

# A SEXUALIDADE DA MULHER NA TERCEIRA IDADE

## THE SEXUALITY OF WOMEN IN THE THIRD AGE

Brenda Iara<sup>1</sup>

 <https://orcid.org/0000-0001-6365-1554>

Reni Onives de Lisboa<sup>1,2</sup>

 <https://orcid.org/0000-0002-8085-1774>

Ronaldo Lima Nunes<sup>2</sup>

 <https://orcid.org/0000-0003-1321-6145>

<sup>1</sup>Acadêmicas de Enfermagem. Instituição: Faculdade Juscelino Kubitschek – JK. Brasília, Distrito Federal, Brasil.

<sup>1</sup>Autora correspondente. E-mail: renionives03@gmail.com

<sup>2</sup>Mestrando em Ciência e Tecnologia em Saúde pela Universidade de Brasília – UnB. Instituição: Faculdade Juscelino Kubitschek – JK. Brasília, Distrito Federal, Brasil. E-mail: ronaldo.nunes@facjk.com.br

### Como citar este artigo:

Iara B, Lisboa ROD. A sexualidade da mulher na terceira idade. Rev Bras Interdiscip Saúde - ReBIS. 2021; 3(4):42-8.

Submissão: 20.10.2021

Aprovação: 16.11.2021

**Resumo:** A sexualidade na terceira idade é uma questão que ainda implica mitos e tabus, principalmente quando se trata do público feminino. Muitas idosas deixam de estar sexualmente ativas ou acreditam que não possuem mais essa necessidade. A qualidade de vida está diretamente relacionada a uma vida sexual saudável e, para que isso aconteça, é fundamental que as mulheres da terceira idade tenham conhecimento a respeito do próprio corpo. O objetivo deste trabalho é compreender a importância da sexualidade feminina na terceira idade. A presente pesquisa é do tipo revisão bibliográfica contando com a análise crítica de 15 artigos publicados em periódicos científicos entre os anos de 2014 a 2020. As bases de dados e periódicos eletrônicos utilizadas para a seleção dos mencionados artigos foram: SciELO, Pubmed e Google Acadêmico. A sexualidade deve ser parte integrante da personalidade do ser humano. Seu desenvolvimento somente irá se completar com a satisfação das outras necessidades humanas básicas, como o desejo de necessidades de intimidade, contato físico, expressão emocional, prazer, amor e carinho. A sexualidade feminina na terceira idade é importante, porque está diretamente relacionada à autoestima e qualidade de vida das mulheres. Além disso, é fundamental que se discuta o tema a fim de evitar a incidência de doenças sexualmente transmissíveis nesse público.

**Palavras-chave:** feminina, sexualidade e terceira idade.

**Abstract:** *Introduction: Sexuality in the elderly is an issue that still involves myths and taboos, especially when it comes to the female audience. Many elderly women stop being sexually active or believe that they no longer have this need. Quality of life is directly related to a healthy sex life and, for that to happen, it is essential that elderly women have knowledge about their own bodies. Objective: To understand the importance of female sexuality in the elderly. Materials and Methods: This is a literature review with a critical analysis of 15 articles published in scientific journals between the years 2014 and 2020. The databases and electronic periodicals used for the selection of the mentioned articles were: SciELO, Pubmed and Google Acadêmico. Results: Sexuality should be an integral part of human personality. Its development will only be completed with the satisfaction of other basic human needs, such as the desire for intimacy, physical contact, emotional expression, pleasure, love and affection. Conclusion: Female sexuality in old age is important because it is directly related to women's self-esteem and quality of life. Furthermore, it is fundamental that the theme be discussed in order to avoid the incidence of sexually transmitted diseases in this public. Keywords: female, sexuality and old age.*



<http://revistarebis.rebis.com.br/index.php/rebis>



[revistarebis@gmail.com](mailto:revistarebis@gmail.com)

## Introdução

A sexualidade humana pode ser entendida como o conjunto complexo de condições propriamente anatómicas, psicológicas e fisiológicas que são responsáveis por individualizar os desejos e as vontades de um indivíduo. Este termo também pode estar relacionado à ideia de apetite sexual, mais voltado para a propensão carnal, compreendendo, a partir disso, o conjunto dos fenômenos emocionais e comportamentais que se associam ao sexo em si [1].

Da mesma forma que o homem, a mulher possui necessidade de afeto, respeito e compreensão. Quando se trata de um aspecto fisiológico, ela também precisa satisfazer um sentimento íntimo, sendo capaz de conhecer e vivenciar o próprio corpo [2].

Nesse sentido, diversos aspectos subjetivos, relacionados às condições físicas e psíquicas são responsáveis por constituir a sexualidade feminina. A sexualidade da mulher ainda é permeada por muitos tabus, principalmente quando se trata da mulher na terceira idade [3].

O processo de envelhecimento é compreendido como um conjunto de fatores que implicam na diminuição orgânica e funcional que acontece, inevitavelmente, em razão do decurso do tempo. Todas essas alterações e fatores precisam ser estudados e analisados, especialmente quais estão associados à temática da sexualidade feminina [4].

Diante do exposto, é importante destacar que esta pesquisa tem como proposta investigar a correlação entre os três elementos narrados acima: sexualidade, sexualidade feminina e o processo de envelhecimento. Por este motivo o objetivo geral do trabalho é o de compreender a importância da sexualidade feminina na terceira idade.

## Materiais e métodos

A presente pesquisa é do tipo revisão bibliográfica sistemática contando com a análise crítica de 15 estudos entre os anos de 2014 a 2020. As bases de dados e periódicos eletrônicos utilizados para a seleção dos mencionados artigos foram: SciELO e *Google Acadêmico*.

Cabe destacar que os descritores utilizados na busca das referências foram: “sexualidade feminina”, “sexualidade humana” e “envelhecimento”. Com isso, todos os estudos foram devidamente analisados, selecionados de acordo com o tema apresentado, título e conteúdo para a construção do artigo.

No total, foram encontrados 29 estudos que tinham potencial para embasar a pesquisa. No entanto, utilizando como parâmetro os critérios de inclusão e exclusão, desses 29 foram selecionados apenas 15 estudos. Para melhor esclarecer, nas próximas linhas são especificados os critérios de inclusão e exclusão.

**Critérios de Inclusão:** artigos em língua portuguesa, aqueles que envolvessem, especificamente, o contexto envolvendo a sexualidade feminina e o processo de

envelhecimento e estudos desenvolvidos entre o período de 2014 a 2020.

**Critérios de exclusão:** artigos em língua estrangeira, aqueles que não envolvessem, especificamente, o contexto envolvendo a sexualidade feminina e o processo de envelhecimento e estudos desenvolvidos antes de 2014.

## Referencial teórico

A questão da sexualidade é extremamente relevante quando se trata da qualidade de vida durante a terceira idade. Dessa forma, é fundamental compreender os principais pensamentos, crenças, sentimentos e atitudes da pessoa idosa, além de outros aspectos como, a intimidade e frequência de prática sexual [5].

Os idosos possuem uma particularidade quando se trata deste tema, pois reconhecem mudanças promovidas pelo envelhecimento que podem impactar negativamente em suas vidas, especialmente quando se fala de mulheres [6].

Ainda sobre a relação sexual na terceira idade, é importante destacar que os homens tendem a manter a relação sexual sem a necessidade de um vínculo afetivo, propriamente dito, enquanto que as mulheres são extremamente influenciadas pela religiosidade, com tendência a preferir um parceiro fixo [7].

No contexto atual ainda existem preconceitos materializados por meio de tabus sociais que, em grande parte das situações, recaem sobre as mulheres. Em decorrência disso, muitas vezes elas têm suas necessidades completamente negligenciadas, chegando ao ponto de não realizarem práticas sexuais tão somente em razão da pressão social e do julgamento no qual podem estar submetidas [8].

Infelizmente, muitas idosas ainda possuem resistência acerca de perguntas diretas sobre a sua sexualidade, pois o sexo na velhice ainda é algo polemizado por pessoas jovens. Diante desse cenário, percebe-se que a popularização de tabu a respeito da sexualidade feminina compromete significativamente a saúde e o bem-estar da mulher na terceira idade [9].

Quando se trata da temática a respeito da sexualidade para as idosas é essencial que os setores de saúde se preocupem em fornecer as orientações adequadas para este público, principalmente quando no diz respeito à qualidade de vida das mulheres idosas. Assim, é fundamental que haja esclarecimento sobre o impacto positivo da sexualidade feminina durante a terceira idade [4].

É importante ressaltar que os problemas no relacionamento durante a terceira idade se configuram como fatores que predispõem dificuldades na vida sexual, ou seja, os adultos mais velhos necessitam de uma maior atenção de abordagem multidisciplinar de saúde para compreender o processo pelo qual estão passando [10].

Diante disso, o envelhecimento deve ser enxergado como um processo natural, indissociável ao ser humano, e que é marcado por mudanças fisiológicas que

comprometem a capacidade funcional, e autonomia das pessoas. Essas mudanças não podem ser enxergadas como, necessariamente limitantes, mas sim como uma evolução natural do desenvolvimento humano [11].

A senescência pode ser compreendida como alteração envolvida no envelhecimento, ou seja, alterações que são caracterizadas por processos fisiológicos. Isso, porque se trata de um fenômeno que pode acometer idosos com aspectos fisiopatológicos e, com isso, comprometer a qualidade de vida. Quando se trata do público feminino tal situação é frequentemente verificada com a redução hormonal [8].

No geral, o desenvolvimento humano é marcado pela sexualidade com caráter natural ou fisiológico, e quando associada ao envelhecimento tem relação com a intimidade, expressões emocionais, de carinho e de amor [12].

A partir do que foi apresentado, pode-se perceber claramente que a sexualidade e as mulheres na terceira idade é marcada por estereótipos preconceituosos e irreais, levando-as à condição de pessoa assexuada e reforçando a permanência de tabus que influenciam negativamente na vida delas e, conseqüentemente, as induzem a manter atitudes de cunho pessimista a respeito do sexo na velhice [13].

Também é importante fazer algumas considerações a respeito da diminuição da atividade sexual. A mais relevante dessas considerações implica que esta diminuição está ligada à incapacidade funcional dos idosos, de maneira que não é incentivada durante essa fase da vida e, portanto, se faz necessário que haja demonstração dos benefícios, principalmente para as mulheres [14].

É fundamental que os idosos compreendam que é possível continuar experimentando vivências prazerosas, de maneira que a sexualidade feminina em pessoas idosas deve ser compreendida de maneira sistêmica e afastada de possíveis preconceitos difundidos socialmente [3].

Quando se trata da sexualidade feminina, é preciso considerar a possibilidade da ocorrência de infecções sexualmente transmissíveis. Estas infecções são causadas por vírus, bactérias e outros micro-organismos. A sua transmissão acontece, principalmente, em decorrência do contato sexual desprotegido, independentemente se ele acontece por via oral, vaginal ou anal. É importante salientar que o tratamento das pessoas acometidas por este tipo de infecção melhora substancialmente a qualidade de vida e interrompe a cadeia de transmissão, o que é significativamente importante quando se trata do público feminino na terceira idade [15].

Considerando que este público, na maioria das vezes, enfrenta problemas relacionados ao sistema imunológico, a negligência quanto ao tratamento pode provocar diversas complicações que, e em casos extremos, podem levar a óbito. Existem diversas infecções sexualmente transmissíveis, mas nesta pesquisa duas recebem destaque maior: sífilis e infecção por clamídia. A sífilis pode ser transmitida por meio da

relação sexual sem camisinha com uma pessoa infectada [7].

A doença é curável e exclusiva do ser humano, causada pela bactéria *treponema pallidum*, sendo capaz de apresentar várias manifestações clínicas e variados estágios. No estágio primário e secundário da infecção, a possibilidade de transmissão é maior. Na sífilis primária se percebe a existência de ferida no local da entrada da bactéria que aparece no período de 10 a 90 dias após o contágio. Normalmente, a ferida não dói, não coça, não apresenta pus e não arde, muito embora possa estar acompanhada de ínguas na virilha. Na sífilis secundária, os sinais e sintomas surgem entre 6 semanas e 6 meses o aparecimento e cicatrização da ferida inicial [3].

É possível que o paciente apresente manchas no corpo, incluindo as palmas das mãos e plantas dos pés, é possível que ocorra febre, dor de cabeça e ínguas pelo corpo. Na sífilis latente, caracterizada pela fase assintomática, não surgem sinais ou sintomas e, por fim, na sífilis terciária é possível verificar lesões cutâneas, cardiovasculares e neurológicas e ósseas [5].

Outra doença relacionada à sexualidade feminina é a infecção por clamídia. Essas infecções, na maioria das vezes, provocam corrimento vaginal com dor no baixo ventre na mulher, apesar de em muitos casos se apresentarem de forma assintomática. A ausência de sintomas faz com que as mulheres não procurem tratamento para essas infecções. O grande problema é que quando agravadas por causa da ausência de tratamento, é possível evoluir para doença inflamatória pélvica, dor e desconforto nas relações sexuais e outros danos à saúde [15].

Diante do apresentado, nota-se que a sexualidade não depende da idade dos indivíduos. Ao contrário do que muitos pensam é nesta etapa da vida que surgem novas conquistas como a da satisfação pessoal e do prazer, sendo aspectos notadamente particulares [15].

## Resultados e Discussão

O Ministério da Saúde (MS) define a sexualidade como um conjunto de características humanas nas diferentes formas de expressar a energia vital, no qual a sociedade optar por pensar que, durante a terceira idade, o idoso torna-se um ser assexuado havendo dificuldade de promover a saúde sexual e qualidade de vida da pessoa idosa [4].

Deve-se salientar, nesse sentido, que a idade é um obstáculo quando se trata das relações sexuais na vida dos idosos, sendo uma restrição ligada diretamente à idade não é determinada pela presença ou ausência do sexo, pois o desejo ainda existe [12].

O processo de envelhecimento não significa que ocorre a assexualidade, no entanto, tabus e mitos propriamente sociais na terceira idade inibem as idosas de exercer sua vida de forma integral, onde as alterações fisiológicas e opressões familiares fortalecem esses preconceitos [4].

Dessa maneira, é importante citar algumas mudanças que ocorrem na terceira idade, como, a flacidez tegumentar, doenças crônicas que podem chegar a intervir negativamente na expressão da sexualidade na terceira idade [3].

Assim, a própria influência familiar pode fazer com que o idoso seja mal visto quando se trata de sua sexualidade, pois ele é colocado no papel de sujeito inativo e que necessita se readaptar a nova realidade. É importante salientar que deve ser investigada a juventude daquela idosa, especialmente deve se atentar à época marcada por inibição, proibições ou “vergonha”, ou seja, a sexualidade feminina é sempre vista como um tabu e reprendida por mitos independentemente da idade da mulher [3].

Há estudos, que apontam que com a terceira idade não significa que ocorre a estagnação da sexualidade, ou seja, esse ponto é mais que um ato físico que pode ser estendido como estado emocional juntamente a todas as particularidades que levam as pessoas a se relacionar [5].

O envelhecimento é um processo natural repleto de transformações físicas e mentais que ocorrem de forma gradativa ao longo da vida, vão diminuindo com o passar do tempo. É uma fase extremamente criticada e rotulada socialmente, determinando o status do sujeito e sua relação histórica de um modo geral, principalmente os meios de comunicação havendo a regulamentação social por meio de um repertório de símbolos, estereótipos e imagens [12].

A mídia pode chegar a construir comportamentos e atitudes impondo como é a velhice, e deixa de observar sua verdadeira essência influenciando todos os aspectos de que a terceira idade não possui desejos. E é um pensamento comum de que os idosos não combinam com sexo, levando à mulher a ideia de que sua sexualidade está extinta [4].

Diante desse panorama, os estudos relacionados no Quadro 1 compõem os resultados e/ou discussão ampliando relevantes questões acerca sexualidade feminina na terceira idade.

Tabela 1: Categorização de estudos relacionados

Referência	Título da obra	Objetivo
[4]	A sexualidade feminina na consulta de enfermagem: potencialidades e limites.	Identificar as potencialidades, limites e necessidades relacionadas à sexualidade de mulheres durante a consulta de enfermagem.
[3]	A percepção dos idosos sobre a sexualidade e o envelhecimento.	Conhecer a percepção das pessoas idosas do interior de Pernambuco sobre sexualidade, saúde e envelhecimento, bem como o perfil sócio- demográfico dessa população.
[12]	Preditores das atitudes negativas face ao envelhecimento e face à sexualidade na terceira idade.	Analisar as diferenças entre jovens e idosos ao nível das atitudes e dos conhecimentos face ao envelhecimento e à sexualidade.
[13]	Repercussões da Menopausa para a Sexualidade de Idosas: Revisão Integrativa da Literatura.	Apresentar uma revisão integrativa da literatura científica nacional e internacional sobre as possíveis repercussões da menopausa para a sexualidade de idosas.
[1]	A vivência da sexualidade por idosas viúvas e suas percepções quanto à opinião dos familiares a respeito.	Descrever a vivência da sexualidade por mulheres idosas viúvas, frequentadoras de um Centro de Convivência do Idoso, e verificar a percepção quanto à opinião dos seus familiares.
[15]	Reflexões sobre a menopausa, incontinência urinária, sexualidade e envelhecimento.	Compreender as relações estabelecidas entre menopausa, incontinência urinária, sexualidade e envelhecimento com base na percepção de idosas participantes da fisioterapia do assoalho pélvico.
[5]	Recursos fisioterapêuticos utilizados no tratamento das disfunções sexuais femininas.	Investigar quais recursos fisioterapêuticos são utilizados nos tratamentos das disfunções sexuais femininas.

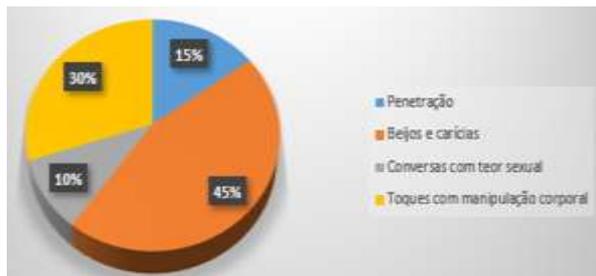
As mudanças fisiológicas que são esperadas no processo de envelhecimento podem influenciar na resposta sexual das mulheres da terceira idade, onde as alterações podem ocorrer na menopausa e com diminuição de hormônios, além da pele ficar mais seca, redução da lubrificação vaginal e até mesmo dispaurenia, o orgasmo tem menor duração [12].

Dessa forma, é importante levar em conta que a vagina pode deixar de ser fonte de prazer e a sexualidade se torna difusa, passando a se manifestar através de outras formas de estimulação e demais zonas erógenas. Essa busca pelo prazer é essencial para a sexualidade saudável da mulher [15].

A maioria das idosas preferem beijos e toques com manipulação corporal (45%), conforme descrito o Gráfico 1, não sendo necessariamente o coito para obter

o prazer, com o envelhecimento as mudanças podem ocorrer na função sexual levando aos idosos a expressarem a relação sexual em outros meios que não sejam necessariamente a partir do coito [5]. O gráfico 1 demonstra as preferências relacionadas à atividade sexual do público feminino da terceira idade. Dentre as opções destacadas, percebe-se que a maioria das mulheres prefere toques com manipulação corporal, enquanto que a minoria aponta preferências por conversas com teor sexual.

Gráfico 1: Preferências relacionadas à atividade sexual [5]



Mesmo sofrendo com as disfunções, os idosos precisam lidar com o julgamento e a vigilância social, no qual, a pessoa idosa se sente com dificuldade de se expressar de forma natural fazendo com o mesmo assimile reflexos como verdade, chegando a se privar socialmente com comportamentos sem expectativas [3].

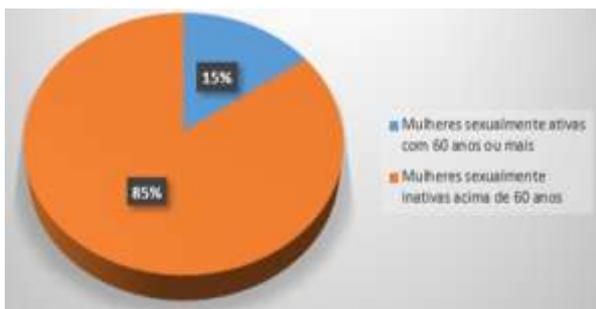
Antigamente o modelo era extremamente rígido envolvendo regras opressoras acerca da sexualidade dos idosos, que até hoje se sentem altamente reprimidos quando o assunto é este reprimindo suas vontades e possíveis desejos [13].

Ainda existe muito preconceito quando se trata da sexualidade vivenciada na velhice, onde as mulheres na terceira idade buscam substituir o sexo com companheirismo e namoro, além da beleza corporal, no qual, a figura feminina é constantemente julgada por conta da idade acabam não se sentindo atraentes o suficiente para se ter relação sexual [15].

Neste aspecto, o sentimento da feminilidade acerca de se sentir atraente é atribuído às mudanças físicas ocasionadas pelo envelhecimento, assim, retrata a diminuição da função sexual por parte das mulheres nesta fase [5].

O Gráfico 2 apresenta a percepção sobre a sexualidade feminina na terceira idade. De acordo com os dados apresentados, o percentual de mulheres idosas sexualmente ativas (15%) é significativo inferior ao de mulheres idosas sexualmente inativas (85%).

Gráfico 2: Atividade sexual na terceira idade [4]



Além de fatores como a menopausa e climatério fazem com que os conceitos de atração sejam interligados a beleza física, dificultando a sexualidade

para as idosas. A questão do parceiro fixo possui grande relevância para as mesmas contribuindo para abstinência sexual, e muitas estão propensas à viuvez [12].

Neste ponto é interessante citar a questão dos idosos que dormem em quartos separados, pelo fato, de ser culturalmente aceito que quando se está envelhecendo não existe mais atividade sexual, o que é algo socialmente imposto para todas as pessoas [3].

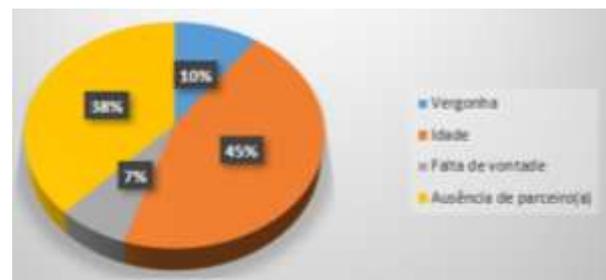
Os homens, mesmo quando idosos, buscam outras companheiras quando estão viúvos e geralmente são mais jovens que os mesmos. Dessa forma, para as idosas é fundamental a presença de um companheiro fixo para que haja atividade sexual, e é importante pontuar essas questões que o machismo permanece intacto onde homens mais velhos buscam mulheres mais novas, enquanto, as mulheres na terceira idade carregam o estigma de “muito velha” ou que não pode ter desejo sexual depois de se tornarem viúvas [13].

São questões de cunho social, pois desde antiguidade as pessoas são guiadas pelo machismo e normas extremamente patriarcalista, desde cedo as mulheres são orientadas a “se guardar” até o casamento diferentemente dos homens que precisam se mostrar viris sempre [15].

No caso, das mulheres de terceira idade ocorrem dificuldades acerca da sexualidade, especialmente se for levar em conta sua juventude regada por opressões sobre este assunto, e é essencial ter conhecimento que uma vida sexual ativa durante o envelhecimento é muito importante para a manutenção da saúde mental e física [15].

O Gráfico 3 demonstra os principais motivos que justificam a ausência de prática sexual por parte de mulheres idosas [13]. Com base nas informações, nota-se que o principal motivo para a ausência de prática sexual é a ausência de parceiro, representado pelo percentual de 45%, enquanto que o motivo menos relevante é a falta de vontade.

Gráfico 3: Motivos para a ausência de prática sexual [4]



Percebe-se que o grande fator impeditivo à prática sexual é a idade. No contexto atual ainda existem preconceitos a respeito de tabus sociais, e muitas vezes possuem suas necessidades completamente negligenciadas chegando ao ponto de não realizarem

atos sexuais. Infelizmente, muitas idosas ainda possuem resistência acerca de perguntas diretas sobre sua sexualidade, pois o sexo na velhice é algo extremamente polemizado por pessoas jovens e não representa o interesse dos mesmos [4].

As questões da sexualidade para as idosas são essenciais para os setores de saúde, principalmente quando se diz respeito a qualidade de vida das mesmas, assim, é fundamental que haja esclarecimento sobre o impacto positivo da sexualidade feminina durante a terceira idade [15].

A partir das informações trazidas em gráfico, é possível constatar que as idosas, em sua grande maioria, não estão sexualmente ativas. Essa realidade é preocupante, porque uma vida sexualmente ativa na terceira idade é capaz de proporcionar inúmeros benefícios à saúde. Além disso, uma vida sexualmente ativa assegura o equilíbrio psicológico e a manutenção da autoestima que é tão importante para a garantia da felicidade [13].

Estudos científicos comprovam que o sexo faz muito bem em qualquer idade, são diversos os benefícios da atividade sexual, em especial, na terceira idade. Como já mencionado anteriormente, a atitude de assumir o desejo na terceira idade ainda é permeada de tabus e preconceitos, de modo que os idosos vivem reclusos do prazer sexual sobre a justificativa desta prática ser inconcebível nesta etapa da vida [5].

O Quadro 1 traz dados que demonstram a importância de uma vida sexual ativa a partir de duas principais perspectivas: psicológica e fisiológica [13].

Quadro 1: Importância de uma vida sexual ativa [13]

Ordem psicológica	Ordem Fisiológica
Autoestima	Controle da pressão arterial
Felicidade	Alívio de dores
Diminuição do estresse	Emagrecimento
Qualidade de vida mental	Fortalecimento muscular

A compreensão de todos esses benefícios permite também entender a importância da sexualidade feminina na terceira idade. Com os dados apresentados é possível notar a problemática vai muito além dos aspectos de ordem fisiológica impactam diretamente no psicológico das mulheres idosas praticantes de atividade sexual. Por esse motivo, é imprescindível que a atividade sexual na terceira idade deixe de ser encarada como um tabu e passe a ser compreendida como algo natural e necessário.

## Conclusão

Diante do estudo realizado e considerando a proposta objetiva de se compreender a importância da sexualidade para as mulheres na terceira idade, é

fundamental trazer algumas considerações que demonstram os resultados alcançados na investigação.

Em um primeiro momento, notou-se que ainda existem preconceitos materializados por meio de tabus sociais que, em grande parte das situações, recaem sobre as mulheres. Em decorrência disso, muitas vezes elas têm suas necessidades completamente negligenciadas, chegando ao ponto de não realizarem práticas sexuais tão somente em razão da pressão social e do julgamento no qual podem estar submetidas.

Fazendo uma análise dos estudos apresentados e utilizados no procedimento investigativo, foi possível constatar que as idosas, em sua grande maioria, não estão sexualmente ativas. Essa realidade é preocupante, porque uma vida sexualmente ativa na terceira idade é capaz de proporcionar inúmeros benefícios à saúde física e mental.

Por fim, constatou-se, ainda, que uma vida sexualmente ativa por mulheres na terceira idade assegura o equilíbrio psicológico e a manutenção da autoestima que é tão importante para a garantia da felicidade.

## Referências:

- [1] Souza MD, 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 e Sociedade*. 2015; 24(5):936-44.
- [2] Aboim S. Narrativas do envelhecimento: ser velho na sociedade contemporânea. *Tempo Social*. 2014; 26(1):207-32.
- [3] Santos SCD, Souza MASD, Pereira JDS, Alexandre ACS, Rodrigues KF. A percepção dos idosos sobre a sexualidade e o envelhecimento. *Braz J Hea Rev*. 2020; 3(2):3486-503.
- [4] Assunção MRS, Dias IHP, Costa ACB, Godinho MLC, Freitas PS, Calheiros CAP. A sexualidade feminina na consulta de enfermagem: potencialidades e limites. *Rev Enferm UFSM*. 2020; 10(3):68-75.
- [5] Delgado AM, Ferreira ISV, Sousa MA. Recursos fisioterapêuticos utilizados no tratamento das disfunções sexuais femininas. *Catussaba*. 2014; 4(1): 47-56.
- [6] Ribeiro AAV, Cerqueira MB. O envelhecimento contemporâneo no cinema: corpo, sexualidade e cotidiano. *Memorialidades*. 2015; 11(21): 29-56.
- [7] Farinha AJQ, Comin FS. Relações entre não maternidade e sexualidade feminina: revisão integrativa da literatura científica. *Rev Psicol IMED*. 2018; 10(1):187-205.
- [8] Fonseca FM, Santos FFD, Costa FMD, Santos JAD, Carneiro JA. Climatério: influência na sexualidade

- feminina. Rev Universidade Vale do Rio Verde. 2015; 13(2):639-45.
- [9] Scardoelli MGDC, Figueiredo AFRD, Pimentel RRDS. Mudanças advindas do envelhecimento: sexualidade de idosos com complicações da diabetes mellitus. Rev Enferm UFPE on line. 2017; 11(4):293-7.
- [10] Belaunde LE. O estudo da sexualidade na etnologia. Cadernos de Campo. 2015; 24(24): 399-411.
- [11] Fernandes-Eloi J, Dantas AJL, Sousa AMBD, Santos EC, Maia LM. Intersecções entre envelhecimento e sexualidade de mulheres idosas. Saúde Transf Social. 2017; 8(1):61-71.
- [12] Pereira D, Ponte F, Costa E. Preditores das atitudes negativas face ao envelhecimento e face à sexualidade na terceira idade. Análise Psicológica. 2018; 36(1):144-58.
- [13] Crema IL, Tilio RD, Campos MTDA. Repercussões da menopausa para a sexualidade de idosas: revisão integrativa da literatura. Psicol Cien Profis. 2017; 37(3):753-69.
- [14] Monteiro YT. Sexualidade Das Mulheres Em Envelhecimento: um tabu? Braz JDevelop. 2020; 6(3):13129-37.
- [15] Paiva LL, Frasson AL. Reflexões sobre a menopausa, incontinência urinária, sexualidade e envelhecimento. Estud Interdiscip Envelhec. 2014; 19(3):743-57.