

Fisioter Bras 2019;20(1);43-9
<http://dx.doi.org/10.33233/fb.v20i1.2386>

ARTIGO ORIGINAL

Sexualidade e envelhecimento: a percepção de idosos participantes de grupo de convivência

Sexuality and aging: the perception of elderly participants of a coexistence group

Monique Xavier Romano Pinto*, Luana Araújo dos Reis, D.Sc.**, Elaine dos Santos Santana***, Luciana Araújo dos Reis, Ft. D.Sc.****

Enfermeira graduada pela Faculdade Independente do Nordeste, **Enfermeira, Doutora em Enfermagem/UFBA, *Enfermeira, Doutoranda em Memória: Linguagem e Sociedade/UESB, ****Pós-doutora em Saúde Coletiva/UFBA, Docente Titular da Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia e da Faculdade Independente do Nordeste*

Recebido em 6 de junho de 2018; aceito em 19 de julho de 2018.

Endereço de correspondência: Luciana Araújo dos Reis, Av. Luis Eduardo Magalhães, 1305 Candeias 45055-030 Vitória da Conquista BA, E-mail: lucianauesk@yahoo.com.br; Monique Xavier Romano Pinto: mon_xavier@hotmail.com; Luana Araújo dos Reis: luareis1@hotmail.com; Elaine dos Santos Santana: elasantana13@gmail.com

Resumo

Trata-se de uma pesquisa descritiva com abordagem qualitativa, desenvolvida com 12 idosos participantes de um grupo de convivência com idade mínima de 60 anos e máxima de 85 anos tendo por objetivo geral analisar as concepções de sexualidade entre idosos participantes de grupo de convivência. Os dados foram coletados através de um questionário sociodemográfico e entrevista aberta. Os resultados foram analisados com base na Técnica de Análise de Conteúdo Temática, permitindo inferir que apesar das mudanças fisiológicas que ocorrem no corpo e na rotina com o processo de envelhecimento, os idosos estão em processo de adaptação nas vivências da sexualidade, ainda que não seja apenas pelo ato sexual. Os idosos reconhecem a importância da sexualidade e da busca pela satisfação pessoal e do bem-estar.

Palavras-chave: envelhecimento, sexualidade, sexo, idoso, percepção.

Abstract

This is a descriptive research with a qualitative approach, developed with 12 elderly participants of a coexistence group with minimum age of 60 years and maximum of 85 years, with general objective to analyze the conceptions of sexuality among elderly people in a cohabitation group. Data were collected through a sociodemographic questionnaire and an open interview. The results were analyzed based on the Thematic Content Analysis Technique, allowing to infer that despite the physiological changes that occur in the body and the routine with the aging process, the elderly are in the process of adaptation in the experiences of sexuality, even if it is not just for the sexual act. The elderly recognize the importance of sexuality and the search for personal satisfaction and well-being.

Key-words: aging, sexuality, sex, elder, perception.

Introdução

Caracterizado por uma dimensão heterogênea, o envelhecimento traz modificações significativas. A mais apontada delas é a transformação que ocorre no corpo, impondo algumas limitações impostas pelo tempo em um processo biológico esperado [1-2]. No entanto, apesar de ser a primeira mudança indicada, a compreensão do envelhecimento não deve partir apenas do ponto de vista físico e biológico, pois dessa maneira, a importância que os problemas psicológicos, ambientais, culturais, econômicos e sociais têm sobre o processo seria ignorada. Os determinantes das condições de saúde do idoso e as múltiplas facetas do envelhecer requerem uma visão global do envelhecimento como processo e do idoso como ser humano [3-4].

Apesar da compreensão de que o envelhecimento é um processo natural da vida humana e uma gama de mudanças biopsicossociais alteram as relações com o meio em que o indivíduo está inserido, na grande maioria das vezes, a visão do envelhecer como limitador e incapacitante prevalece, e isso faz com que enfrentamentos e preconceitos sejam incorporados a realidade do idoso, como é o caso da sexualidade [5].

Ao envelhecer, alguns padrões de comportamento são impostos pela sociedade, aos idosos, que os rotula como assexuados ou incapazes de sentir desejo, e restringem a sexualidade humana a um período compreendido entre a puberdade e o início da maturidade, demonstrando que a sexualidade do idoso além de não ser estimulada, está cercada por julgamentos, tabus e preconceitos expressando os fatores históricos e socioculturais envolvidos [6,7].

A sociedade, de uma forma geral, desconsidera que as mudanças físicas decorrentes do processo de envelhecimento não impedem que os idosos vivenciem sua sexualidade como parte de um processo natural [7]. Os principais fatores que influenciam de maneira negativa a sexualidade das pessoas idosas são os aspectos proibitivos culturalmente cultivados, associado ao desconhecimento sobre a sexualidade na velhice [6].

Torna-se necessário provocar discussões sobre essa temática, pois a falta de conhecimento é um fator que acentua e fortalece os tabus. A sexualidade é um aspecto inerente ao ser humano, e está presente em todas as fases da vida, inclusive na velhice [2]. O processo do envelhecimento não determina uma condição assexuada, na verdade, uma nova etapa da sexualidade se inicia, e deve ser apreciada e vivenciada como nas outras fases da vida. Além disso, as vivências sexuais proporcionam ao casal possibilidade de realização pessoal, cumplicidade, intimidade e enriquecimento das relações independentemente da idade [9].

A sexualidade é considerada uma das diversas maneiras pelas quais os indivíduos buscam para adquirir ou manifestar prazer a partir de suas preferências e predisposições sexuais, contribuindo para a formação da sua identidade. É a vontade de estar perto da pessoa amada, a troca de olhares e carinho, o beijo, sensações e satisfação mútua [10]. A concepção de prazer irá depender da realidade do indivíduo, envolvendo questões sociais, culturais, crenças, fatores biológicos, interferindo nas relações sexuais de cada um. Fatores negativos interferem na sexualidade dos idosos, sendo eles, falta de conhecimento a respeito do assunto, opiniões formadas e culturas preservadas [9].

Apesar da escassez do número de estudos que abordam a sexualidade no envelhecimento, por conta dos tabus e preconceitos que cercam o assunto, a necessidade de discutir essas questões é relevante, pois a sexualidade é uma continuação da existência do indivíduo, e mesmo que a frequência da prática sexual seja reduzida ou que preconceitos sejam incorporados, explorar tais questões pode ser uma ferramenta na desconstrução de tabus e estereótipos negativos relacionados à velhice [10]. Além disso, a própria transformação da característica populacional atrelada à participação social e as mudanças de hábitos requerem cada vez mais da sociedade que os idosos sejam vistos de uma nova maneira, como indivíduos ativos que podem ter sua própria liberdade [9]. E o desenvolvimento de pesquisas e a divulgação de seus resultados podem subsidiar novos estudos acadêmicos e guiar estratégias que auxiliem para uma melhor qualidade de vida dos idosos. Nesta perspectiva, o presente estudo tem como objetivo analisar as concepções de sexualidade entre idosos participantes de grupo de convivência.

Material e métodos

Trata-se de uma pesquisa descritiva com abordagem qualitativa. A pesquisa foi realizada na cidade de Vitória da Conquista, região sudoeste da Bahia. O local escolhido para a coleta de dados foi um grupo de convivência para idosos que tem como principal objetivo promover o protagonismo dos idosos, com ações de interação, melhora da autoestima, desconstrução dos preconceitos, apoio familiar, lazer, estímulo da vaidade e cuidados com a higiene, além da inserção destes na comunidade.

Os participantes da pesquisa foram idosos matriculados e que frequentavam o grupo de convivência. A seleção da amostra foi aleatória, buscando entre os participantes os idosos que se dispuseram participar voluntariamente da pesquisa, totalizando 11 idosos. O instrumento utilizado para a coleta dos dados foi composto por um questionário de dados sociodemográficos como sexo, idade, escolaridade, estado civil e renda e pela entrevista aberta com perguntas relacionadas à temática da sexualidade.

A análise dos dados foi realizada a partir da Análise de Conteúdo Temática proposta por Laurence Bardin [8], que consiste em um conjunto de técnicas de análises das comunicações que busca alcançar, por meio de procedimentos sistemáticos e objetivos de descrição do conteúdo das mensagens, os indicadores que permitam a inferência de conhecimentos relativos às condições de produção/recepção dessas mensagens.

Esta é uma técnica de análise composta por três fases que se organizam em três polos cronológicos, sendo o primeiro a pré-análise, que consiste na etapa de organização, que pode utilizar vários procedimentos, tais como leitura flutuante, formulação de hipóteses e dos objetivos e elaboração de indicadores que fundamentem a interpretação; em seguida, a fase de exploração do material, em que os dados são codificados a partir das unidades de registro e, por fim, o tratamento dos resultados, inferência e interpretação, etapa na qual se faz a categorização, que consiste na classificação dos elementos segundo suas semelhanças e por diferenciação, com posterior reagrupamento, em função de características comuns [8].

Todos os requisitos éticos foram respeitados. O projeto de pesquisa foi submetido ao Comitê de Ética da Faculdade Independente do Nordeste/FAINOR, para participação na pesquisa cada idoso assinou um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido e a coleta dos dados só teve início após a aprovação do projeto pelo Comitê de Ética segundo Protocolo de nº34666414.7.0000.5578 e autorização do grupo de convivência.

Resultados e discussão

Verificou-se que a maioria dos idosos é do sexo feminino (n = 6), com nível de escolaridade 2º Grau Completo (n = 4), estado civil viúvo (n = 5), e renda de salário mínimo (n = 5). Os dados obtidos com as entrevistas resultaram em seis categorias e duas subcategorias, sendo estas: entendimento sobre sexo, conhecimento sobre sexualidade, percepção a respeito do sexo no envelhecimento (subcategorias: prática sexual entre idosos e idade para o sexo), memória da sexualidade antes e após o envelhecimento, percepção sobre a velhice e prática da sexualidade no cotidiano.

Categoria I - Entendimento sobre sexo

Os idosos atribuíram ao sexo um valor que vai além do prazer físico, dando ênfase aos sentimentos como amor e carinho. Isso pode ser justificado pelo fato dos idosos vivenciarem a sexualidade de diversas maneiras, mas sempre apontarem como uma forma de expressão de carinho e amor, sentimentos que não se perdem com o tempo [3,12]. Segundo a fala dos participantes, o sexo é uma atividade natural do ser humano, sendo uma atividade necessária na relação entre homem e mulher, conforme pode ser observado nas falas abaixo:

Sexo, na minha opinião, é uma complementação humana. Você não vive sem o sexo, a pessoa normal não vive sem o sexo. Sexo é uma necessidade. (F.C.S)

Oh, o que eu entendo por sexo? Fazer o sexo. Agora que tem que ser com amor, com carinho, e que seja assim, os dois concordem, que estejam de acordo. (M.L.F.S)

Esse comportamento contribui para que eles possam ter uma vida mais prazerosa na idade em que se encontram e facilidade para enfrentar as dificuldades encontradas pelo preconceito. Eles manifestam o sexo na maneira que os convêm, buscando uma realização pessoal. Para os idosos, as carícias, a atenção, os olhares, o companheirismo, o ficar junto são tão importantes quanto a relação sexual, e são maneiras de expressar sua sexualidade [11].

Sendo assim, é importante atentar para as interpretações da sexualidade não só na fase da velhice, como também nas outras faixas etárias. Muitas vezes, para os sujeitos a sexualidade pode estar ligada aos sentimentos, como foi evidenciado anteriormente nas falas dos idosos, mas pode também manifestar-se por palavras e gestos, que não precisam necessariamente ser intencionais, mas que revelam as influências do social em que estamos inseridos [12].

Categoria II - Conhecimento sobre sexualidade

De acordo com uma parte dos idosos entrevistados, a sexualidade é definida como toda manifestação do corpo relacionada ao bem-estar, à vaidade, ao interesse em outras pessoas e aos valores, não se restringindo apenas a prática sexual. Para eles a sexualidade pode ser compreendida como comportamentos e atitudes que lhes dão a sensação de bem-estar. Como podemos notar nas falas abaixo:

Pra mim, é a gente viver bem com a vida, por que se a gente não vive bem com a vida não tem prazer né?! Eu entendo assim, e fora isso eu sou uma pessoa, gosto de se divertir, tudo que me faz bem eu gosto. (M.R.S.O)

Pra mim, sexualidade é toda manifestação do corpo. Não é de interesse no corpo, não apenas o sexo em si, mas tudo que nos rodeia, todos nossos interesses pelo outro, pelas coisas, pela vaidade. Contudo, isso é sexualidade pra mim. (J.F)

Entretanto, é comum que idosos reproduzam o discurso de que a sexualidade está resumida no ato sexual. Pesquisas desenvolvidas na área demonstraram que a genitalidade e o sexo são os primeiros aspectos referidos pelos idosos quando questionados sobre a sexualidade [12,13]. Alguns idosos revelaram esse pensamento como podemos notar nas falas:

Sexualidade, eu pensei assim: Uma pessoa com o sexo ativo. Não entendo mais, não sei. (E.L.S.F)

Eu acho que sexualidade é uma coisa importante por que é do sexo que produz né, a família, é do sexo que sai o ambiente da família. A família só é poderosa e ela só tem prazer quando a existe o sexo. (R.A.S)

Os idosos apresentam, por meio de suas falas, uma postura que ressalta os seus interesses e suas vontades, definindo a sexualidade através de características próprias de sua vida e de ideias e comportamentos que lhes dão prazer.

Categoria III - Percepção a respeito do sexo no envelhecimento

Subcategoria 1: Prática sexual entre idosos

A partir das falas dos idosos foi possível notar que a prática sexual ainda é ativa nessa faixa etária. De acordo com os relatos, alguns idosos questionam à rotina e o fato da idade avançada diminuir a atividade sexual, seja pelo cansaço do parceiro, seja pela ausência desta. Porém, de uma forma geral eles afirmam que possuem uma vida ativa e que conseguem se realizar, como podemos observar nas seguintes falas:

Olha, eu tinha vida ativa. Eu tenho meu parceiro e quando nos encontramos a gente tem sexo, mas não é como antes, é lógico(risos). Antes eu podia ter sexo todos os dias, todas as horas se fosse possível. Hoje eu tenho assim, uma vez no mês, mas ainda me realizo como mulher. Os idosos podem ter vida ativa, podem ser "ficantes" do mesmo jeito dos jovens. (E.L.S.F)

Sim, eu não pratico mais porque mulher é sempre mais cansada que o homem. Às vezes trabalha, chega cansada e tal, aí a gente tem que entender. Mas, de por mim, com essa idade que eu estou é duas vezes por semana, mas ela só quer de oito em oito. (risos) (A.S.O)

No envelhecimento a prática sexual pode ser ativa, porém, a frequência reduzida é um relato comum dos idosos. As mudanças fisiológicas e anatômicas do organismo produzidas pelo envelhecimento comprometem também a função sexual, fazendo com que o desejo e frequência sexual sejam mais espaçados [2,14]. Grande parte da população idosa é perfeitamente capaz de ter relações sexuais e sentir prazer, sendo o ato sexual caracterizado por uma excitação mais lenta, com orgasmo em menor intensidade, apesar de continuar sendo satisfatório como era na juventude [2,15].

Dessa forma, é possível afirmar que apesar das mudanças que o corpo apresenta não é necessário dessexualizar os sujeitos [14]. Os idosos são vistos pela sociedade como seres assexuados, doentes, incapazes de ter uma vida sexual ativa, pois lhes é atribuído um conceito de que a velhice é uma fase de perdas, desleixo e resignação. No entanto, as falas dos idosos demonstram o interesse e a vivência da vida sexual ainda que dentro das suas limitações.

Subcategoria 2: Idade para o sexo

Para os idosos que participaram da entrevista, o sexo não tem idade, porém não ocorre como na juventude, pois com o envelhecer o ser humano sofre modificações psicológicas e fisiológicas. Com essa condição a autoestima do idoso pode ficar diminuída e assim alegar desinteresse ou cansaço, conforme descrito nas falas abaixo:

Não tem, não tem idade não, é muito bom. Agora só que é como te falei, tem horas que a gente... não é nem por que a gente não tem prazer, é o cansaço mesmo, é o cansaço. Mas sobre meu esposo, eu não tenho o que reclamar, ele anda tudo bem. (M.R.S.O)

Acho que é conforme as pessoas, por que tem gente que está velho, idoso e atrás de sexualidade. Mas cada qual faz o que quer e acha proporcional pra ele, agora eu não acho, por que eu casei, vivi muito tempo, tive meus sete filhos e ele separou de mim por causa de outra. Então, eu já estava idosa, eu não fui mais atrás de ninguém. Mas, não sou contra quem quiser agora eu não fui e não quero. (C.C)

Ainda existe muito preconceito sobre a sexualidade na terceira idade alimentado por pensamentos que negam a sua importância na velhice e que reduzem o seu conceito ao sexo e a função de reprodução. Tabus como esse prejudicam a saúde dos idosos que estão cada vez mais expostos às doenças sexualmente transmissíveis e negligenciados nas campanhas de prevenção e promoção a saúde sexual justamente por serem considerados assexuados [14,15]. Eles afirmam que não tem idade para o sexo, mas ressaltam que não ocorre como na juventude. Não negam a necessidade pelo prazer, mas evidenciam a diminuição da atividade por conta da idade avançada, do cansaço ou mesmo do preconceito que os impossibilitam de manifestar suas necessidades sexuais como antes.

Categoria IV - Memória da sexualidade antes e após o envelhecimento

Apesar dos preconceitos e tabus que envolvem a temática, essa é uma discussão que precisa ser feita para que o exercício da sexualidade na velhice seja compreendido como uma experiência natural e positiva [12]. Quando questionados sobre as memórias de sua vida, os idosos estabelecem uma relação da memória da sexualidade com a prática sexual mais frequente na juventude e uma atual redução da atividade e satisfação sexual. No entanto, a maioria dos participantes argumenta que houve melhora na qualidade de vida e que estão satisfeitos com o encontro do par perfeito, como é possível notar nas seguintes falas:

Agora pra mim que está sendo melhor, porque eu nunca tive uma vida assim, tranquila, sempre corre corre. Casei duas vezes, o marido era muito ruim, bebia, era só sofrimento. Agora, depois que casei com ele, é que ele está me fazendo feliz, sabe?!(M.R.S.O)

Mudou, estou mais feliz por que sou homem só de uma mulher. Por que antigamente eu tinha várias, eu tinha várias relações e hoje não. Já há 31 anos que é só com ela, não conheço outra mulher. A gente olha pra uma mulher, acha bonita e etc, aí só isso (risos) (A.S.O)

A sexualidade envolve também o ato sexual e os idosos continuam apresentando desejos, apesar de vivenciarem algumas limitações, porém a experiência da sexualidade nessa fase é apontada como um momento de descobertas de outras formas de sentir prazer adaptadas às suas condições [5].

Comumente os sentimentos de afeto, carinho, amor e respeito são destacados pelos idosos como pontos centrais da sexualidade nesta fase. As representações sociais de idosos sobre a sexualidade apontam o carinho, o amor e o respeito como elementos do núcleo central, ou seja, novos fatores ganham importância à vivência da sexualidade na velhice não se restringindo apenas ao ato sexual [2].

Categoria V - Percepção sobre a velhice

A percepção do envelhecer para os idosos entrevistados tem um caráter positivo. De maneira geral, eles compreendem que é um processo natural e lidam bem com as mudanças, mas afirmam que são atenciosos e cuidadosos, pois a velhice traz uma nova aparência e a

exigência de um novo comportamento que seja adequado para a idade, como podemos notar nas seguintes falas:

Eu aceitei na boa, aceito porque está certo isso aí. Eu tenho que botar na cabeça, os jovens já foi e agora tem que ter cuidado com agora. Saber usar as coisas, saber falar, saber viajar, tem que saber tudo... Porque a gente que tem que cuidar da gente, ninguém cuida de nós hoje, não é?! Antigamente era diferente... (L.M)

Muda sempre para o melhor. Eu me sinto jovem, eu me sinto como se tivesse 18 anos (risos). (A.S.O)

Os aspectos culturais interferem na maneira de olhar o envelhecimento e, conseqüentemente, na maneira como a pessoa idosa vai se constituir nesse meio. A possibilidade de envelhecer de maneira bem-sucedida depende, dentre outros fatores, da história de vida e da forma de como cada um entende o processo de envelhecimento e a velhice [13,15]. Já para outros idosos, mesmo que convivam com doenças, enxergam a vida com alegria, e acreditam que a velhice seja como qualquer outra fase da vida, em que podem conviver com sua família e fazer algo que seja prazeroso e lhes cause sensação de bem-estar [14].

Dessa forma, as reflexões acerca do significado da velhice por meio de relatos dos idosos configuram-se como um mecanismo importante na compreensão do processo de viver e envelhecer [14].

Categoria VI - Prática da sexualidade no cotidiano

Nesse aspecto, foi possível perceber que a prática da sexualidade no cotidiano vai além do fazer sexo, está relacionada ao autocuidado, autoestima, vaidade e ao bem-estar. A sexualidade está na forma de se expressar e isso está acima de qualquer idade.

Sim, às vezes! A gente não é perfeito, a única pessoa é o nosso Deus. Acontece ter uma recaída, às vezes eu fico assim pensando que eu ainda não tive assim, aquela oportunidade de está tudo tranquilo, mas a gente não pode se entregar e nem se desesperar, por que isso aí não faz bem a saúde né?! Então eu peço força, Deus me dá sabedoria e aí eu levanto a cabeça e não deixo de usar meu batom, minhas roupas que eu gosto, esmalte, colar, brinco, tudo eu gosto. Gosto, agora mesmo vou dá um trato nesse cabelo, você vai ver na próxima (risos). Eu vou está mais linda do que agora! (M.R.S.O)

Sim, limitadamente, mas estou. (F.C.S)

A sexualidade é a maneira como uma pessoa expressa seu sexo, através dos gestos, da postura, da fala, do andar, da voz, das roupas, dos enfeites, do perfume, enfim, de cada detalhe do indivíduo [15]. A sexualidade e a velhice, enquanto condições da natureza humana devem ser vivenciadas e experimentadas como em qualquer outra fase da vida, porém as particularidades que integram o ser humano fazem com que cada indivíduo vivencie suas experiências de maneira singular [9].

Conclusão

A partir das falas dos participantes foi possível compreender que grande parte dos idosos acreditam que a sexualidade está restrita ao ato sexual. Resultado este que pode ser justificado pela falta de conhecimento e de discussões sobre o assunto. Além disso, há uma aceitação das mudanças na prática sexual justificadas por condições da idade e doenças que dificultam ou comprometem a sua ação.

Relacionado a essa mudança na frequência do exercício da sexualidade, de acordo com a percepção dos idosos, os sentimentos de carinho, respeito e afeto passam a ser de grande valia, demonstrando que há uma adaptação na maneira como eles enxergam a sexualidade nessa fase. Os sentimentos e o respeito ganham destaque em relação ao prazer físico. Os relatos evidenciaram que as doenças e o avançar da idade dificultam o desempenho sexual, mas eles reconhecem que a satisfação e a manifestação da sexualidade podem estar também no gesto, na companhia e nas atitudes que lhes causem sensação de bem-estar.

Os preconceitos que cercam essa temática são fatores que influenciam negativamente a vivência da sexualidade dos idosos, principalmente das mulheres. Sendo assim, é fundamental que pesquisas dessa natureza sejam realizadas e que esse campo seja discutido para que dessa maneira os tabus possam ser desconstruídos.

Referências

1. Queiroz MAC, Lourenço RME, Coelho MMF, Miranda KCL, Babosa RGB, Bezerra STF. Representações sociais da sexualidade entre idosos. Rev Bras Enferm 2015;68(4):662-7. <https://doi.org/10.1590/0034-7167.2015680413j>
2. Araújo ACF. Rompendo o silêncio: desvelando a sexualidade em idosos. Revista UNILUS Ensino e Pesquisa 2015;12(29):35-41.
3. Beauvoir S. A velhice. Traduzido por: Martins MHS. Rio de Janeiro: Nova Fronteira; 1990. 711 p.
4. Souza M, Marcon SS, Bueno SMV, Carreira L, Baldissera VDA. A vivência da sexualidade por idosas viúvas e suas percepções quanto à opinião dos familiares a respeito. Saúde Sociedade 2015;24(3):936-44.
5. Marques ADB, Silva RP, Sousa SS, Santana RS, Deus SEM, Amorim RF. A vivência da sexualidade de idosos em um centro de convivência. Revista de Enfermagem do Centro-Oeste Mineiro 2015;5(3):1768-83. <https://doi.org/10.19175/recom.v5i3.913>
6. Vieira KFL, Coutinho MPL, Saraiva ERA. A sexualidade na velhice: representações sociais de idosos frequentadores de um grupo de convivência. Psicologia: ciência e profissão 2016;36(1):196-209.
7. Alencar DL, Alencar DL, Marques APO, Leal MCC, Vieira JCM. Exercício da sexualidade em pessoas idosas e os fatores relacionados. Rev Bras Geriatr Gerontol 2016;19(5):861-9. <https://doi.org/10.1590/1809-98232016019.160028>
8. Bardin L. Análise de conteúdo. São Paulo: Edições 70. 225 p. 2011.
9. Moraes KM, Vasconcelos DP, Silva ASR, Silva RCC, Santiago LMM, Freitas CASL. Companheirismo e sexualidade de casais na melhor idade: cuidando do casal idoso. Rev Bras Geriatr Gerontol 2011;14(4):787-98. <https://doi.org/10.1590/s1809-98232011000400018>
10. Uchôa YS, Costa DCA, Silva Junior IAP, Silva STSE, Freitas WMTM, Soares SCS. A sexualidade sob o olhar da pessoa idosa. Rev Bras Geriatr Gerontol 2016;19(6):939-49. <https://doi.org/10.1590/1981-22562016019.150189>
11. Ribeiro IAP. Percepção de homens na terceira idade sobre sexualidade. Revista Interdisciplinar 2014;7(1):76-84.
12. Goldenberg M. Mulheres e envelhecimento na cultura brasileira. Caderno Espaço Feminino 2012;25(2):46-56.
13. Faller JW, Teston EF, Marcon SS. A velhice na percepção de idosos de diferentes nacionalidades. Texto Contexto Enferm 2015;24(1):128-37. <https://doi.org/10.1590/0104-07072015002170013>
14. Oliveira NS, Souza TS, Alencar FS, Oliveira GL, Ferreira NB, Alencar JS. Percepção dos idosos sobre o processo de envelhecimento. Revista Multidisciplinar e de Psicologia 2014;8(22):49-83. <https://doi.org/10.14295/idonline.v8i22.264>
15. Bernardo R, Cortina I. Sexualidade na terceira idade. Revista de Enfermagem UNISA 2012;13(1):74-8.