Revista Macambira

Sexualidade e envelhecimento: a bastardia da autoexclusão

Eliete Teles de Jesus Souza[1]

RESUMO

O objetivo deste trabalho é investigar os aspectos socioculturais e subjetivos da sexualidade de mulheres na terceira idade residentes em Salvador, com foco especial no fenômeno da autoexclusão. A pesquisa surge da necessidade de explorar como os estigmas sociais relacionados à velhice e à sexualidade influenciam a autoimagem e o comportamento sexual dessas mulheres. Utilizando uma abordagem qualitativa e descritiva, o estudo foi realizado por meio de grupos focais com 10 mulheres, selecionadas entre 30 convidadas, e conduzido online via plataforma Zoom. O critério de seleção baseou-se na ordem de resposta e na adequação ao tema da pesquisa. Durante os encontros, foram explorados temas como masturbação feminina, namoro na velhice, invisibilidade social e dinâmica familiar. Os resultados destacam a importância de reconhecer e desafiar os estigmas que levam à autoexclusão dos idosos. A pesquisa enfatiza a valorização da sexualidade como um aspecto vital da vida dos idosos, essencial para melhorar sua qualidade de vida e bem-estar psicológico.

Palavras-Chave: Exclusão. Mulheres na Terceira Idade. Salvador.

Sexuality and aging: the bastardy of self-exclusion

ABSTRACT

The aim of this study is to investigate the sociocultural and subjective aspects of the sexuality of elderly women living in Salvador, with special attention to the phenomenon of self-exclusion. The research arises from the need to explore how social stigmas related to aging and sexuality influence these women's self-image and sexual behavior. Adopting a qualitative and descriptive approach, the study was conducted through Focus Groups with 10 women, selected from 30 invitees, and held online through the Zoom platform. The selection criteria were based on the order of response and suitability to the research topic. During the sessions, topics such as female masturbation, relationships in old age, social invisibility and family dynamics were explored. The results highlight the importance of recognizing and challenging the stigmas that lead to older adults' self-exclusion. The research emphasizes the valuation of sexuality as a vital aspect of older adults' lives, essential to improve their quality of life and psychological well-being.

Keywords: Exclusion. Elderly Women. Salvador.

Sexualidad y envejecimiento: la bastardía de la autoexclusión

RESUMEN

El objetivo de este estudio es investigar los aspectos socioculturales y subjetivos de la sexualidad de las ancianas residentes en Salvador, con especial atención al fenómeno de la autoexclusión. La investigación surge de la necesidad de explorar cómo los estigmas sociales relacionados con la vejez y la sexualidad influyen en la autoimagen y el comportamiento sexual de estas mujeres. Con un enfoque cualitativo y descriptivo, el estudio se realizó a través de Grupos Focales con 10 mujeres, seleccionadas entre 30 invitadas, y se realizó en línea a través de la plataforma Zoom. El criterio de selección se basó en el orden de respuesta y la adecuación al tema de investigación. Durante los encuentros se exploraron temas como la masturbación femenina, el noviazgo en la vejez, la invisibilidad social y la dinámica familiar. Los resultados resaltan la importancia de reconocer y

[1] Mestre em Psicologia Clínica e da Saúde pela Universidad Europea del Atlántico. Especialista em Gestão de Conflitos e Mediação Familiar. Bacharel em Economia pela Universidade Federal da Bahia (UFBA) e Direito pela Universidade Católica do Salvador (UCSAL). Terapeuta Sistêmica de Família, Casal e Individual. Colaboradora da Comissão de Práticas Colaborativas e Extrajudiciais da OAB-BA. Endereço para correspondência: Rua Embira, 154, T-02, Ap. 604, Patamares, Salvador-BA, CEP: 41680-113. ORCID: https://orcid.org/0009-0002-4276-3674l. Lattes: http://lattes.cnpq.br/3113698313787820. E-mail: elieteteles@hotmail.com.

ISSN: 2594-4754 | **DOI:** https://doi.org/10.35642/rm.v8i1.1394

desafiar los estigmas que conducen a la autoexclusión de los adultos mayores. La investigación enfatiza la valoración de la sexualidad como un aspecto vital de la vida de los adultos mayores, esencial para mejorar su calidad de vida y bienestar psicológico.
Palabras clave: Exclusión. Mujeres en la Tercera Edad. Salvador.

INTRODUÇÃO

A palavra "velhice" origina-se do latim *vetulus*, que significa velho ou idoso. Desde que foi inserida como uma categoria etária, está associada a situações desfavoráveis como doenças, dependência, aposentadoria, luto e morte. Esses rótulos negativos, que vinculam a velhice à perda de vitalidade, geram preconceitos significativos. Tais estigmas levam muitas pessoas a buscarem maneiras de se afastar dessa fase da vida, adotando novos hábitos e formas de viver, evitando a idealização da juventude e criando estratégias de vida (Moura, 2016).

Com os avanços científicos e tecnológicos contemporâneos, uma profusão de estudos tem se dedicado a descobrir as causas da morte e a entender melhor o processo de envelhecimento. Esses estudos influenciam diretamente a percepção e o manejo dos efeitos da velhice, permitindo a descoberta de métodos para reduzir e até evitar determinados impactos do envelhecimento, contribuindo para a ampliação da longevidade (Beauvoir, 2018). Como resultado, a percepção sobre a velhice está se expandindo, sendo agora vista sob várias dimensões. Isso levou ao surgimento de especialidades como a gerontologia, que busca abarcar os principais aspectos dessa fase da vida.

A sociedade tende a uniformizar a população idosa, tratando-a como um grupo homogêneo que teve as mesmas experiências e que hoje possui as mesmas necessidades. Este é um pensamento equivocado, pois a população idosa é, na verdade, formada por grupos heterogêneos com necessidades diversas, que envolvem não apenas aspectos biológicos, mas também sociais (Ferreira; Melhado, 2021).

É válido ressaltar que este artigo é fruto da dissertação do Mestrado em Psicologia Clínica e da Saúde, cujo tema é “Sexualidade de mulheres na terceira idade residentes em Salvador: aspectos socioculturais e subjetivos”, concluído no ano de 2023. Portanto, surge da necessidade de explorar a complexa interseção entre sexualidade e envelhecimento, com um foco específico nas mulheres idosas residentes em Salvador, Bahia, Brasil. A sexualidade na terceira idade é frequentemente invisibilizada e estigmatizada, o que resulta em processos de autoexclusão, em que as mulheres internalizam normas sociais que as afastam de sua expressão sexual. A pesquisa sobre a “bastardia da autoexclusão” é essencial para entender como esses estigmas são construídos e perpetuados, bem como para identificar as estratégias

Revista Macambira, Serrinha (BA), v. 8, n. 1, e081026, Jan.-Dez., 2024
ISSN: 2594-4754 | **DOI:** https://doi.org/10.35642/rm.v8i1.1394

de resistência e empoderamento adotadas por essas mulheres. Compreender esses aspectos é fundamental para promover uma visão mais inclusiva e positiva da velhice e da sexualidade, combatendo os preconceitos e melhorando a qualidade de vida dessas mulheres.

Pretende-se, portanto, investigar os aspectos socioculturais e subjetivos da sexualidade de mulheres na terceira idade residentes em Salvador, com especial atenção ao fenômeno da autoexclusão. Busca-se compreender como os estigmas sociais relacionados à velhice e à sexualidade influenciam a autoimagem e o comportamento sexual dessas mulheres.

REFERENCIAL TEÓRICO

Envelhecimento e sexualidade

Inicialmente, as discussões teóricas acerca do envelhecimento tiveram início durante o período da Revolução Industrial, em que inexistia regulamentação do tempo de trabalho, bem como a distribuição das atividades considerando as diferenças de gênero ou idade. As pessoas eram inseridas na atividade laborativa em razão da saúde e da capacidade física, ou seja, da força aparente para atender às exigências do trabalho. Era comum o sistema familiar coabitar, partilhando o mesmo espaço físico para a realização de tarefas, sem quaisquer critérios de separação. Essa modalidade de comportamento foi verificada também nos ambientes de trabalho, onde as práticas eram destinadas a todos de forma indistinta, sem regras de proteção pelas diferenças de gênero ou de idade (Batista, 2014).

Ao observar-se que o avanço da idade causava redução da saúde e da força física, causadas por doenças de difícil tratamento – que, via de consequência, influenciava na qualidade do resultado do trabalho – viu-se a necessidade de afastar essa mão-de-obra e substituí-la por pessoas mais jovens em condições de produção. Então, surge na Alemanha, em 1880, instituição semelhante à seguridade social, com o objetivo de afastar da atividade laborativa, pessoas com idade a partir de 70 anos, pelo fato de ser nessa faixa de idade que apresentavam dificuldades para o desempenho das funções laborais, sendo consideradas, dessa forma, como improdutivas. A partir desse modelo se inicia a definição da velhice como categoria etária. As indústrias ficam autorizadas a afastar as pessoas ao completarem 70 anos; isso representa a normatização da substituição de pessoas mais velhas, caracterizadas pela idade, por jovens, que se situavam em boas condições de saúde e pleno vigor físico, portanto, com maior capacidade de produzir nas condições requeridas para o sistema laborativo (Ferreira; Melhado, 2021).

A caracterização da idade avançada como uma fase de perdas cognitivas, físicas e mentais, resultando em empobrecimento, pela incapacidade laborativa, resultou em uma visão

Revista Macambira, Serrinha (BA), v. 8, n. 1, e081026, Jan.-Dez., 2024
ISSN: 2594-4754 | **DOI:** https://doi.org/10.35642/rm.v8i1.1394

pessimista da velhice, que passou a ser considerada como a "fase das perdas" (Ferreira; Melhado, 2021). O fato de ser um processo progressivo, que se expressa com mais nitidez após a maturidade, com mudanças em linha descendente, nas dimensões físicas, mentais e emocionais, pressupõe um direcionamento para a morte, que ainda não é incorporada como uma fase da vida e, sim, de término. A impossibilidade parar o envelhecimento o torna ameaçador pelo receio das perdas que poderão acontecer em razão desse processo irredutível e ininterrupto (Beauvoir, 2018).

Apesar de todas as transformações sofridas pela sociedade nas últimas décadas, a sexualidade permanece cercada de tabus e preconceitos, e tratar desse assunto na sociedade, de modo geral, ainda gera bastante preocupação. Na maior parte dos casos, a opção é não abordar, ou abordar superficialmente, deixando as respostas no nível do senso comum. A sexualidade não deve ser vista como uma forma de preencher uma carência emocional ou psicológica, mas sim como uma expressão de uma identidade e personalidade plenamente desenvolvidas. Essa visão da sexualidade como uma forma de autoexpressão e autodescoberta está alinhada com perspectivas contemporâneas sobre sexualidade, que enfatizam a importância da autonomia, do consentimento e da autenticidade nas relações sexuais (Beauvoir, 1970). Nesse sentido, Beauvoir (1970, p. 264) aponta que "A sexualidade não é feita para encher um vazio; deve ser a expressão de um ser acabado".

Na perspectiva de Foucault (2015), a sexualidade é uma construção social e histórica, o que significa que é influenciada pela cultura e pelas relações sociais estabelecidas em determinado local e momento. Isso permite que haja diversas maneiras de viver e expressar a sexualidade. A contribuição teórica do autor também é inestimável para compreender que a forma como as pessoas se relacionam sexualmente é igualmente uma construção social e histórica, o que, de certa forma, autoriza o reconhecimento de diversas maneiras de viver e as múltiplas identidades de gênero e sexuais.

Impossível conceber a existência sem sexualidade, posto que ela penetra por inteiro a vida das pessoas, que ficam totalmente absorvidas por ela. Corpos naturalmente sexuados, relacionam-se com outros corpos sexuados, em aprendizados, jogos e trocas. Cada corpo tem uma história determinada pela sua trajetória, pelas suas representações. Em grupos de indivíduos que se encontram em condições semelhantes, por pertencerem ao mesmo ambiente socioeconômico, encontram-se algumas características comuns, mas as individualidades são preservadas (Beauvoir, 1970).

Foucault (2015), ao apresentar a história da sexualidade e suas nuances, aponta a equivocada e conveniente concepção de sexualidade: aquela que pode e só precisa ser

Revista Macambira, Serrinha (BA), v. 8, n. 1, e081026, Jan.-Dez., 2024
ISSN: 2594-4754 | **DOI:** https://doi.org/10.35642/rm.v8i1.1394

analisada ao se referir aos sexos masculino e feminino, algo que esteja ligado à reprodução, à heterossexualidade. Definida por Foucault como uma construção social, verificam-se as diversas formas de repressão que são impostas à sexualidade quando é tratada na sua devida forma.

A sexualidade é um processo que envolve inúmeros fatores, fisiológicos, éticos, socioculturais e religiosos. Apesar de o senso comum limitar a expressão "sexualidade", relacionando-a à atividade sexual como sinônimo de genitalidade, culturalmente a sexualidade é compreendida de maneira diferente. A sexualidade tem o corpo como veículo que busca o prazer; o corpo não é representado apenas pela genitália, todas as partes compõem um todo que palpita e emana energia vital, seja pelo andar, pelo falar, pelas expressões gestuais, pelo vestir, pelo sentir. E cada indivíduo tem seu modo próprio de manifestar essa energia. Relacionar a sexualidade à genitália foi uma forma de relacioná-la com a reprodução, a heterossexualidade e com a juventude (Barros; Assunção; Kabengele, 2020).

Aspectos biopsicossociais da sexualidade na terceira idade

A sexualidade ainda é um tema complexo, cercado de mitos, crenças e preconceitos. A palavra "sexualidade" sempre foi revestida de preconceito, a tal ponto que Freud (2016) chamou a atenção para esse fato e sugeriu que, para quem não se sentia à vontade para pronunciar a palavra "sexualidade", utilizasse as expressões "eros" e "erotismo". Cada época, cada cultura, cada indivíduo e cada momento experienciam a sexualidade de uma forma própria. Não se pode afirmar que, dentro de uma cultura, não haja diferentes modos de expressão; os comportamentos sexuais são variados e mutáveis e nem sempre revelados. A beleza é associada à juventude, com a apresentação de força e vigor; por isso, a velhice é estigmatizada e rejeitada. Essa associação direciona o prazer como um direito validado para os jovens e rejeitado para os velhos, que ficam vinculados às lembranças do passado e às perdas.

Para Gagnon (2006), o sistema de crença popular, nas sociedades modernas, é substituído pelas explicações autorizadas, veiculadas pelos meios de comunicação em massa, por meio de pessoas que têm potencial para definir padrões de moda, beleza, linguagem, entre outras coisas; são os formadores de opinião que influenciam o modo de agir individual e social, normatizando comportamentos diferentes e até mesmo os que foram excluídos do ambiente familiar.

> Ainda que envelheçamos muito, em nosso íntimo sentimo-nos exatamente os mesmos que éramos na juventude, ou melhor, na infância. Isso que permanece inalterado, sempre igual e que não envelhece com o passar do tempo é o cerne de

Revista Macambira, Serrinha (BA), v. 8, n. 1, e081026, Jan.-Dez., 2024
ISSN: 2594-4754 | **DOI:** https://doi.org/10.35642/rm.v8i1.1394

> nossa essência, que não reside no tempo e, justamente por essa razão, é indestrutível (Schopenhauer, 2012, p. 128).

O aprisionamento dos idosos em teias morais e emocionais pode gerar contrariedade e agravar situações preexistentes ou desencadear algum tipo de patologia. Beauvoir (2018) relata casos de idosos na faixa etária dos 60 anos, que, após sofrerem contrariedade, perderam a esperança de cura e deixaram de se envolver positivamente em processos que estavam se desenvolvendo para a obtenção de resultados positivos, o que desencadeou um retrocesso no tratamento. Quando se fala na possibilidade de reconhecimento da sexualidade do idoso, vê-se a necessidade da inserção da família, para entender e mudar a forma de agir, apesar das dificuldades a superar, em razão dos aspectos, culturais, sociais e religiosos. A centralização da sexualidade na reprodução e, por consequência, na genitália, definiu padrões que, hoje, com o conhecimento adquirido sobre esse assunto, estão sendo reformulados e criadas falas para o indivíduo, para a família e para a sociedade. O reconhecimento da sexualidade na velhice impõe novos formatos de relacionamento na família, como o respeito à privacidade e a inserção de novas pessoas no grupo familiar, face à possiblidade de formação de novos vínculos.

Em uma sociedade voltada para o consumo do que é bonito e belo, ofuscando o velho e “feio”, considerados objetivamente por acordo social, há a propensão para o estímulo de fantasias e realização de ideais. As indústrias de cosméticos e as clínicas de cirurgia plástica se aprimoram em oferecer as possiblidades de eliminar ou minimizar os efeitos do envelhecimento. O corpo perfeito, tonificado e macio, sonhado por muitos e alcançado por poucos, passa por uma visão consumista, de substituição do velho pelo novo, criando certa artificialidade em relação aos significados intrínsecos ao ser. Ao se definirem padrões estéticos de beleza, com determinação objetiva do que é considerado feio, perde-se a apreciação dos valores intrínsecos, das qualidades inerentes ao ser (Leão; Inforsato; Ferreira , 2014).

METODOLOGIA

Este estudo utiliza uma abordagem qualitativa (Minayo, 2013) para explorar a sexualidade de mulheres na terceira idade residentes em Salvador, com foco nos aspectos socioculturais e subjetivos. Trata-se de um estudo de caráter descritivo (Gil, 2002) em que foi utilizado o grupo focal (Morgan, 1997), formado por mulheres, que não se conhecem, com comportamento diversificado (ambiente social, de trabalho, cultural, religioso), mas tendo em

Revista Macambira, Serrinha (BA), v. 8, n. 1, e081026, Jan.-Dez., 2024
ISSN: 2594-4754 | **DOI:** https://doi.org/10.35642/rm.v8i1.1394

comum o objeto da pesquisa – aqui delimitado como os aspectos socioculturais e subjetivos da sexualidade de mulheres na terceira idade.

Devido à pandemia, que impossibilitava encontros presenciais, a pesquisa se desenvolveu em um grupo pequeno com 10 mulheres, na modalidade *online*, pela plataforma Zoom, que foram previamente informadas sobre o dia e a duração do encontro. A duração foi de duas horas. As participantes foram selecionadas do grupo de 30 que receberam o convite. O critério de seleção foi pela ordem de resposta ao convite e adequação ao objeto da pesquisa. Antes do encontro, realizado via *online*, pela plataforma Zoom, foram contratadas duas pessoas, que funcionaram como assistentes e fizeram as gravações e anotações sobre o desenvolvimento do grupo, mas não foram apresentadas às voluntárias participantes da pesquisa.

ANÁLISES E RESULTADOS

Sexualidade e envelhecimento são dois temas revestidos de muitos tabus, mitos e preconceitos. O envelhecimento é visto como uma fase de perdas. Para Ferreira e Melhado (2021), essa denominação "fase de perdas" é resultado da redução das capacidades que acontecem no processo de envelhecimento. A redução das capacidades cognitivas, físicas e mentais, por consequência, leva à redução da capacidade laborativa, que implica em empobrecimento. O empobrecimento implica dependência, perda da dignidade.

Esse quadro expressa uma visão pessimista da velhice e estimula uma luta para mantê-la afastada pelo maior tempo possível. Sendo o envelhecimento um processo, irredutível e ininterrupto (Beauvoir, 2018), é agente de inquietação e ansiedade, pelo horror que se tem às perdas que ele possibilita. A atitude da sociedade para com os velhos é profundamente ambígua, pelas múltiplas características que envolvem o envelhecimento. Em geral, a velhice não pode ser encarada como uma fase da idade nitidamente marcada, como acontece nos outros ciclos vitais.

Quando se fala em velhice, há de se levar em consideração vários aspectos, pois todos são importantes em sua composição. "Ela é um fenômeno biológico: o organismo do homem idoso apresenta certas singularidades. A velhice acarreta, ainda, consequências psicológicas: certos comportamentos são considerados, com razão, como característicos da idade avançada" (Beauvoir, 2018, p. 140). Quando se fala em velhice, os aspectos psicológicos, socioculturais e econômicos, além dos biológicos, devem ser observados, pois o corpo envelhecido, socialmente considerado improdutivo, sem condições para o desenvolvimento de tarefas que lhe eram confiadas, desdobra-se em outros fatores que devem ser considerados. O conceito de

Revista Macambira, Serrinha (BA), v. 8, n. 1, e081026, Jan.-Dez., 2024
ISSN: 2594-4754 | **DOI:** https://doi.org/10.35642/rm.v8i1.1394

velhice varia de acordo com a época, com a sociedade e com a cultura. O envelhecimento da atualidade traz conotações bem diferentes do envelhecimento do passado. As formas de identificação já foram alteradas, passaram por modificações e surgiram novas representações (Araújo; Bonadio, 2015).

Nada deveria ser mais esperado e, no entanto, nada é mais imprevisto que a velhice. A criança sonha em crescer, chegar à juventude, o jovem que chega à fase adulta, mas o adulto reage ao envelhecimento, é muito difícil alguém na fase adulta se considerar velho, geralmente dizem que jamais chegarão lá, que morrerão antes, e por aí vai. Os jovens de hoje não conseguem se imaginar velhos (Beauvoir, 2018). Entretanto, a morte também é impensável e ninguém se prepara para ela. Quando a morte se aproxima, quando se beira a hora da sua chegada, prefere-se a velhice. A morte é um caminho desconhecido, talvez por isso seja colocada abaixo da velhice.

"Em mim, o idoso é o outro, isto é, aquele que eu sou para os outros" (Beauvoir *apud* Goldenberg, 2011, p. 122). Reconhecer o próprio envelhecimento é muito difícil e sofrido. Na atualidade, muitas personalidades femininas conseguem expressar o quanto foi impactante descobrir-se envelhecendo. Principalmente para quem trabalha com a imagem, o reconhecimento é desafiador. Avaliar o envelhecimento de quem está próximo e não ver o próprio é muito comum. A realidade objetiva é bem diferente da realidade subjetiva.

A falta de percepção torna-se mais evidente na população feminina, que é atingida com muito mais "crueldade", porque os preconceitos são mais prejudiciais, comprometem a autoestima, paralisam a vida e bloqueiam o desenvolvimento de novos projetos. O envelhecimento feminino é mais condenável, é visto como um pecado, "a mulher não deveria envelhecer", por isso, a angústia do envelhecimento é maior para as mulheres. Verifica-se nas redes sociais mulheres idosas postando fotos de quando eram jovens, com textos soando como um pedido de desculpas por terem envelhecido, por deixarem de fazer parte do consumo do imaginário masculino, afetando diretamente as questões da sexualidade.

Ao voltar o olhar para a sexualidade, percebe-se a resistência da sociedade na abordagem desse tema. Apesar de tantos esforços, a sexualidade continua sendo um tema sensível, cercado de tabus e preconceitos, e tratar desse assunto na sociedade, de modo geral, ainda gera bastante resistência e preocupação. Em geral, a opção é não abordar o assunto, ou abordar superficialmente, deixando as respostas no nível do senso comum. Existe tendência a elevar o assunto para o rigor exagerado, quase incompreensível, ou para o escracho, talvez pelo receio de comprometer sua identidade.

Revista Macambira, Serrinha (BA), v. 8, n. 1, e081026, Jan.-Dez., 2024
ISSN: 2594-4754 | **DOI:** https://doi.org/10.35642/rm.v8i1.1394

Beauvoir (1970) aponta que, ao contrário de se considerar a sexualidade como uma forma de preencher o vazio, ela deve expressar um ser acabado, um ser que se reconhece em seus limites e em suas superações. É a expressão da identidade de um ser e não deve ser vista como uma forma de preencher uma carência emocional ou psicológica, pois não se esgota, mas sim como uma expressão de uma identidade e personalidade plenamente desenvolvidas. Essa visão diferenciada da sexualidade como uma forma de autoexpressão e autodescoberta está alinhada com as perspectivas contemporâneas, que enfatizam a importância da autonomia, do consentimento e da autenticidade nas relações sexuais (Beauvoir, 1970).

O aprendizado sobre sexualidade avança continuamente, num manancial de figuras inseridas e excluídas, remanejadas de acordo com a sociedade, com a cultura, enfim com o aprendizado familiar e social. Foucault (2015) apresenta o entendimento da sexualidade como uma construção social e histórica, que contribui para se compreender a sexualidade dentro de uma perspectiva mais abrangente, permitindo inserir possibilidades distintas de relacionamentos, formas de viver e construir. Isso permite que haja diversas maneiras de viver e expressar a sexualidade, abrindo espaço para diferentes formas de viver e construir identidades de gênero e sexuais. A sexualidade penetra por inteiro a vida das pessoas, daí por que não se concebe existência sem sexualidade.

Quando a sexualidade é expressa fora de um contexto sociocultural pré-definido, passa por inúmeras formas de repressão, reforçando o entendimento de Foucault que a sexualidade é uma construção social. A sexualidade não pode ser apreciada por um único prisma, posto que é um processo que sofre a influência de vários fatores, fisiológicos, éticos, socioculturais, religiosos e psicológicos. O senso comum tende a reduzir a sexualidade, ao coito, à atividade sexual, entretanto, a sexualidade é bem mais ampla, envolve complexidades. A sexualidade é uma energia vital que busca o prazer, e o corpo é o veículo que instrumentaliza esse prazer necessário à existência; a energia vital é emanada por qualquer parte do corpo, não apenas pela genitália. Ao se limitar a sexualidade à genitália, é para relacioná-la com a reprodução. Porém todo o corpo pulsa, palpita e emana energia por meio das sensações, da locomoção, do olfato, do paladar, não cabendo a associação única da sexualidade à genitália. A expressão da sexualidade é peculiar a cada indivíduo, que a manifesta do seu modo próprio (Barros; Assunção; Kabengele, 2020).

Vive-se, contudo, uma sexualidade domesticada, programada, sem espontaneidade. A domesticação exagerada transformou um rio impetuoso, turbulento, em águas paradas. No controle que é exercido sobre a sexualidade, em nome da civilização e do afastamento da

Revista Macambira, Serrinha (BA), v. 8, n. 1, e081026, Jan.-Dez., 2024
ISSN: 2594-4754 | **DOI:** https://doi.org/10.35642/rm.v8i1.1394

identificação com a animalidade, foram removidas sua grandeza e suas consequências, que lhes são tão próprias. Pode ser considerado o ato mais poderoso dos seres humanos.

A bastardia da autoexclusão e seus impactos psicossociais

As mulheres participantes desta pesquisa foram caracterizadas quanto aos pseudônimos adotados para preservar suas identidades, idade, escolaridade, estado civil, filhos e religião. Os pseudônimos, escolhidos de forma aleatória, designaram as oito mulheres como Damares, Dilma, Elba, Jacilene, Joelma, Júlia, Maura e Zélia. A idade dessas participantes varia de 61 a 81 anos, com a maioria delas na faixa dos 60 e poucos anos. Todas possuem ensino superior completo, exceto Jacilene, que tem o ensino médio completo. No que diz respeito ao estado civil, Damares e Jacilene são casadas; Dilma, Júlia e Maura são divorciadas; Elba e Joelma são viúvas; e Zélia é solteira. Quanto aos filhos, Damares, Júlia e Zélia têm apenas um(a) filho(a); Maura, Elba e Dilma têm três filhos(as), sendo que uma filha de Dilma é falecida; Joelma tem dois filhos gêmeos; e Jacilene tem seis filhos, três meninas e três meninos. Em relação à religião, Damares, Dilma e Jacilene são evangélicas; Elba, Zélia e Maura são católicas; e Joelma e Júlia são espíritas (Quadro 1).

Quadro 1. Caracterização das participantes da pesquisa.

Pseudônimo	Idade	Escolaridade	Estado civil	Filhos	Religião
Damares	61	Superior completo	Casada	Um filho	Evangélica
Dilma	70	Superior completo	Divorciada	Um filho e duas filhas (uma filha falecida)	Evangélica
Elba	76	Superior completo	Viúva	Três filhas	Católica
Jacilene	66	Ensino Médio Completo	Casada	Três filhas e três filhos	Evangélica
Joelma	66	Superior completo	Viúva	Dois filhos gêmeos	Espírita
Júlia	62	Superior completo	Divorciada	Uma filha	Espírita
Maura	81	Superior completo	Divorciada	Duas filhas e um filho	Católica
Zélia	68	Superior completo	Solteira	Uma filha	Católica

Fonte: Elaborado pela autora.

A partir do grupo focal identificaram-se falas das participantes sobre mitos e tabus e, posteriormente, foram também identificadas de que forma esses elementos influenciam no bem-estar físico e psíquico de mulheres na terceira idade. Portanto, utilizou-se como ponto de

Revista Macambira, Serrinha (BA), v. 8, n. 1, e081026, Jan.-Dez., 2024
ISSN: 2594-4754 | **DOI:** https://doi.org/10.35642/rm.v8i1.1394

partida cinco falas principais que foram analisadas e correlacionadas com as demais falas das participantes e com autoras e autores que dialogam a respeito, a saber: a) *"Não se pode falar de masturbação"*; b) *"A sociedade vê que velho namorar é vergonhoso"*; c) *"Mulher não envelhece, fica invisível"* e; d) *"Sociedade torna o idoso invisível, e a incapacitação começa na família"*.

Para abordar o tema da "bastardia da autoexclusão" no contexto da sexualidade de mulheres na terceira idade, foram escolhidas quatro categorias, consideradas como principais, que evidenciam o dia a dia de tal realidade: a) Masturbação feminina na terceira idade; b) A sociedade vê que velho namorar é feio; c) Invisibilidade na terceira idade e; d) A família incapacita o idoso.

A) Masturbação feminina na terceira idade

A masturbação feminina na terceira idade ainda é um tema tabu, carregado de estigmas, que a cercam de silêncio e vergonha. Muitas mulheres idosas internalizam a ideia de que o desejo sexual é inadequado para sua idade, resultando em uma autoexclusão da exploração da própria sexualidade. Essa percepção está profundamente enraizada em normas culturais que ditam que a sexualidade feminina deve ser reprimida na velhice. Conforme Gagnon (2006), as pesquisas iniciais sobre sexualidade na era pós-vitoriana abriram possibilidades de discutir temas antes completamente proibidos, mas não validaram as peculiaridades individuais, permanecendo presas a modelos de controle e repressão de impulsos, causando desequilíbrios comportamentais e sustentando visões sociais conservadoras.

Em pesquisa realizada para minha dissertação de mestrado, as entrevistadas compartilharam suas percepções sobre a masturbação. Os nomes foram alterados para preservar o anonimato:

> **Maura**: *É melhor estar com você mesmo do que com alguém que não serve. Se a mulher não conhece suas partes sensíveis, fica refém da agonia e não consegue ficar sozinha. A masturbação é um tema pouco falado e deve ser estimulado* [fala mostrando os cinco dedos].
> **Damares**: *Mesmo acompanhada, a masturbação é uma prática interessante, pode ser feita com o parceiro.* [...] *necessário "desmitificar" o sexo da sexualidade, descobrir novos caminhos e avançar em novos modelos de comportamento.*
> **Julia**: *[...] a masturbação é um momento seu e que vale a pena. Mesmo estando acompanhado, é interessante, porque você faz como você quer, do jeito que você gosta. As crenças cegas que só ouvem e não enxergam nada.*
> **Zélia**: *Muito melhor estar consigo mesma do que estar com alguém que não te satisfaça. Prefiro ficar sozinha, tendo minha independência*

Revista Macambira, Serrinha (BA), v. 8, n. 1, e081026, Jan.-Dez., 2024
ISSN: 2594-4754 | **DOI:** https://doi.org/10.35642/rm.v8i1.1394

> *fazendo o que quero e gosto, do que me relacionar com qualquer um só para ter uma companhia.*

Conforme apresentado, é perceptível que a fala de Maura faz coro com a fala de Zélia, que prefere ficar sozinha a estar com alguém que não lhe dê satisfação.

Foram observadas falas correlatas ao tema, que afastam a representação da romantização na relação sexual e a conexão entre a mulher e o amor na atividade sexual:

> **Ana**: *Masturbação, temos que usar os dedos*.

Dessas falas, a máxima conhecida "Homem faz sexo, mulher faz amor" vai perdendo a eficácia:

> **Maura**: *Nos namoricos, descobriu que era possível ter prazer sem sentir amor*.

Das falas reproduzidas acima, percebe-se que novas culturas vão substituindo as antigas, com a introdução de novas representações.

> **Damares**: *[...] crença limitante não cabe mais, uma coisa é o que meus pais acreditam e seguem, outra é o que valido dessas crenças.*

As informações socioculturais e o ambiente familiar influenciam o comportamento do indivíduo, mas há possibilidades de escolher diferentes caminhos, seguindo sua individualidade. Essa diversidade de comportamento dá-se face ao que reiteradamente se afirma sobre o envelhecimento ser um processo individual, heterogêneo e multifatorial, que acontece de acordo com as experiências de cada um. Os acontecimentos ocorridos durante todas as etapas da vida, influenciam o modo de envelhecer e podem ser transformados de acordo com as elaborações internas, e com as experiências acumuladas ao longo da vida, que são individuais.

Conforme Rodrigues Junior e Zeglio (2019), uma das crenças mais significativas no comportamento sexual do indivíduo é acreditar que a masturbação é praticada apenas por homens e adolescentes. A masturbação feminina, independentemente da idade, é um veículo de autoconhecimento e descoberta do próprio corpo, permitindo a identificação de sensações prazerosas desconhecidas. Para mulheres que ainda não viveram a experiência do orgasmo, o treinamento em masturbação pode proporcionar uma vivência positiva dessa sensação, tornando-as mais à vontade para ensinar seus parceiros sobre como tocá-las para alcançar o clímax. Reconhecer e normalizar a masturbação entre mulheres idosas é essencial pelos benefícios físicos e emocionais que pode proporcionar para promover a saúde sexual e o empoderamento dessas mulheres.

Revista Macambira, Serrinha (BA), v. 8, n. 1, e081026, Jan.-Dez., 2024
ISSN: 2594-4754 | **DOI:** https://doi.org/10.35642/rm.v8i1.1394

O tema masturbação feminina ainda continua envolvido por muitos tabus e crenças enraizados, que se ampliam quando se trata de mulheres na terceira idade. Viver em ambientes cercados de valores que impedem à mulher o direito de ter prazer e de explorar o próprio corpo, faz com que essas mulheres se neguem a descobrir a capacidade de ter prazer, de ter consciência dos caminhos do corpo, das zonas erógenas e o que desperta para o prazer. Esse processo de autoexclusão, ou "bastardia da autoexclusão", em que as mulheres idosas se sentem obrigadas a renunciar à sua sexualidade, afeta negativamente seu bem-estar físico e emocional. No entanto, a masturbação é uma forma saudável de expressão sexual que pode contribuir para o bem-estar físico e emocional, sendo essencial desmistificar e normalizar essa prática entre mulheres idosas.

B) A sociedade vê que velho namorar é feio

A sexualidade é um tema que sempre esteve presente no imaginário e na história. Segundo Lima e Silva, Lyra-da-Fonseca e Marques (2009), a sexualidade é prazer, apego, carinho, beijo, abraço, meiguice, ações que envolvem o toque, o sentimento de cumplicidade, intimidade, e o modo como nos sentimos, tocamos e somos tocados. A sexualidade influencia pensamentos e, por isso, influencia também a saúde física e mental. A própria OMS já reconheceu que a sexualidade é um dos pilares da qualidade de vida, sendo um aspecto central que perpassa toda a existência do ser humano. A sexualidade está relacionada com autoconceito, autoestima e relacionamentos saudáveis.

Conforme Cavalcanti e Cavalcanti (2019), no mundo ocidental, a atração sexual foi romantizada e atrelada à juventude, como se apenas os jovens tivessem direito a expressar amor, carinho e sexo nos relacionamentos afetivos. Segundo os mesmos autores, mulheres que envelhecem se afastam da atividade sexual, por receio de ver o próprio corpo, chegando a reconhecer na parceria, que lhe oferece amor sexual, manifestação de pena. A visão segmentada da mulher não representa sua realidade. A mulher precisa ser vista em sua totalidade, no contexto biológico e psicossocial.

Nesse processo de mudanças, que afeta o envelhecimento, o tema sexualidade passa a ser visto de forma mais ampla. Os problemas sexuais na vida de uma mulher são causados por questões culturais, tabus, psicológicos e relacionamentos afetivos, além dos fisiológicos, sendo o climatério a fase que apresenta mais impactos orgânicos e hormonais, por ser o período que antecede e sucede a última menstruação, quando a libido começa a reduzir (Pinto Neto; Valadares; Costa-Paiva, 2019).

A mídia, por sua vez, reforça estereótipos negativos ao apresentar a sexualidade de forma restrita a pessoas jovens e bonitas, como apontado por Júlia:

Revista Macambira, Serrinha (BA), v. 8, n. 1, e081026, Jan.-Dez., 2024
ISSN: 2594-4754 | **DOI:** https://doi.org/10.35642/rm.v8i1.1394

> **Júlia**: *A mídia passa para a sociedade uma representação de que a expressão da sexualidade do idoso é vergonhosa, quando exploram pessoas jovens e bonitas em comerciais. Não apresentam a realidade da vida, como se a pessoa que não é jovem não tivesse mais prazer.*

Esse tipo de representação contribui para a invisibilidade e o preconceito que cercam a sexualidade na terceira idade. No entanto, é essencial reconhecer que a sexualidade na velhice pode ser vivida de forma plena e satisfatória, mesmo que com algumas adaptações. Joelma reflete essa visão ao afirmar que, apesar das mudanças fisiológicas

> **Joelma**:*[...] é preciso muito amor, muita cumplicidade para que funcione de uma forma melhor, mas com muito amor, com muita compreensão. dá para levar [...] é preciso também se reinventar. São nos pequenos prazeres, que leva aquele afeto. [...] Dá para ter momentos prazerosos, mesmo sem certos detalhes que a gente tinha antes. A frequência é pouca, mas satisfatória.*

Esse depoimento evidencia que a sexualidade na terceira idade pode ser rica e significativa, desde que haja aceitação e adaptação às novas condições. Por outro lado, Júlia compartilha uma experiência que ilustra o preconceito social enfrentado por mulheres mais velhas que se relacionam com homens mais jovens:

> **Júlia**: *Tive um relacionamento com uma pessoa da idade da minha filha e a vizinha, nos encontrou no elevador, e fez questão de perguntar se era meu sobrinho. Minha filha quando descobriu ficou muito chateada, mas eu continuei até quando deu. Não tenho problema em namora homens mais jovens*.

Esse relato mostra como as expectativas sociais e familiares podem criar barreiras para a vivência plena da sexualidade na velhice, mas também destaca a resistência individual frente a essas imposições. Jacilene está em um casamento que já dura 30 anos com um homem 6 anos mais jovem e diz ter uma relação respeitosa, sem perceber preconceito social ou familiar.

> **Jacilene**: *[...] mas parece que são iguais e nunca, teve esse negócio de um cobrar a idade do outro.*

Dilma viveu um relacionamento com um homem 12 anos mais jovem e diz ter sido uma fase feliz e complicada “há preconceito no olhar para a sexualidade da pessoa idosa” (Dilma).

Os estudos realizados por Masters, Johnson e Kolodny (1988) são considerados um marco no estudo da sexualidade. Esses autores trouxeram como resultado de pesquisas realizadas em vários grupos distintos a representação da assexualidade que “marca” a população idosa. A forma homogênea como a sociedade vê o envelhecimento tende a

Revista Macambira, Serrinha (BA), v. 8, n. 1, e081026, Jan.-Dez., 2024
ISSN: 2594-4754 | **DOI:** https://doi.org/10.35642/rm.v8i1.1394

considerar a pessoa idosa como assexuada, desprovida de desejos e de vida sexual. Qualquer dificuldade que surja na vida do idoso é atribuída à velhice, como se os anos lhe trouxessem uma inapetência neste aspecto vital do desenvolvimento humano (Vieira, Coutinho e Saraiva, 2016).

Nossa sociedade traduz a velhice como um conceito deteriorado e, por que não dizer, repulsivo, especialmente no âmbito sexual. Os profissionais da saúde ainda tendem a olhar para a sexualidade do idoso restringindo o trabalho às questões físicas e psíquicas, sem relacioná-las com restrições à sexualidade. Por outro lado, por questões culturais, os familiares impõem obstáculos para impedir que seus idosos continuem sendo sexualmente ativos, dificultando o diálogo sobre o tema de forma natural e legítima. As imagens de idosos veiculadas nos meios de comunicação de massa, quando não são de celebridades, são pouco atrativas e causam desconforto para essa população. Além disso, os meios de comunicação proporcionam uma visão pouco atrativa do processo de envelhecimento e, consequentemente, da pessoa idosa (Vieira; Coutinho; Saraiva, 2016).

A visão de que "velho namorar é feio" está profundamente enraizada na sociedade e contribui para a marginalização da sexualidade dos idosos. Esta perspectiva estigmatiza e desumaniza a população idosa, negando-lhes a possibilidade de vivenciar plenamente a sua sexualidade e afetividade. Ao associar o envelhecimento à ausência de desejo sexual e romantismo, a sociedade reforça estereótipos negativos que impactam a autoestima e o bem-estar dos idosos. É crucial desafiar essas percepções e promover uma visão mais inclusiva e respeitosa da sexualidade ao longo da vida, reconhecendo que a intimidade e o amor são importantes para a saúde emocional e mental em todas as idades. "[...] nos 'tesões' está a vontade de viver, a idade não tira isso" (Júlia).

> **Dilma**: *[...] depois dos 60 anos, deixou de existir aquela coisa do homem estar olhando quando eu passava. Antes, quando eu passava por uma obra, os pedreiros ficavam todos doidos. Hoje não ouço mais o "fiufiu" (Dilma, aos risos). [...] Perdi a expectativa de ser olhada, de ser vista. Ser olhada com admiração por ser mulher, acabou.*

C) Invisibilidade na terceira idade

O envelhecimento feminino é frequentemente mais danoso devido à ênfase na estética jovem e na exigência de um corpo perfeito, conforme padrões normatizados que mudam rapidamente. Essas mudanças exigem constantes atualizações para que as mulheres não fiquem fora do círculo de visibilidade. A busca por procedimentos invasivos para eternizar a juventude se torna uma preocupação à medida que surgem os primeiros sinais de envelhecimento. No entanto, esses procedimentos podem resultar em hipervisibilidade

Revista Macambira, Serrinha (BA), v. 8, n. 1, e081026, Jan.-Dez., 2024
ISSN: 2594-4754 | **DOI:** https://doi.org/10.35642/rm.v8i1.1394

negativa devido ao exagero, frequentemente relatado pela mídia como casos malsucedidos de rejuvenescimento. Isso destaca a necessidade de cuidados antes de optar por tratamentos estéticos (Lima e Silva; Marques; Lyra-da Fonseca, 2009).

> **Zélia**: *[...] as marcas do tempo vão chegando, pretendo fazer uma harmonização facial, apesar de sentir medo. Acho que vou conseguir, porque acho que vai me fazer bem.*

Em contraste, o processo de envelhecimento não afeta os homens da mesma forma, pois a sociedade lhes dá um tratamento diferenciado, evidenciando uma clara diferença de gênero no envelhecimento. Homens tendem a ganhar mais notoriedade com a idade, sendo vistos como símbolos de sucesso e segurança. Já a mulher, com a perda dos contornos e da rigidez muscular, perde os olhares e elogios que antes recebia. A necessidade de pertencimento faz com que a reprovação ao envelhecimento, causada pela "ditadura" da beleza, leve a distorções comportamentais nas mulheres, que sofrem ao deixar de pertencer a certos grupos devido às mudanças em seus corpos (Lima e Silva; Marques; Lyra-da Fonseca, 2009).

> **Elba**: *[...] existe muito preconceito com relação ao cabelo branco, deixei de cobrir os fios recentemente.*
> **Maura**: *[...] nunca tingi meus cabelos, assumi o embranquecimento com tranquilidade. Minha mãe tem 107 anos e ainda é muito ativa* [81 anos, fala exibindo a farta cabeleira].

Compreender o envelhecimento como um processo natural e inevitável pode ajudar no desenvolvimento de estratégias de enfrentamento dos efeitos da velhice, sem a preocupação ineficiente de evitá-la. A percepção da exclusão por não atender aos padrões normativos pode desencadear problemas psicoemocionais, tornando as mulheres mais frágeis e vulneráveis. A forma como o corpo é percebido influencia diretamente a expressão da sexualidade. É fundamental entender que a sexualidade não se limita apenas à função reprodutiva ou à resposta sexual, mas também abrange aspectos emocionais, afetivos e sociais. Na terceira idade, a sexualidade pode ser influenciada por fatores psicológicos como a autoestima, a imagem corporal, a intimidade e o afeto, além de aspectos sociais como cultura, religião, papel de gênero e orientação sexual.

Uma maneira de repensar o envelhecimento e torná-lo menos repulsivo é focar nos aspectos positivos desse processo. Em pesquisa realizada por Goldenberg (2020), observou-se que mulheres mais velhas conseguiam ver aspectos positivos na velhice, encarando-a como um momento de realizações, superação de dificuldades e permissão para fazer coisas antes impedidas, afastando a invisibilidade. Um grupo de mulheres em Salvador expressou que,

Revista Macambira, Serrinha (BA), v. 8, n. 1, e081026, Jan.-Dez., 2024
ISSN: 2594-4754 | **DOI:** https://doi.org/10.35642/rm.v8i1.1394

apesar da perda inicial do "poder" sexual, essas perdas podem ser substituídas por novas conquistas, como a obtenção de sabedoria. A velhice traz o poder do conhecimento acumulado e das trajetórias de vida que permitem repassar esse saber, uma visibilidade que não se apaga.

A invisibilidade na terceira idade é um fenômeno amplamente reconhecido, em que os idosos são frequentemente ignorados ou subestimados na sociedade. Este apagamento é particularmente acentuado na área da sexualidade, onde os desejos e necessidades dos idosos são desconsiderados ou vistos como irrelevantes. Essa invisibilidade não só marginaliza os idosos, mas também reforça a autoexclusão, fazendo com que muitos internalizem a ideia de que não têm mais lugar na esfera sexual e afetiva. A "bastardia da autoexclusão" é exacerbada por essa invisibilidade social, que desvaloriza e nega a sexualidade dos idosos. É fundamental reconhecer e valorizar a sexualidade na velhice como uma parte integral da identidade e do bem-estar, promovendo uma visão mais inclusiva e positiva da velhice. Isso é o que fica evidenciado na fala das entrevistadas:

> **Dilma**: *[...] no início incomodou, mas depois fiquei tranquila e passei a gostar dessa nova situação, sem ser importunada por alguns.*
> **Júlia**: *[...] envelhecer também traz vantagens, como a aceitação das coisas, entender mais os outros.*
> **Elba**: *[...] sou ceramista e aos 76 anos, moro sozinha, por opção. A idade não limitou minhas atividades. Deixei de gostar de algumas coisas que gostava na juventude e hoje não gosto mais.*
> **Júlia**: *[...] trabalho muito, tem 26 anos que não sei o que é tirar férias.*
> **Jucilene** *[...] sinto-me bem com a idade que tenho, quando me olho no espelho, não vejo que já estou com 66 anos. Só tem a agradecer e gosta de aconselhar pessoas que passam por situações difíceis.*

D) A família incapacita o idoso

A juventude e a velhice são faces da mesma moeda, mas enquanto a juventude representa o brilho, a beleza, a força, o vigor e a saúde – qualidades a serem preservadas – a velhice é vista como algo imprestável e repulsivo, que deve ser evitado como se fosse uma doença (Stevens; Oliveira; Zanello, 2014). O preconceito contra a velhice frequentemente começa no ambiente familiar, manifestando-se de forma sutil e insidiosa. É comum que os idosos sejam vistos como incapazes, desinteressantes ou até descartáveis, levando a situações de discriminação e exclusão social. É fundamental combater esse preconceito e valorizar o papel dos idosos na sociedade, reconhecendo sua sabedoria, experiência e contribuição para a comunidade (Lima e Silva; Marques; Lyra-da Fonseca, 2009).

No ambiente familiar, o preconceito pode se manifestar quando se substitui a vontade do idoso, tornando-o incapaz de expressar suas próprias preferências. Isso pode incluir

Revista Macambira, Serrinha (BA), v. 8, n. 1, e081026, Jan.-Dez., 2024
ISSN: 2594-4754 | **DOI:** https://doi.org/10.35642/rm.v8i1.1394

mudanças na forma de tratamento, substituindo termos respeitosos como “pai”, “mãe”, “avô” e “avó” por apelidos desrespeitosos como “véio” e “véia”. Em alguns casos, a família trata os idosos de maneira infantilizada, falando com eles como se fossem bebês e assumindo controle total sobre suas atividades. Essas ações retiram a liberdade do idoso de decidir sobre o que é melhor para si, inclusive onde deseja morar, comprometendo sua privacidade e autonomia. [...] “Meu neto, que é estudante de medicina, não me deixava sair, então desenvolvi uma série de atrofias” (Maura). Tais atitudes são abusivas e podem causar desequilíbrios mentais, levando a processos autodestrutivos e, em casos extremos, ao suicídio. A falta de conhecimento sobre as reais potencialidades do idoso é evidente. De acordo com o Disque 100 Direitos Humanos, 0,83% das denúncias envolvem a infantilização dos idosos (Ferreira; Melhado, 2021).

A invisibilidade da pessoa idosa na sociedade é evidenciada pelo comportamento das pessoas e pelas falhas nas políticas públicas. Normas de proteção são frequentemente violadas, como estacionamento inadequado em vagas reservadas, falta de assentos preferenciais em transportes públicos e a ausência de prioridade em serviços públicos e privados. Há uma necessidade urgente de políticas públicas com equipes multisetoriais para atender às diversas necessidades dessa população, oferecendo recursos preventivos em todas as áreas sociais, desde a saúde até a moradia. [...] “a família incapacita o idoso e a sociedade o torna invisível” (Júlia).

Na cidade de Salvador, a ausência de políticas públicas voltadas para o bem-estar da população idosa é evidente. Desde a escassez de rotas de transporte público até o piso irregular das calçadas e a falta de infraestrutura adequada nas edificações, há uma série de desafios que comprometem a autonomia dos idosos. A falta de sanitários públicos em condições de uso e a precariedade dos transportes intermunicipais são problemas recorrentes. A queda é um risco real para essa população, agravado pelo piso irregular das calçadas, que desmotiva os idosos a se deslocarem sem a companhia de outra pessoa, devido ao receio de quedas e lesões. O índice de lesões e mortes por queda é elevado (Ferreira; Melhado, 2021).

A falta de consciência cidadã, especialmente no que se refere à integração de pessoas idosas, impede sua mobilidade e autonomia, expondo-as a riscos de acidentes e violência. Essa falta de consciência é preconceituosa e excludente. Para a OMS, a violência contra a pessoa idosa inclui atitudes e omissões que causam prejuízo à sua integridade física ou emocional, comprometendo seu desempenho social (Ferreira; Melhado, 2021).

A invisibilidade social dos idosos também se reflete na falta de serviços e de profissionais de saúde capacitados para lidar com a sexualidade da mulher idosa, agravando a situação das idosas ativas que não sabem quais procedimentos seguir em casos de

Revista Macambira, Serrinha (BA), v. 8, n. 1, e081026, Jan.-Dez., 2024
ISSN: 2594-4754 | **DOI:** https://doi.org/10.35642/rm.v8i1.1394

contaminação por doenças sexualmente transmissíveis. É crucial que a sociedade reconheça e valorize a sexualidade na terceira idade, proporcionando suporte adequado para essa população.

A dinâmica familiar pode desempenhar um papel significativo na forma como os idosos percebem e vivenciam sua sexualidade. Muitas vezes, a família assume uma postura protetora que acaba por incapacitar o idoso, tratando-o como alguém que não tem mais autonomia ou desejo sexual. Essa infantilização do idoso contribui para sua autoexclusão, pois ele pode sentir-se pressionado a abandonar suas aspirações sexuais e afetivas para não contrariar expectativas familiares. Esse fenômeno de bastardia da autoexclusão é intensificado pela dinâmica familiar, que invalida a autonomia sexual dos idosos. Promover a autonomia e o respeito às necessidades e desejos dos idosos dentro do ambiente familiar é essencial para combater esse tipo de exclusão e melhorar o bem-estar emocional e psicológico dos idosos.

CONCLUSÃO

O estudo investigou os aspectos socioculturais e subjetivos da sexualidade de mulheres na terceira idade residentes em Salvador, com especial atenção ao fenômeno da autoexclusão. Os resultados indicam que a "bastardia da autoexclusão" emerge como um processo multifacetado, influenciado por normas culturais, estigmas sociais e dinâmicas familiares que pressionam essas mulheres a renunciarem à sua sexualidade e afetividade. A análise das quatro categorias principais – masturbação feminina na terceira idade, a visão social de que "velho namorar é feio", invisibilidade na terceira idade, e a família incapacitando o idoso – forneceu percepções detalhadas sobre as barreiras enfrentadas pelas mulheres idosas em relação à sua sexualidade

Ao explorar a interseção entre sexualidade e envelhecimento, este artigo destaca a importância de reconhecer e desafiar os estigmas que contribuem para a autoexclusão dos idosos. Ao abordar temas como a masturbação feminina, o namoro na velhice, a invisibilidade social e a dinâmica familiar, buscamos promover uma compreensão mais inclusiva e positiva da sexualidade na terceira idade. A valorização da sexualidade como um aspecto vital da vida dos idosos é muito importante para melhorar sua qualidade de vida e bem-estar psicológico.

O estudo revela que a autoexclusão sexual das mulheres idosas é um fenômeno complexo, profundamente enraizado em normas culturais, estigmas sociais e dinâmicas familiares. A "bastardia da autoexclusão" resulta em um apagamento das aspirações sexuais e afetivas dessas mulheres, afetando negativamente sua saúde emocional e física. Para promover a saúde sexual e o empoderamento das mulheres idosas, é essencial desmistificar a

Revista Macambira, Serrinha (BA), v. 8, n. 1, e081026, Jan.-Dez., 2024
ISSN: 2594-4754 | **DOI:** https://doi.org/10.35642/rm.v8i1.1394

sexualidade na velhice, desafiar estereótipos negativos e criar um ambiente de apoio tanto social quanto familiar. Reconhecer a sexualidade como uma parte integral da vida e do bem-estar humano em todas as idades é fundamental para uma sociedade mais inclusiva e respeitosa.

REFERÊNCIAS

ARAUJO, Denise Castilhos de; BONADIO, Maria Claudia. De leitora para leitora: o espaço da mulher madura na revista Marie Claire. **Estudos Interdisciplinares sobre o Envelhecimento**, Porto Alegre, v. 20, n. 3, p. 939-958, 2015. Disponível em: https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/psi-70100. Acesso em: 14 jul. 2024.

BARROS, Thaylline Alessandra Ferreira; ASSUNÇÃO, Ana Luiza Azevêdo de; KABENGELE, Daniela do Carmo. Sexualidade na terceira idade: sentimentos vivenciados e aspectos de influência. **Caderno de Graduação-Ciências Biológicas e da Saúde-UNIT-ALAGOAS**, v. 6, n. 1, p. 47-47, 2020. Disponível em: https://periodicos.grupotiradentes.com/fitsbiosaude/article/view/6560. Acesso em: 10 jul. 2024.

BATISTA, Alfredo. Processos de trabalho: da manufatura à maquinaria moderna. **Serviço Social e Sociedade**, n. 118, jun. 2014. Disponível em: https://www.scielo.br/j/sssoc/a/sVnSvDQm58XJh5h47c7Frkv/?format=html&lang=pt. Acesso em: 10 jul. 2024.

BEAUVOIR, Simone de. **O segundo sexo**: fatos e mitos. São Paulo: Difusão Europeia do Livro, 1970.

BEAUVOIR, Simone de. **A velhice**. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 2018.

CAVALCANTI, Ricardo; CAVALCANTI, Mabel. **Tratamento clínico das inadequações sexuais**. São Paulo: Editora Payá.

FERREIRA, João Paulo; MELHADO, Vivian Ramos. **Gerontologia**: perspectivas teórico-analíticas. São Paulo: Alínea, 2021.

FOUCAULT, Michael. **História da sexualidade 1**: a vontade do saber. 2. ed. São Paulo: Paz e Terra, 2015.

FREUD, Sigmund. **Inibição, sintoma e medo**. Kindle Edition, 2016.

GAGNON, John H. **Uma interpretação do desejo**: ensaios sobre a sexualidade. Rio de Janeiro: Garamond, 2006.

GIL, Antônio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 3. ed. São Paulo: Atlas, 2002.

GOLDENBERG, Mirian. **A invenção de uma bela velhice**: projetos de vida e a busca da felicidade. São Paulo: Editora Record, 2020.

GOLDENBERG, Mirian. **Corpo, envelhecimento e felicidade.** Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2011.

LEÃO, Andreza Marquês de Castro; INFORSATO, Cassiano Ferreira; FERREIRA, Gabriella Rossetti. Escola e o diálogo sobre corporeidade e educação sexual. **Dialogia**, p. 211-230, 2014. Disponível em: https://uninove.emnuvens.com.br/dialogia/article/view/4876. Acesso em: 12 jul. 2024.

ISSN: 2594-4754 | **DOI:** https://doi.org/10.35642/rm.v8i1.1394

LIMA e SILVA, Viviane Xavier de; MARQUES, Ana Paula de Oliveira; LYRA-DA-FONSECA, Jorge Luiz Cardoso. Considerações sobre a sexualidade dos idosos nos textos gerontológicos. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 12, n. 2, p. 295-303, 2009. Disponível em: https://www.scielo.br/j/rbgg/a/mjtRXcjpyP3jx3VgvHHP8Hd/?lang=pt. Acesso em: 10 jul. 2024.

MASTERS, William; JOHNSON, Virginia; KOLODNY, Robert C. **O relacionamento amoroso**: segredos do amor e da intimidade sexual. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1988.

MINAYO, Maria Cecília de Souza. **Pesquisa social**: Teoria, método e criatividade. Rio de Janeiro: Vozes, 2013.

MORGAN, David L. **Focus groups as qualitative research**. São Paulo: Sage, 1997.

MOURA, Luciana. As acepções do vocábulo idoso. **Jus**, 2016. Disponível em: https://jus.com.br/artigos/46598/as-acepcoes-do-vocabulo-idoso. Acesso em: 22 mai. 2024.

PINTO NETO, Aarão Mendes; VALADARES, Ana Lúcia Ribeiro; COSTA-PAIVA, Lúcia. Climatério e sexualidade. **Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia**, v. 35, p. 93-96, 2013. Disponível em: https://www.scielo.br/j/rbgo/a/v9gWfrvPGpHP9GKcWK4MnVQ/. Acesso em: 12 jul. 2024.

RODRIGUES JUNIOR., Oswaldo M.; ZEGLIO, Carla. **Estudos em sexualidade**. São Paulo: Instituto Paulista de Sexualidade, 2019.

SCHOPENHAUER, Arthur. **A arte de envelhecer ou Senília**. Tradução: K. Jannini. São Paulo: Editora WMF Martins Fontes, 2012.

STEVENS, Cristina Maria Teixeira; OLIVEIRA, Susane Rodrigues de; ZANELLO, Valeska. **Estudos feministas e de gênero**: articulações e perspectivas. Florianópolis: Ed. Mulheres, 2014.

VIEIRA, Kay Francis Leal; COUTINHO, Maria da Penha de Lima; SARAIVA, Evelyn Rúbia de Albuquerque. A sexualidade na velhice: representações sociais de idosos frequentadores de um grupo de convivência. **Psicologia**: ciência e profissão, v. 36, p. 196-209, 2016. Disponível em: https://www.scielo.br/j/pcp/a/dtF8qQ6skTwWk4jK5ySG7Gq/?lang=pt&format=html. Acesso em: 08 jul. 2024.

ISSN: 2594-4754 | **DOI:** https://doi.org/10.35642/rm.v8i1.1394

Revista Macambira

Informações do Artigo	Article Information
Recebido em: 03/06/2024 **Aceito em**: 18/08/2024 **Publicado em**: 30/09/2024	**Received on**: 06/03/2024 **Accepted in**: 08/18/2024 **Published on**: 09/30/2024
Conflitos de Interesse A autora declara não haver nenhum conflito de interesse de ordem pessoal, comercial, acadêmico, político e financeiro referente a este manuscrito.	**Interest conflicts** Declare that there is no conflict of interest. Suggestive text: The authors declare that there is no personal, commercial, academic, political or financial conflict of interest regarding this manuscript.
Como Citar este artigo - ABNT SOUZA, Eliete Teles de Jesus. Sexualidade e envelhecimento: a bastardia da autoexclusão. **Revista Macambir**a, Serrinha (BA), v. 8, n. 1, e081026, jan./dez., 2024. https://doi.org/10.35642/rm.v8i1.1394	**How to cite this article - ABNT** SOUZA, Eliete Teles de Jesus. Sexuality and aging: the bastardy of self-exclusion. **Revista Macambira**, Serrinha (BA), v. 8, n. 1, e081026, jan./dez., 2024. https://doi.org/10.35642/rm.v8i1.1394
Licença de Uso A Licença Creative Commons Atribuição-NãoComercial-CompartilhaIgual 4.0 Internacional (CC BY 4.0). Esta licença permite compartilhar, copiar, redistribuir o manuscrito em qualquer meio ou formato. Além disso, permite adaptar, remixar, transformar e construir sobre o material, mesmo que comercialmente, desde que seja atribuído o devido crédito de autoria e publicação inicial neste periódico.	**Use license** The Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License (CC BY 4.0). This license allows sharing, copying, redistributing the manuscript in any médium or format. In addition, it allows adapting, remixing, transforming and building on the material, even commercially, as long as due credit for authorship and initial publication in this journal is attributed.