

SAÚDE E SEXUALIDADE NA TERCEIRA IDADE: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Brena Luiza Gomes de Castro Fraga¹

Joice Fabricio de Souza²

Lucas Pereira Franco³

Vanessa Bezerra da Silva⁴

Rafaelly Alice da Silva Lacerda⁵

Brena Leslye Pinheiro Teixeira⁶

EIXO 3: ENFERMAGEM EM SAÚDE DO ADULTO E SAÚDE DO IDOSO

RESUMO

INTRODUÇÃO: A sexualidade na terceira idade deve ser abordado no âmbito da atenção primária em saúde e estimulado, visto ter impactos positivos no processo de senescência. Este estudo objetiva relatar uma ação educativa em saúde com idosos. **METODOLOGIA:** Trata-se de um relato de experiência vivenciado por uma enfermeira durante uma ação à 20 idosos sobre saúde e sexualidade na terceira idade, realizada em março de 2023, em uma igreja católica na cidade de Fortaleza-Ce. Foi dividida em três momentos: primeiro, foi realizado um Braintorm para introduzir a temática; no segundo uma dinâmica grupal com mitos e verdades e no terceiro, foi direcionado a perguntas individuais ou coletiva e feedbacks. **RESULTADOS E DISCUSSÃO:** Foi evidenciado muitas dúvidas e tabús e o tema é pouco falado, no convívio dos idosos, e na unidade básica de saúde, podendo ser decorrente de aspectos culturais dos participantes, falta de conhecimento, vergonha para abordar o assunto, e despreparo por parte dos profissionais. **CONSIDERAÇÕES FINAIS:** A ação permitiu engajamento entre os idosos e a enfermeira, possibilitando a promoção da saúde e sexualidade na terceira idade. Também possibilitou a enfermeira conhecimento acerca das deficiências dos idosos com base na temática, buscando melhorar o atendimento e englobar outros temas.

Palavras-chave: Sexualidade; Saúde do idoso; Educação em saúde.

INTRODUÇÃO

O envelhecimento é um processo natural com alterações fisiológicas do corpo que ocorrem ao longo do tempo e pode ser influenciado por diversos fatores, como estilo de vida, alimentação, atividade física, entre outros. Para o ano de 2050, espera que em todo o mundo, haja em torno de dois bilhões de pessoas com sessenta anos ou mais. Alguns hábitos podem ajudar a promover um envelhecimento mais saudável, tais como: realizar atividades físicas regulares, alimentação

1. Especialista em Obstetrícia e Saúde da Mulher. Universidade Estadual do Ceará- UECE
2. Acadêmico em Enfermagem. Faculdade de Medicina Estácio de Juazeiro do Norte- Estácio/FMJ
3. Acadêmico em Enfermagem. Faculdade de Medicina Estácio de Juazeiro do Norte- Estácio/FMJ
4. Acadêmico em Enfermagem. Faculdade de Medicina Estácio de Juazeiro do Norte- Estácio/FMJ
5. Acadêmico em Enfermagem. Faculdade de Medicina Estácio de Juazeiro do Norte- Estácio/FMJ
6. Mestre em Saúde Coletiva. Faculdade de Medicina Estácio de Juazeiro do Norte- Estácio/FMJ
E-mail do autor: brenalgdc@outlook.com

equilibrada, estilo de vida mais ativo, o que torna possível envelhecer com qualidade de vida e compreender que a sexualidade não se trata do ato sexual, mas sim de um conjunto de fatores que vão permitir ao indivíduo mais conhecimento sobre si mesmo e pontos de prazer e bem-estar. Dessa forma, se faz necessário que a sexualidade seja estimulada na terceira idade para que assim possa ser vivenciada de forma leve, sem tabus e preconceitos (SOUZA et, 2019; SOUZA et al, 2019).

Além disso, Cunha et al (2019) pontua que a sexualidade é um constructo que envolve expressões de sentimentos, comportamentos e cognição e se evolui conforme a idade e o contexto sociocultural em que o indivíduo está inserido. Entretanto apesar disso, existem ainda muitos preconceitos e tabus externalizados pela sociedade quando o assunto é a sexualidade na terceira idade.

Seguindo os pressupostos de Souza-Junior et al (2023), abordar a temática sexualidade com pessoas idosas ainda se caracteriza como um grande desafio, haja vista, que muitos julgamentos ainda são recorrentes. O idoso é visto perante a sociedade como um ser assexuado, uma vez que existe uma crença que o sexo e a sexualidade estão ligados apenas aos jovens, mas isso é errôneo, visto que o envelhecimento não impossibilita uma vida sexual ativa e sexualidade aflorada.

Nesse contexto, o importante é que os idosos tenham a liberdade de explorar sua sexualidade de forma segura e saudável, sem julgamentos ou preconceitos. Portanto, é importante que os profissionais de saúde conversem abertamente sobre a sexualidade com os idosos para que possam sanar suas dúvidas e responder questões próprios dessa temática, com foco na escuta ativa, respeitando às particularidades de cada indivíduo, uma vez que o estímulo à sexualidade pode se configurar como uma estratégia inovadora e holística do cuidado, com foco na promoção e proteção da saúde e do envelhecimento saudável (SOUZA-JUNIOR,2021).

Desse modo, este estudo teve como objetivo, relatar uma experiência de uma enfermeira acerca da realização de uma atividade de educação em saúde envolvendo a temática saúde e sexualidade na terceira idade.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo de natureza qualitativa, de abordagem descritiva do tipo relato de experiência, vivenciado por uma enfermeira, durante a realização de uma atividade educativa com um grupo de 20 idosos. A ação educativa foi realizada em igreja católica, localizada em um bairro periférico da cidade de Fortaleza, Ceará, no mês março de 2023, tendo uma carga horária total de 3h. O grupo de idosos é vinculado a uma unidade básica de saúde, onde os encontros acontecem quinzenalmente na igreja, com vistas a levar conhecimentos e

informações para mais perto da comunidade, haja vista, que nem sempre a população consegue ir à unidade básica de saúde. A ação educativa, se deu por meio de uma roda de conversa e aconselhamento a cerca da temática, a qual era: “Saúde e sexualidade na terceira idade”, assim como foi realizada dinâmica grupal sobre mitos e verdades. No primeiro momento, aconteceu um brainstorm, que tinha como objetivo engajar os participantes e introduzir a temática. No segundo momento efetuou-se a roda de conversa, onde foram abordadas as seguintes temáticas: sexualidade na terceira idade, métodos e prevenção de infecções sexualmente transmissíveis, consulta ginecológica em enfermagem, prevenção do câncer de próstata, mama e colo do útero e por fim, qualidade de vida e bem-estar. O terceiro momento, foi aberto um espaço para perguntas, sugestões e feedbacks de forma geral, no qual os participantes podiam tirar suas dúvidas de forma coletiva e individual.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A ação realizada contou com a participação ativa de 20 idosos, onde durante o brainstorm eles falaram palavras relacionadas a temática proposta, entretanto foi percebido pela maioria, muitas dúvidas e tabús, os quais foram sanados posteriormente durante a roda de conversa. No decurso da atividade, percebeu-se que pouco é se falado sobre o assunto, tanto na UBS, quanto no convívio dos idosos, isso pode ser decorrente de aspectos culturais dos participantes, falta de conhecimento, vergonha para abordar o assunto, tabus e até mesmo despreparo por parte dos profissionais.

Bortolozzi e Netto (2020), apontam no seu estudo a importância da realização de rodas de conversa, para que haja diálogos com mais afinco entre profissionais e usuários, com vistas a desmistificar os tabus que ainda existem, quanto a sexualidade e sexo na terceira idade, abordando as medidas de prevenção das ISTs, além do diagnóstico e formas de tratamento existentes.

Durante a realização da dinâmica grupal mitos e verdades, a enfermeira levou algumas afirmações acerca da temática para discutir às crenças dos participantes e foi percebido que eles demonstraram interesse em participar ativamente, no qual a maioria dos participantes não tinham resposta formadas, possuíam muitas dúvidas sobre as afirmações, sendo necessário um envolvimento maior da enfermeira com explicações baseadas em evidências científicas, a fim de garantir um repasse de informações seguras, científicas e com uma linguagem universal, com vistas a esclarecer suas dúvidas.

Dessa maneira, a realização de ações educativas, pautadas em dinâmicas esclarecendo mitos e verdades, asseguram o acesso a informações precisas (SANTOS et al., 2017). Portanto, se faz necessário a capacitação e reciclagem dos profissionais acerca da temática para que haja um

preparo técnico e científico, permitindo a promoção do empoderamento aos idosos sobre a sua saúde e sexualidade, visto que por meio de ações de empoderamento da comunidade é possível educar para prevenir.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A realização da atividade educativa, permitiu engajamento entre os idosos e a enfermeira, possibilitando a promoção da saúde e sexualidade na terceira idade. Foi possível verificar a importância da realização de ações de educação em saúde envolvendo a temática, uma vez que abordar a saúde e sexualidade no âmbito da atenção básica em saúde é indispensável para promover a senescência. Além disso, a experiência vivenciada pela enfermeira permitiu um maior conhecimento acerca das deficiências dos idosos com base na temática, buscando melhorar o atendimento e englobar outros temas que ainda são obscuras para este público.

REFERÊNCIAS

- BORTOLOZZI, Ana Cláudia; NETTO, Tatiana de Cássia Ramos. Saúde sexual e envelhecimento: revisão da literatura e apontamentos para a Educação Sexual. Revista Ibero-Americana de Estudos em Educação, p. 2699-2712, 2020.
- CUNHA, Amanda Maria Silva et al. Conversando sobre sexualidade e afetividade entre pessoas idosas. [TESTE] Gep News, v. 2, n. 2, p. 153-160, 2019.
- SANTOS, Mariana Alves et al. Sexualidade e aids na terceira idade: abordagem na consulta médica. Revista de Atenção à Saúde, v. 15, n. 51, p. 18-22, 2017.
- SOUZA, Cinoélia Leal de et al. Envelhecimento, sexualidade e cuidados de enfermagem: o olhar da mulher idosa. Revista Brasileira de Enfermagem, v. 72, p. 71-78, 2019.
- SOUZA-JUNIOR, Edison Vitório de et al. A sexualidade está associada com a qualidade de vida do idoso!. Revista Brasileira de Enfermagem, v. 74, 2021.
- SOUZA-JÚNIOR, Edison Vitório de et al. Sexualidade e seus efeitos na sintomatologia depressiva e qualidade de vida de pessoas idosas. Revista Brasileira de Enfermagem, v. 76, 2023.