



Ensaios e Ciência: Ciências Biológicas,
Agrárias e da Saúde
ISSN: 1415-6938
editora@uniderp.br
Universidade Anhanguera
Brasil

Lima Mendonça, Ana Maria; Ingold, Marlene
A SEXUALIDADE DA MULHER NA TERCEIRA IDADE
Ensaios e Ciência: Ciências Biológicas, Agrárias e da Saúde, vol. 10, núm. 3, diciembre, 2006, pp.
201-213
Universidade Anhanguera
Campo Grande, Brasil

Disponível em: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=26012809020>

- Como citar este artigo
- Número completo
- Mais artigos
- Home da revista no Redalyc

A SEXUALIDADE DA MULHER NA TERCEIRA IDADE¹

Ana Maria Lima Mendonça²

Marlene Ingold³

¹Este artigo é parte do trabalho de monografia realizada na conclusão do curso de psicologia da Universidade para o Desenvolvimento do Estado e da Região do Pantanal (UNIDERP);

²Psicóloga formada pela UNIDERP em 2004;

³Orientadora da monografia e Professora do Curso de Psicologia da UNIDERP, Psicóloga e Psicanalista.

RESUMO

Esta pesquisa teve por objetivo compreender a visão da mulher da terceira idade sobre a sua sexualidade, a partir de questões sociais e emocionais, como também das modificações físicas que ocorrem com a menopausa. Foram utilizados como amostra, mulheres da terceira idade, entre 65 e 73 anos, pertencentes ao grupo do Serviço Social do Comércio de Campo Grande, Mato Grosso do Sul. Foram realizadas pesquisas bibliográficas e pesquisa de campo; usou-se a metodologia qualitativa para avaliar os resultados. Os dados foram coletados por meio de entrevistas com perguntas abertas, os quais foram compilados e descritos em cinco aspectos essenciais sobre a sexualidade, como resultado deste trabalho de pesquisa. Concluiu-se que a mulher da terceira idade não se vê como assexuada, embora consiga apontar as várias modificações que ocorrem. Os resultados das respostas vão ao encontro dos achados bibliográficos, apontando que o envelhecimento não interfere no desejo sexual da mulher da terceira idade.

Palavras-chave: Mulher. Terceira idade. Sexualidade. Desejo sexual.

1 INTRODUÇÃO

O processo de envelhecimento desenvolve-se desde o início da vida do indivíduo, sendo mais evidente no período denominado "velhice". Esse processo se expressa a partir das influências de fatores internos e externos, como os hormônios, radicais livres, dieta, estilo de vida, exercícios físicos, as influências psicossociais e a exposição ambiental.

O envelhecimento populacional é uma realidade em nosso país. Em 1999, o total de habitantes estimado pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) foi de 2.046 milhões, destes 6,7% eram idosos (MATO GROSSO DO SUL, 2000a). Segundo Eizirik (2001), verifica-se que o Brasil atualmente é o país com maior concentração de idosos, proporcionalmente, e as estimativas da Organização Mundial de Saúde (OMS), conforme o Jornal do Brasil, de 10 de agosto de 1997, ele pode se tornar um país de idosos, em 2020.

As ações voltadas a essa parcela da população devem atender ao que preconiza a "Política Nacional do Idoso" contida na Lei nº. 8.842, de 4 de janeiro de 1994 (BRASIL, 1994), que tem como fundamento oferecer uma forma mais digna de vida, implementando programas que realmente atendam as necessidades sociais dos idosos.

A admissão social, com relação a sua sexualidade, também deve ser considerada visando a impedir as omissões e permitir a essa mulher da terceira idade representar um novo marco com quebra de paradigmas, no qual ela seja considerada como um ser total, capaz de desempenhar seus papéis sociais e de sentir desejos sexuais.

Há poucas pesquisas que investigam sobre a sexualidade em idade avançada, pois é recente a inserção do idoso no mundo social, visto como alguém capaz de viver como um ser ativo. Segundo Cameron (apud FERRIGNO, 1988 p. 7):

A sexualidade, na velhice, em comparação com a de outras fases da vida, foi considerada abaixo da média nos seguintes aspectos: intensidade do desejo, habilidade e capacidade de desempenho, freqüência de tentativas, oportunidades sociais e freqüência de atividades sexuais.

Levando-se em conta esse novo posicionamento do idoso perante a sociedade, é de relevância buscar e investigar sobre a sexualidade da mulher na terceira idade.

Ao escolher esse tema pretendeu-se investigar se ocorrem mudanças no comportamento sexual da mulher da terceira idade. Avaliando se as mudanças ocorridas nessa fase da vida, abrangendo as questões biológica, psicológica e social, interferem na sua vida sexual, prejudicando seu curso natural. Para melhor compreender a sexualidade da mulher na terceira idade, além das pesquisas bibliográfica, usou-se a técnica da entrevista.

Quanto aos procedimentos para este trabalho, utilizou investigação bibliográfica, e entrevistas individuais. Adotou-se a metodologia qualitativa. Minayo (1995) relata que a pesquisa qualitativa deve ter como preocupação primeira a compreensão da lógica que permeia a prática que se dá na realidade.

A sexualidade oferece a oportunidade não apenas de expressar paixão, mas afeto, estima, lealdade e expressa a alegria de se sentir com vida.

O trabalho foi dividido em duas partes: a primeira refere-se aos aspectos teóricos e conceituais sobre o envelhecimento

e a sexualidade da mulher da terceira idade, a segunda parte contém análise qualitativa sobre os resultados da pesquisa e uma síntese das informações em relação à sexualidade da mulher na terceira idade nos seus aspectos biológicos, psicológicos e sociais.

2 MATERIAL E MÉTODO

2.1 ENVELHECIMENTO

O envelhecimento é uma preocupação constante do homem em todos os tempos. A procura da fonte de vida é assunto nas mais antigas escritas, como a Bíblia (1969) cita com freqüência seres de grande longevidade.

Néri e Freire (2000) escrevem que, na atualidade, vem ocorrendo uma ampliação no número de termos com os quais se podem designar as pessoas que já viveram mais tempo ou a fase da vida que antes era designada apenas como velhice. Entre os mais mencionados estão: pessoa idosa, pessoa na meia idade, idade madura, melhor idade, maturidade, e, o mais comum, é ouvir "terceira idade".

Considera-se idosa a pessoa maior de sessenta anos de idade, segundo a legislação da Política Nacional do Idoso, mencionada na Lei nº. 8.842, de 4 de janeiro de 1994, no seu artigo 2º do capítulo I (BRASIL, 1998).

Entretanto, outros critérios podem ser adotados que não são unicamente o da faixa etária, são aqueles que, sobretudo, valorizam as condições físicas, mentais, sociais e existenciais, assim como a capacidade e a vitalidade para o trabalho útil, lazer e sexo (ZIMERMAN et al., 1997).

Segundo Beauvoir (1970), o organismo se declina quando as suas chances de subsistir se reduzem, e o indivíduo vai tomando consciência dessa alteração. É um fato que vem acontecendo desde a Antiguidade, e sempre se procuraram as causas dessa fatalidade. Essa mesma autora relata que Hipócrates comparava as etapas da vida humana às quatro estações da natureza, e que a velhice era a estação do inverno.

A senescênci, diz o gerontologista americano Howell (apud BEAUVOIR, 1970, p. 40), "não é uma ladeira que todos descem com a mesma velocidade, ela é uma sucessão de degraus irregulares onde alguns despencam mais depressa que outros".

O processo de envelhecimento, segundo Carvalho Filho e Alencar (apud OLIVEIRA, 2001), tem sido considerado historicamente por meio de duas fortes e opostas perspectivas: uma que reconhece como etapa final da vida, a fase do declínio que culmina com a morte, e outra, que o concebe como a fase da sabedoria, da maturidade e da serenidade.

Bosi (1998), compartilhando dessa mesma concepção, faz comparação entre a adolescência e a velhice, afirmando que o diferencial dessas duas fases é o sentimento do indivíduo, o adolescente vive expectativa no geral elevada em relação a sua etapa de transição, enquanto o idoso sente-se um indivíduo diminuído em constatação com suas perdas e sua falta de perspectiva. Essa autora acredita que a sociedade é a responsável, na medida em que impõe a desvalorização diante do envelhecimento.

Independente dos atributos e visões existentes sobre a velhice, a realidade mundial indica uma elevação da expectativa média da vida humana. Oliveira (2001) cita Gregário (1999) apontando dados das projeções populacionais

da ONU, nos países desenvolvidos, declarando haver um aumento na taxa de crescimento de indivíduo com mais de 65 anos de 10,5% para 18,1% entre 1975 e 2075, enquanto que nos países subdesenvolvidos, esse crescimento será de 3,8% para 17%. Trata-se da faixa etária que cresce mais rapidamente.

Segundo dados de Kasschau (1976 apud OLIVEIRA, 2001), as mulheres possuem maior longevidade que os homens, e sobre a realidade brasileira, esses autores confirmam essa perspectiva ao apontarem que as mulheres brasileiras tendem a ficar viúvas com maior probabilidade do que os homens.

Knobel (1996) afirma que Freud dizia em 1915: "No inconsciente todo mundo sonha com a imortalidade". Por isso pode se pensar em duas perspectivas diferentes sobre o sentido da velhice.

Uma perspectiva é a do tempo exterior, envelhecer é desgastar-se, é perder o vigor das forças físicas da mocidade e da juventude e é fazer de modo cada vez mais doloroso, a experiência da realidade dos limites, constitutivos da condição humana. Outra perspectiva é a do tempo interior, pois a experiência do existir vai-se tornando mais amadurecida; a pessoa idosa vai se enriquecendo naquilo que realiza. Cada experiência vivida é integrada no seu cotidiano e com essas experiências podem-se ir abrindo novos caminhos, encontrando novas saídas para os impasses e desafios que ela vai deparando principalmente em relação à sexualidade. A partir dessas perspectivas, percebe-se que não é fácil estabelecer quando uma pessoa começa sua velhice.

Neri e Freire (2000) citam Erik Erikson mencionando que, ao longo do amadurecimento, o ser humano vai se transformando qualitativamente, vencendo sucessivos conflitos evolutivos e seu ego vai ganhando novas qualidades.

A seguir reporta-se a um ligeiro traçado do envelhecimento nos aspectos biológicos, sociais e psicológicos para compreensão da sexualidade da mulher na terceira idade. O conhecimento básico desses aspectos do processo envelhecer tem sido considerado não só relevante, mas imprescindível para se conseguir um entendimento adequado de como a mulher da terceira idade pode viver seu envelhecimento e sua sexualidade de modo satisfatório.

2.2 ASPECTOS BIOPSICOSSOCIAIS DO ENVELHECIMENTO

Sabe-se que o organismo da mulher não é o mesmo durante a vida. Sofre alterações e evoluções que provocam mudanças físicas e psíquicas. Segundo Pinotti (1998), é importante a mulher conhecer bem o seu corpo, para melhor entender essas transformações e, sobretudo, poder cuidar mais adequadamente dele.

Segundo Lopes e Maia (1994), mulheres têm o direito ao conhecimento de como funciona seu corpo, têm o direito de conhecer as causas e consequências de sua atividade sexual, de como agir para que essa atividade seja agradável, prazerosa e saudável, e eliminar a velha tradição da crença inadequada de que sexo é uma atividade destinada a só a ter filhos, e que a satisfação sexual não é tão necessária para as mulheres como é para os homens.

Masters e Johnson (1981 apud VERAS et al., 1995) mencionam que, na fase pós-menopausa, a mulher começa a perceber alterações nos genitais, na aparência corporal e modificação durante as relações sexuais. Na fase de excitação, a lubrificação vaginal, que era adquirida rapidamente na época jovem, na terceira idade existe uma demora. De acordo com Kolodny (1982 apud VERAS et al., 1995), esses

sintomas surgem nesse período da vida e poderão aumentar pela falta de atividade sexual.

Estudos têm demonstrado que o impulso sexual não diminui na medida em que envelhecem, na verdade, alguns estudos relatam um aumento do impulso sexual. Willian Masters e Virgínia Johnson (apud KAPLAN, 1997) relataram o funcionamento sexual em indivíduos na casa dos 80 anos.

Segundo Butler e Lewis (1985), muitas mulheres na terceira idade sentem-se mais relaxadas em relação ao sexo e podem mesmo passar a gostar mais de fazê-lo, pois a menopausa as liberta do temor da gravidez não desejada.

Quando se discutem aspectos sociais do envelhecer entre os seres humanos, Jordão Neto (1997) relata o envelhecimento como um processo natural, dinâmico, progressivo e irreversível. Instala-se em cada indivíduo desde o seu nascimento e o acompanha ao longo da vida, culminando com a morte, quando esta ocorre por causas naturais.

Velhice era apenas uma condição humana temporal, uma fase até mesmo de desfrute, e de prestígio social, representado pela experiência vivida e do saber acumulado, servindo de exemplo para os mais jovens. No período posterior às revoluções industrial e burguesa, de inspiração capitalista, a velhice foi transformada em um fenômeno social.

É preocupante observar que, em uma sociedade como a brasileira que vem passando por tantas mudanças de valores, e principalmente no que se refere ao comportamento, ainda persiste o olhar de reprovação sobre a sexualidade da mulher na terceira idade.

A velhice para ser compreendida em sua totalidade deve ser analisada não somente

como um fato biológico, mas também como um fato cultural. E nesse aspecto, recorre-se à autora francesa Beauvoir (1970), quando diz que a velhice, como todas as outras situações humanas, tem uma dimensão existencial: modifica a relação do indivíduo com o tempo e, portanto, sua relação com o mundo e com sua própria história, e o homem não vive nunca em estado natural a sua velhice como em qualquer idade, seu estatuto lhe é imposto pela sociedade a qual pertence.

A partir do começo do século XX, Jordão Neto (1997) escreve que o envelhecimento passa a ser mais amplamente estudado, dando ênfase não apenas nos aspectos biológicos, mas também nas suas condicionantes sociais e psicológicas. Porque, com as transformações corporais e interagindo com essas transformações, as pessoas apresentam mudanças de comportamento, de papéis, de valores, de status, de crenças, de acordo com as diferentes fases e grupos etários a que pertence.

Essa concepção embute a idéia de que o desenvolvimento humano é comandado por três tipos de influências, ou seja, as genéticas ou biológicas, as ambientais ou sociais e as relacionadas com as escolhas e as adaptações individuais, ou sejam, as psicológicas.

Se biologicamente o avançar do tempo tende a provocar muitas limitações e perdas nas condições físicas e mentais dos indivíduos, Jordão Neto (1997) acredita que psicologicamente e socialmente o envelhecer de cada um vai depender da maneira pela qual conseguiu enfrentar as diferentes situações vivenciadas ao longo de toda a sua vida e não apenas em uma etapa ou em outra..

Goldfarb (1998) diz que a vida se desenvolve entre o nascimento e a morte; esse tempo vivido é o tempo subjetivo de formação do

eu. Para Goldfarb (1998), o eu que se estrutura no tempo exige continuidade, é um projeto sempre inacabado. A velhice não tem idade fixa ou conveniente para começar, e cada sujeito inaugura o tempo de ser velho, e quando esse tempo é imposto, opera com ele de acordo com o que sua própria história lhe determina.

[...] ao lado da velhice cronológica e da velhice burocrática, existe também a velhice psicológica ou subjetiva. Enquanto o ritmo da vida do velho fica cada vez mais lento, o tempo que tem pela frente fica cada dia mais curto. Quem chegou a uma idade avançada vive o contraste, ora mais, ora menos ansiosamente, entre a lentidão com a qual é obrigado a proceder no cumprimento do próprio trabalho, que requer mais longos para sua execução, e a inevitável aproximação do fim. O jovem segue adiante com maior desenvoltura e tem mais tempo pela frente. O velho não apenas caminha mais lento, mas o tempo que está empenhado é cada vez menor (BOBBIO apud GOLDFARB, 1998, p.115-116).

Costa (1998) escreve que a mulher da terceira idade não comprometida psicologicamente é aquela que ainda vive e quer continuar vivendo a vida em toda a sua plenitude, usufruindo daquilo que ela ainda pode oferecer e para a qual ela pode responder. Percebe-se a mulher da terceira idade que não vive à sombra das perdas ou à sombra do que não pode mais atingir, em razão de sua idade, ainda tem, mesmo com medo, desejos de realização pessoal.

2.3 ENVELHECIMENTO E AFETIVIDADE

Segundo Néri (2001), a vivência dos afetos no percurso da vida envolve diferenciações importantes, como ódio e ressentimento, amor objetal, amor erótico. Portanto, na fase da longevidade, esses afetos têm colorações próprias e podem contar com a capacidade de tolerar conflito e ambivalência, por tudo que viveu, por tudo que deu e recebeu, pelo que foi realizado e pelo que não foi realizado.

Kaplan (1997), ao citar os estágios da generatividade e a estagnação de Erik Erikson, fala que a generatividade consiste na tendência de transmitir à geração seguinte sua contribuição de vida, seja por meio de apoio emocional ou valores práticos, e a estagnação é o fracasso desse desafio. Assim, a generatividade pressupõe a capacidade de sublimar, investindo libidinalmente em outros objetos para substituir aqueles perdidos na estagnação.

A mulher, por ser fruto de um contexto sociocultural, aprendeu a temer as perdas e os desafetos da velhice, mas ao mesmo tempo essa mulher da terceira idade usa sua experiência para compensar as perdas. E para isto acontecer, são necessários ajustes e reconfigurações de ordem interna e externa, para serem capazes de amar, serem amadas com o vigor e as limitações, com os encantos e desencantos característicos da idade.

Sabe-se que a sexualidade adulta é derivada da sexualidade infantil, que existe desde o início da constituição do indivíduo e que seu objetivo é a satisfação das necessidades orgânicas, a busca do prazer e o encontro com o outro. As primeiras interações psicossociais entre o bebê e seu cuidador produzem os registros emocionais que formarão o aparelho psíquico do recém-nascido e que determinarão o comportamento sexual e afetivo da mulher na terceira idade, enfim, de todo o futuro adulto. Portanto, a capacidade de amar é aprendida nas primeiras relações e fortalecida por outras vivências, em diferentes etapas da vida (BALBINOTTI, 2003).

Segundo Bock, Furtado e Teixeira (1999), a vida afetiva, ou os afetos, abrange muitos estados pertencentes à gama prazer-desprazer, a angústia em seus diferentes aspectos, a dor, o luto, a gratidão, a despersonalização, os afetos que sustentam o temor do aniquilamento, o desaparecimento do desejo sexual.

É imprescindível compreender que a vida afetiva, emoções e sentimentos, compõe o ser humano e constitui um aspecto fundamental na vida psíquica. Percebe-se que conservar certa atividade intelectual, social e afetiva é indispensável ao bom funcionamento do organismo, pois o ser humano é um "todo" que vive em sociedade, e o sentimento de isolamento e inutilidade, a falta de afeto familiar e amizade e a falta de atividade adequada aceleram, sem dúvida alguma, o envelhecimento.

2.4 RELAÇÃO ENTRE ENVELHECIMENTO E SEXUALIDADE

De acordo com Lopes e Maia (1994), a sexualidade é uma forma de expressão pessoal, que se adquire e é aperfeiçoada durante toda a vida. A fecundidade não é o objetivo único da sexualidade, é preciso humanizar o ato sexual independente da procriação. A união sexual simboliza a busca da unidade, a realização plena do ser. Para esses autores pode-se tentar perceber a sexualidade segundo duas vertentes: a primeira, diz respeito à sexualidade biológica e reprodutiva, e a segunda, à sexualidade erótica ou de produção do prazer. Assim, pode existir um envelhecimento biológico, porém o erotismo persiste. O sexo desaparece com o fim da vida não com o avançar da idade.

Butler e Lewis (1985) relatam que só com a idade, quando a personalidade alcança seus últimos estágios de desenvolvimento, o sexo e a forma de amar alcançam seu mais profundo crescimento. A sexualidade, em geral, é uma importante questão. Embora William Masters e Virginia Johnson relatem, assim como Alfred Kinsey e outros (apud KAPLAN, 1997), que a atividade sexual prazerosa, incluindo o coito, pode continuar até a velhice, também pode

ocorrer um declínio no funcionamento sexual. Para algumas pessoas, entretanto, a crença errônea de que a atividade sexual vigorosa é prerrogativa da juventude é suficiente para interferir em suas respostas sexuais fisiológicas normais.

Segundo Butler e Lewis (1985), o sexo e a sexualidade são experiências prazerosas, gratificantes e reconfortantes. Afeto, calor e sensualidade não precisam se deteriorar com a terceira idade, e, na verdade, podem até mesmo aumentar. O sexo na terceira idade é o sexo por si mesmo: prazer, liberação de tensão, comunicação, intimidade compartilhada. O sexo ativo prova para as pessoas de mais idade que seus corpos ainda são capazes de funcionar bem e causar prazer.

Segundo Bruns (1996), a sexualidade, mesmo que não admitida conscientemente, revela o que somos. E o que somos traz em si o que já fomos, e a possibilidade de vir a ser. É na sexualidade de cada um que está impressa e expressa a história pessoal, bem como o modo de lidar com a trajetória do envelhecimento, aprendendo como lidar com essa incontrolável realidade que é o envelhecimento humano.

Veras et al. (1995) relatam que a visão sexuada do idoso faz lembrar a do trabalho de Freud, "os três ensaios sobre sexualidade", do final do século XIX e início do século XX no qual expunha que a sexualidade já era presente na infância, escandalizaram a sociedade vienense, que vivia em uma educação vitoriana. Dentre os fatores e formas de expressão da atividade sexual, Veras et al. (1995) mencionam pesquisa realizada por Masters e Johnson (1981), o ciclo de resposta sexual esclarece questões importantes não só para o grupo da terceira idade, mas também para todos que supõem que a vida dos idosos seja assexuada. A sexualidade muda no decorrer do tempo

porque as pessoas mudam, crescem, tornam-se cada vez mais elas mesmas. Na terceira idade, pode-se dizer que se perde em quantidade, mas seguramente pode se ganhar em qualidade.

Conforme Azevedo (2002), os aspectos psicológicos e emocionais afetam de maneira acentuada, interferindo no comportamento sexual, porém a função sexual continua por toda a vida.

3 RESULTADOS E DISCUSSÕES

As entrevistas foram analisadas individualmente e permitiram uma compreensão singular de posicionamento de cada entrevistada. Além disso, por meio da análise qualitativa das entrevistas, manteve-se o eixo do objetivo de compreender como as mudanças que ocorrem no processo de envelhecimento interferem na vivência da sexualidade das mulheres da terceira idade. Organizou-se a análise descritiva em cinco questões básicas para a compreensão dos aspectos biológicos, sociais e psicológicos, referentes ao tema proposto.

3.1 O QUE A MULHER DA TERCEIRA IDADE PENSA SOBRE A SUA SEXUALIDADE

Cada uma das mulheres entrevistadas pôde expressar livremente suas opiniões. Ressaltaram as manifestações de seus pensamentos, todas falaram que há uma transformação constante ao longo de todo o processo de envelhecimento, porém não há limite de idade para a prática da atividade sexual. Que a sexualidade permanece na terceira idade, havendo somente uma diminuição da freqüência. Houve queixas sobre as dificuldades em função das alterações hormonais comuns à menopausa, como uma menor lubrificação

vaginal, uma demora em atingir o orgasmo, e muitas vezes a incompreensão do companheiro.

As mulheres que são viúvas ou separadas, falaram da impossibilidade de manterem relações sexuais pela falta do companheiro. Outras, embora com seus companheiros relatam que estes, por causa das mudanças fisiológicas, dos problemas de saúde, ou da tensão socioeconômica, apresentam uma inapetência sexual, ou não têm mais condições de manterem relações sexuais e, mesmo ainda sentindo os desejos, deixam passar, vão sublimando toda a sua libido por meio de outras atividades.

Segundo essas mulheres entrevistadas, as necessidades sexuais da mulher da terceira idade são diferenciadas das necessidades das mulheres mais jovens, porque agora vivem outros momentos da vida, em que prezam mais a intimidade, o aconchego e o companheirismo.

Entre os fatores mais significativos para a expressão dessa sexualidade situam-se a cultura, a família, as normas sociais, a educação e a religião. A educação e a escolaridade das entrevistadas se desenvolveram em uma relação de opressão, por causa da época em que viveram, e as consequências ficaram muito evidentes na maneira de cada uma relacionar suas experiências vivenciais, de forma muito cautelosa ao falar de sua sexualidade, de seus desejos e, também, sobre os prazeres que a relação sexual lhes proporciona.

Percebeu-se a reafirmação da forma opressora da influência religiosa que cada uma recebeu. Percebeu-se, também, que divididas entre os preconceitos sociais e os impulsos libidinais, muitas mulheres da terceira idade acabam por viverem a sua sexualidade com muita culpa.

3.2 COMO SÃO OS DESEJOS SEXUAIS DAS MULHERES NESSA FASE DA VIDA

Ficou muito claro que na velhice o desejo sexual não desaparece. Ele pode ser alterado temporariamente, apenas o menor vigor, ou a menor vitalidade física, impede de ser o desejo tão ativo como antes. As freqüências das atividades sexuais são menores e menos intensas, porém mais sensíveis.

Os estímulos internos que fazem emergir o desejo podem ser vinculados ou não a um estímulo externo. As mulheres relataram que quando não estimuladas, com os estímulos externos e internos, não sentem os mesmos desejos sexuais, pelo contrário, o momento da relação se torna até um momento de desprazer. De uma forma geral, disseram apreciar mais os estímulos auditivos e táteis. Relataram também que o desejo às vezes pode culminar com a relação sexual ou não.

Algumas continuam vivenciando suas atividades da mesma forma como antes e outras com menor freqüência, e ainda há aquelas que sublimam por não possuirem parceiros. Relataram que a atividade sexual é muito salutar, que um bom aconchego é imprescindível para viverem felizes. Uma senhora foi muito categórica em afirmar que: "a mulher idosa não perde o desejo sexual, simplesmente já não tem aquela pressa da juventude, enquanto se é jovem obtém maior gratificação na quantidade de relações sexuais, e na terceira idade, reina a qualidade; é claro que a freqüência das relações sexuais diminui, mas a satisfação é a mesma, afinal, também aqui a experiência conta".

A lubrificação vaginal tem por finalidade, conforme Artidoro Cáceres (apud LOPES; MAIA, 1994), facilitar a penetração do pênis. A sua abundância varia de mulher para mulher e, na

mesma mulher, dependendo do contexto da relação sexual e da idade. Não existem parâmetros de normalidade para a intensidade, a duração e a quantidade de orgasmos, visto que são características individuais e sujeitas as inúmeras variáveis culturais, psicológicas, fisiológicas, às etárias e religiosas.

3.3 COMO AS MUDANÇAS QUE OCORRERAM NO CORPO DA MULHER DA TERCEIRA IDADE INTERFEREM EM SUA VIDA SEXUAL

As respostas foram que o corpo muda, que o tempo deixa marcas, que existe uma restrição física. Essas mudanças, ou seja, esse envelhecimento, significam passar por perdas decorrentes principalmente de mudanças na aparência física, cabelos embranquecidos, diminuição na acuidade visual e auditiva, a formação de gorduras localizadas, mas elas não perderam a capacidade orgástica, apesar de todos os preconceitos pessoais e sociais que enfrentam, elas continuam a viver a sua sexualidade.

É por meio do encontro com o outro que elas aprimoram a qualidade dos vínculos e estes, quando saudáveis, fortalecem essa capacidade de desejar, de buscar prazer na sexualidade e de amar. As pessoas de mais idade, realmente, têm uma capacidade especial para levar o sexo e o amor a novos níveis de desenvolvimento.

Foi verbalizado por uma das entrevistadas "que hoje na terceira idade pode até usufruir mais a relação sexual do que quando era jovem, pois a sexualidade para ela vai além de orgasmos, tem a ver com comunhão, com tocar, e se deixar ser tocada, acariciar e se deixar ser acariciada, ter e dar prazer".

3.4 OS PRECONCEITOS EM RELAÇÃO À SEXUALIDADE DA MULHER NA TERCEIRA IDADE

As mulheres entrevistadas disseram que os mais jovens e a sociedade tendem a achar que as mulheres da terceira idade não necessitam e não gostam mais de manterem relações sexuais.

Quando elas apresentam qualquer manifestação, por mais tímida que seja, de interesse sexual, são freqüentemente discriminadas. Percebe-se certa avaliação negativa, que não procede apenas da sociedade jovem, mas também da própria mulher.

Porém ocorre que o sentimento de juventude permanece no inconsciente dessas mulheres e as mudanças na aparência física, que vão operando ao longo do tempo, passam despercebidas, e elas só se dão conta quando o olhar do outro, como menciona Beauvoir (1970), lhe dá a exata dimensão da passagem dos anos.

3.5 COMO SE MANIFESTAM AS TROCAS AFETIVAS E DE CARINHOS NA TERCEIRA IDADE

Disseram que o passar dos anos trazem modificações físicas e, paralelamente, modificações psíquicas. O impulso sexual declina com a idade, mas essas mudanças não as tornam inaptas afetivamente; relatam que a sexualidade muda com os anos, tornando menos "acesas", requerendo mais tempo de carícias.

A terceira idade ensina vivenciar situações diversas, como se emocionar perante o cotidiano, se conflitar porque algo lhe desagradou, se magoar, errar e reparar os erros, voltar e amar, desejar sexualmente e encontrar maneiras de se relacionarem de formas agradáveis e muito afetivas.

A questão de o corpo passar por mudanças, transformações, é um fato concreto, porém o tempo deixa marcas menos visíveis que rugas, são marcas que se notam apenas na intimidade. E, diante disso, o vigor sexual não é o mesmo; a resistência física também não, porém todos esses fatores não são capazes de anular na mulher da terceira idade as suas possibilidades de continuarem suas demonstrações de carinhos, sua afetividade e suas experiências sexuais.

CONCLUSÃO

Este trabalho oferece informações para esse aspecto tão complexo, a sexualidade da mulher da terceira idade. A amostra, apesar de reduzida, abre possibilidade para novas pesquisas e para encontrar novos caminhos, e descobertas mais significativas. No momento essa contribuição mostra o fato de constatar que a sexualidade da mulher da terceira idade se faz presente no seu viver. Trata-se de uma pesquisa qualitativa, na qual se buscou compreender como as mudanças que ocorrem no processo de envelhecimento interferem na vivência da sexualidade em um determinado grupo de mulheres da terceira idade.

Por meio de amostras aleatórias e um questionário com perguntas abertas, cada entrevistada foi relatando suas percepções, seus sentimentos a respeito desse tema tão significativo, que foram compilados nas cinco questões descritas. Os resultados das respostas vão ao encontro dos achados bibliográficos, apontando que o envelhecimento não interfere no desejo sexual da mulher da terceira idade.

Embora a ciência comprove a existência das mudanças fisiológicas naturais da idade, essas transformações orgânicas limitam a

performance sexual, o desejo sexual permanece e viabiliza relacionamentos que podem ser bastante prazerosos. O desempenho sexual é variável, dependendo de fatores como a educação, a cultura, a situação familiar, e, acima de tudo, o preconceito tão arbitrário imposto por uma sociedade que valoriza a juventude, estabelecendo um tempo para que as pessoas vivam a sua sexualidade.

Durante o processo de pesquisa bibliográfica, percebeu-se que essa temática ainda é pouco explorada, e, de fato, vem sendo admitida pela sociedade, apenas há bem pouco tempo. Esse interesse recente coincide com a concatenação no momento atual, de uma série de processos socioeconômicos, como: o aumento mundial da expectativa de vida, a discussão aberta e progressiva sobre a sexualidade e o investimento dos últimos anos em medicamentos fornecedores do desempenho sexual, principalmente para os homens, como o Viagra e outros similares, e para as mulheres, a reposição hormonal.

Percebeu-se que o sexo saudável resulta da integração de elementos biológicos, socioculturais e psicológicos. E estigmas envolvendo esses três componentes servem de freio para uma sexualidade satisfatória.

O comportamento da mulher da terceira idade, quanto a sua sexualidade, depende de inúmeras variáveis. Uma de grande importância é a sua história de vida sexual. As mulheres que tiveram uma prática sexual mais intensa tendem a permanecer mais ativa sua sexualidade na terceira idade.

Assim, durante o envelhecimento, todas as mulheres sofrem mudanças com alterações nos órgãos e sistemas do corpo, ocorrendo de formas e ritmos diferentes. Portanto, o mais importante seria compreender essas modificações como parte

do processo ao longo da vida.

O envelhecimento bem-sucedido também é visto como uma competência adaptativa do indivíduo, ou seja, a capacidade generalizada para responder com flexibilidade aos desafios resultantes do corpo, da mente e do ambiente. É importante ter em mente que a vida da mulher na terceira idade pode ser satisfatória, com qualidade e bem-estar, como afirma Maria Helena Novais (apud NERI; FREIRE, 2000, p. 29): "envelhecer não é seguir um caminho já traçado, mas construí-lo permanentemente". A sexualidade não se extingue, mas pode se adaptar a essas novas mudanças.

Em resumo, pode-se dizer que a resposta sexual da mulher na terceira idade se torna mais lenta, mas só desaparece com a morte. Que não há limite de idade para a prática do comportamento sexual.

Essa mulher compreende a sua sexualidade como sendo uma expressão muito mais ampla de afeto, de carinho, de contato, conhecimento, e que o sexo é sempre interdependente, novo e permeado de desejos. No entanto, não basta confirmar esse fato; é necessário promover reflexões sobre essas evidências, para que essas mulheres possam usufruir seus sentimentos, sua libido sem culpa e sem constrangimento.

ABSTRACT

This research had as its goal to evaluate both woman's third age vision about her sexuality, based on social and emotional matters, and the physical modifications which occur in the menopause. It was used as sample, third age women, between 65 and 73 years old, who belong to the Campo Grande's Trade Social Service Group, in the state of Mato Grosso do Sul. It was realized bibliographical and field researches; it was used the qualitative methodology to evaluate the results. The data was collected by means of interviews with opened questions, which were compiled and described in five basic aspects on the sexuality, as result of this research work. It was concluded that the third age woman doesn't see herself as asexual, however she manages to point the several modifications. The results of the answers fits with what was found in the bibliographic discoveries, pointing that aging doesn't interfere in the woman's third age sexual wish.

Keywords: Woman. Third age. Sexuality. Sexual wish.

REFERÊNCIAS

AZEVEDO, J. R. Ficar jovem leva tempo. Disponível em: <http://www.vivatravalo.com.br/terceira_idade/colaboradores/ficar_jovem/avulsas/sexualid>. Acesso em: 26 jul. 2002.

BALBINOTTI, H. B. F. Sexo maduro: amar sempre é preciso: a sexualidade na maturidade é expressão de saúde afetiva. *Revista Viver Psicologia*, São Paulo, n.131 p.12-14, dez. 2003.

BEAUVOIR, S. A. *A velhice*. São Paulo: Difusão Européia do Livro, 1970.

BÍBLIA Sagrada. rev. e atual. Gêneses: cap. 9, v. 28/29; cap. 11, v. 10/232; cap. 17, v. 1/8; cap. 18, v. 1/15; cap. 21, v. 1/7. Rio de Janeiro, 1969.

BOCK, A. M. B; FURTADO, M. C.; TEIXEIRA, M. L. T. *Psicologias: uma introdução ao estudo da psicologia*. São Paulo: Saraiva, 1999.

BOSI, E. *Memória e sociedade*. 2. ed. São Paulo: Queiroz, 1998.

BRASIL. Ministério da Justiça. Lei n 8.842, de 4 de janeiro de 1994. *Política Nacional do Idoso. Declaração Universal dos Direitos Humanos. Programa Nacional de Direitos Humanos*. Brasília: Ministério da Justiça; Secretaria Nacional dos Direitos Humanos, 1998. 76p.

BRUNS, M. T. *Envelhecimento: essa incontrolável realidade humana*. *Revista Viver Psicologia*. Rio de Janeiro, n. 43, p. 11-13, maio/jun. 1996.

BUTLER, R. N.; LEWIS, M. L. *Sexo e amor na terceira idade*. São Paulo: Summus, 1985.

COSTA, E. M. S. *Gerontolodrama: a velhice em cena: estudos clínicos e psicodramáticos sobre o envelhecimento e a terceira idade*. São Paulo: Agora, 1998.

EIZIRIK, C. L. (Org). *O ciclo da vida humana: uma perspectiva psicodinâmica*. Porto Alegre: Artmed, 2001.

FERRIGNO, J. C. *A sexualidade dos mais velhos*. *Revista Intercâmbio*, Rio de Janeiro, v. 3, n. 1, p. 5-16, set./dez. 1988.

GOLDFARB, D. C. *Corpo, tempo e envelhecimento*. São Paulo: Casa do Psicólogo, 1998.

JORDÃO NETTO, A. *Gerontologia básica*. São Paulo: Lemos Editorial, 1997.

KAPLAN, H. I; SADOK, B. J.; GREBB, J. A. *Compêndio de psiquiatria: ciência do comportamento e psiquiatria clínica*. 7. ed. Porto Alegre: Artes Médicas, 1997.

KNOBEL, M. *Orientação familiar*. 2. ed. Campinas: Papirus, 1996.

LOPES, G.; MAIA, M. *Sexualidade e envelhecimento: envelhe...sendo com sexo*. São

Paulo: Saraiva, 1994.

MATO GROSSO DO SUL. Fundação de Promoção Social de MS. Lei n° 2.073, de 7 de janeiro de 2000. Dispõe sobre a Política Estadual do Idoso e dá outras providências. Campo Grande, MS: PROMOSUL, 2000a.

MINAYO, M. C. S. Quantidade e qualidade. Brasília, 1995. Aula ministrada no Ministério da Saúde.

NERI, A. L. (Org.) Maturidade e velhice: trajetórias individuais e sócio-culturais. Campinas, SP: Papirus, 2001.

NERI, A.L.; FREIRE, S. A. (Org.). E por falar em boa velhice. Campinas, SP: Papirus, 2000.

OLIVEIRA, E. A.; PASIAN, S. R. A vivência afetiva em idosos. Revista Psicologia Ciência e Profissão, Brasília, DF, ano 21, n.1, p. 68-83, 2001.

PINOTTI, J. A. Saúde da mulher. São Paulo: Contexto, 1998.

VERAS, R. P. et al. Terceira idade: um envelhecimento digno para o cidadão do futuro. Rio de Janeiro: Relumé-Dumará, 1995.

ZIMERMAN, D. E. et al. Como trabalhamos com grupos. Porto Alegre: Artes Médicas, 1997.