamento e conhecimento sobre sexualidade: revisão integrativa. *Cien Saude Colet* [Internet]. 2020;25(2):575–84. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/1413-81232020252.12052018>

12. Severina IC, Lima LR de, Funghetto SS, Santos WS, Volpe CRG, Stival MM. Padrão de sexualidade ineficaz de idosos com Diabetes mellitus. *Esc Anna Nery* [Internet]. 2022; 26. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/2177-9465-ean-2021-0326pt>

13. Silva RMO de. A sexualidade no envelhecer: um estudo com idosos em reabilitação. *Acta Fisiátr* [Internet]. 2003 [citado el 17 de septiembre de 2022;10(3):107–12. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/actafisiatrica/article/view/102454>

14. Rebelo J.M. Será o sexo para o convívio e a masturbação para o prazer? Uma abordagem multidimensional da satisfação sexual. 2001. Dissertação, Mestrado. Disponível em: <https://repositorio-aberto.up.pt/bitstream/10216/134513/2/479725.pdf>

15. Risman A. Sexualidade e Estímulos: A existência das fantasias e sonhos sexuais na Terceira Idade. *Rev Portal Divulgação*. 2011; 11. Disponível em: <https://www.portaldoenvelhecimento.com.br/revista-portal-de-divulgacao-no-11/>

16. Primo, A. Afetividade e relacionamentos em tempos de isolamento social: intensificação do uso de mídias sociais para interação durante a pandemia de COVID-19. *Comunicação Inovação*. 2020; 21(47). Disponível em: <https://orcid.org/0000-0003-2848-0301>

17. Araújo AS, Araújo SA, Fernandes, AS Silva, RKP. Impacto das mídias digitais nos relacionamentos entre idosos: uma revisão sistemática da literatura. *Anais VI CIEH Campina Grande: Realize Editora*.2019.

18. Paasonen S. As networks fail: Affect, technology, and the notion of the user. *Telev new media* [Internet]. 2015;16(8):701–16. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1177/1527476414552906>

19. Chaim J, Izzo H, Sera CTN. Cuidar em saúde: satisfação com imagem corporal e autoestima de idosos. *O mundo da saúde*, 2009; 33(2). Disponível em: [http://www.saocamilo-sp.br/pdf/mundo\\_saude/67/175a181.pdf](http://www.saocamilo-sp.br/pdf/mundo_saude/67/175a181.pdf)

20. Carvalho JC, Leal MCC, Almeida M D CL. Relação entre a sexualidade e o exercício físico em idosas: revisão integrativa. *Revista brasileira de sexualidade humana*. 2019; 30(2). Disponível em: <https://doi.org/10.35919/rbsh.v30i2.86>