

“Amor e sexo após os 60 anos: Utopia ou realidade?”

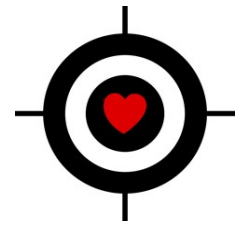
Thiago de Almeida

Desde o nascimento a vida se desenvolve de tal forma que a idade cronológica passa a se definir pelo tempo que avança. E o tempo fica definido como uma sinonímia para uma eternidade quantificada, ou seja, uma cota. Desta forma, o homem e o tempo se influenciam mutuamente, produzindo profundas mudanças nas subjetividades e diferentes representações que lhe permitem lidar com a questão temporal (Goldfarb, 1998).

As limitações corporais e a consciência da temporalidade passam a ser problemáticas fundamentais no processo do envelhecimento humano, e aparecem de forma reiterada no discurso dos idosos, embora possam adquirir diferentes nuances e intensidades dependendo da sua situação social e da própria estrutura psíquica (Goldfarb, 1998). Corpo e tempo se entrecruzam no devir do envelhecimento, e como consequência disso, nascerão as diversas velhices e suas consequentes múltiplas representações. Entretanto, se cada pessoa tem a sua velhice singular, as velhices passam a ser incontáveis e a definição do próprio termo torna-se um impasse. Afinal, uma pessoa é tão velha, tendo como referencial algum tipo de declínio orgânico, ou são as maneiras pelas quais as outras pessoas passam a encará-las que as confinam num reduto denominado Terceira Idade? E quando uma pessoa se torna velha? Há uma idade ou um intervalo específico para a Terceira Idade? Não precisa ir muito longe para constatar que o que se percebe, então, é a impossibilidade de se estabelecer uma definição ampla e aceitável em relação ao envelhecimento (Veras, 1994). Percebe-se atualmente que nossos referenciais sobre a terceira idade e tudo o que se supunha saber é insuficiente para definir o que se atualmente concebe como terceira idade.

Cria-se assim um dilema, pois, como teorizar acerca de um conceito como este? Embora todos saibamos reconhecer um idoso, é muito difícil definir algo que possa servir para caracterizar a situação no qual se encontra. Poder-se-ia recorrer a um referencial biológico que desse conta da aparência ou das patologias consideradas como clássicas para este período da vida, tais como cabelos brancos, rugas, osteoporose, artrose, hipertensão, perdas de memória, cardiopatias, dentre outros, contudo, se por um lado estes sinais costumam, muitas vezes, se manifestar bem antes que uma pessoa possa ser definida como velha ou em processo de envelhecimento, por outro lado, a ciência contemporânea conta com novos recursos com vistas à superar a maioria destes sinalizadores de idade avançada, logo, estes não mais se prestam para definir a velhice. Neste sentido, o ritmo de aprendizado do idoso deve ser levado em conta ao se empreender ensinar algo novo e diferente para o mesmo. É interessante observar quão tênue é o conceito de Terceira Idade tendo como prisma o declínio das atividades orgânicas funcionais, pois a capacidade funcional e o desempenho em geral sofrem uma evolução durante a infância e atinge o auge entre o término da adolescência e os 30 anos de idade, portanto, fisiologicamente, o indivíduo a partir dos 30 anos já está incluído na Terceira idade (Simões, 1999).

Poder-se-ia talvez arriscar uma definição em termos psicológicos, ao se recorrer a parâmetros como o enrijecimento do pensamento, perdas cognitivas, certo grau de regressão e tendências depressivas.



Todavia, todas estas características reunidas não dão contas de abarcar todas as inúmeras velhices e também estão presentificadas no cotidiano de muitas outras pessoas que não compartilham da considerada terceira idade.

Idoso é um termo que indica uma pessoa com uma vivência traduzida em muitos anos. Em geral, a literatura classifica, didaticamente, as pessoas acima de 60 anos como idosos e participantes da Terceira Idade. Recentemente, este marco referencial passou para 65 anos em função principalmente da expectativa de vida e das tentativas legais do estabelecimento da idade para o início da aposentadoria. A idade pode ser biológica, psicológica ou sociológica à medida que se enfoca o envelhecimento em diferentes proporções das várias capacidades dos indivíduos. Na década de 60, apenas 5% da população tinham mais que 60 anos, as previsões para 2020 são 13% da população com essa idade ou mais. Entretanto, a transformação da velhice em problema social não pode ser encarada apenas como decorrente do aumento demográfico da população idosa. Dessa maneira, a problemática do envelhecer orbita mais em torno do funcionamento da sociedade no qual está inserida do que no volume da mesma (Dourado e Leibing, 2002).

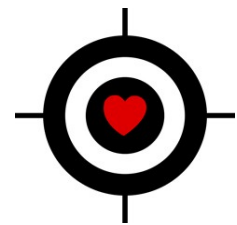
Atualmente, considera-se a existência de uma “Quarta Idade” que englobaria pessoas com 80 anos. De acordo com algumas estimativas, esta faixa etária alcançará uma representatividade considerável cerca de 4,5 milhões pessoas em até 2020. Consoante Cançado (1996), o aumento do número de idosos também tem sido acompanhado por um acréscimo significativo nos anos de vida da população brasileira. A esperança de vida, que era em torno de 33,7 anos em 1950/1955, passou para 50,99 em 1990, chegou até 66,25 em 1995 e deverá alcançar 77,08 em 2020/2025. O dado mais preocupante é que este tempo de vida não é alcançado de forma satisfatória e sem graves problemas; ao contrário, estes seres humanos, passam a ser indevidamente marginalizados e apresentam um quadro de carência emocional exacerbada (Simões, 1998).

Os estudos científicos que se ocupam desta temática caminham em busca de um trabalho preventivo em relação aos idosos visando, principalmente, prepará-los para um melhor enfrentamento deste período. É fundamental que se perceba que o envelhecimento não é somente um “momento na vida do indivíduo, mas um ‘processo’ extremamente complexo e pouco conhecido, com implicações tanto para quem o vivencia como para a sociedade que o suporta ou assiste a ele” (Fraiman, 1995, p.19). Segundo Bacelar (1999), trata-se de um conjunto de alterações psicofísicas do organismo da pessoa e de sua maneira de interagir com o meio social no qual está inserida.

Das diversas formas de categorização – sociais, culturais, psicológicas que tentam definir os limites entre as idades, nenhuma delas é capaz de descrever o experienciar da velhice, tornando-se vagas arbitrarias generalizações (Dourado e Leibing, 2002). Portanto, os diversos autores não são concordes ao discorrerem a respeito do conceito de velhice.

A Organização Mundial da Saúde (OMS) classifica o envelhecimento em quatro estágios:

- Meia-idade: 45 a 59 anos;
- Idoso(a): 60 a 74 anos;
- Ancião 75 a 90 anos;



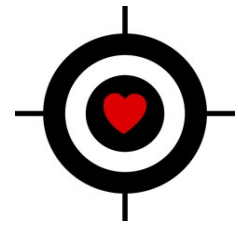
· Velhice extrema: 90 anos em diante.

Na literatura que concerne ao tema, uma das primeiras questões a chamar a atenção do leitor é o frequente uso de eufemismos para denominar a velhice e tudo o que se lhe faça referência. Todas estas tentativas tornam-se falidas à medida que buscam suavizar o peso que o termo 'velho' causa em nossa sociedade. Desta forma, segundo Goldfarb "parece-me que a velhice, como alguma coisa da ordem do diabólico, não pode ser nomeada sem provocar o medo e a rejeição" (Goldfarb, 1998, p. 23). Atualmente e amiúde, observa-se ao quase desaparecimento do substantivo 'velho', que permanece no uso corrente, embuído de propriedade adjetiva para se referir a coisas antigas ou deveras utilizadas. Desta forma, o substantivo 'velho' cede lugar a expressões eufemísticas tais como 'senhora de terceira idade', 'velhinho bonachão', 'senhor de idade avançada' dentre muitas outras tentativas que palidamente tentam nomear o que no fundo se concebe como inominável.

E ainda bem que, personalidades, intelectuais, políticos, artistas, com mais de 60 anos, aparecem na mídia, contradizendo arcaicos estereótipos ao demonstrarem inteligência, versatilidade, perspicácia, audácia, boa forma, bom humor, dentre outras características, mostrando que também na velhice podem ser produtivos. E, isso acaba por transformar também o idoso comum. Ele vai se sentir estimulado a também procurar aperfeiçoar suas relações interpessoais.

Alguns ainda preferem direcionar suas vidas para a religiosidade, a contemplação, fazer trabalhos humanitários e sociais, investindo na vida de uma outra forma e sentem-se felizes em agir assim. Percebe-se, então, que há várias formas para se viver depois dos idos sessenta anos e não poucos como se pode pensar. Em contrapartida, ainda para alguns, à velhice, tal qual a concebem, continuará a ser o reduto de orações diversificadas, que tentam compensar carências afetivas e doenças que sinalizam o fim iminente. Para estes restará o que o teatrólogo italiano Luigi Pirandello, no século XIX, certa vez disse: 'così è se vi pare', ou seja, 'assim é se lhe parece'.

O que muitas vezes se desconsidera é que a velhice é um processo contínuo desde o nascimento. O uso de certos meios para retardar o envelhecimento pode impedir ou até inverter tal processo, sem alterar, porém, a data final da morte. E se o limite da vida humana é a morte, a velhice é a fase da existência que está mais próxima deste horizonte. Porém, deve-se lembrar que a morte não é um privilégio da velhice (Simões, 1999). Ela pertence a cada um de nós que se encontra vivo e atuante. No entanto, o envelhecimento assusta, uma vez que é a fase do organismo humano, na sua evolução, que leva algumas pessoas a associarem a sua chegada ao sinônimo de morte. As pessoas que conseguem superar este medo passam a encarar a velhice como qualquer outro período da existência. A psicologia da ansiedade entende que o envelhecimento não significa uma decadência e sim uma sequência da vida, com suas peculiaridades e características. Ora, sabemos que a fonte da juventude é uma utopia e, certamente, as pessoas que perseguem tal ideal sofrem de muitas angústias, pois, recusam-se a encarar a realidade afinal, ninguém é tão velho que não acredite poder viver ao menos mais algum tempo. Deve-se pensar, portanto, em envelhecer com qualidade e evitarmos, assim, as contínuas mortes de direitos e deveres do cotidiano.



É, principalmente, o olhar do outro que aponta nosso envelhecimento. E é comum reconhecermos o envelhecimento, pois, anuncia-se em termos de estética.

A característica principal da velhice é o declínio, geralmente físico, que leva as alterações sociais e psicológicas. Os teóricos classificam tal declínio de duas maneiras: a senescência e a senilidade.

A senescência é um fenômeno fisiológico e universal, arbitrariamente identificada pela idade cronológica, pode ser considerada um envelhecimento sadio, onde o declínio físico e mental é lento, e compensado, de certa forma, pelo organismo (Pikunas, 1979).

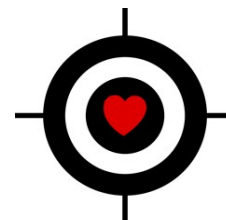
A senilidade caracteriza-se pelo declínio físico associado à desorganização mental (Pikunas, 1979). Curiosamente, a senilidade não é exclusiva da idade avançada, mas pode ocorrer prematuramente, pois, identifica-se com uma perda considerável do funcionamento físico e cognitivo, observável pelas alterações na coordenação motora, a alta irritabilidade, além de uma considerável perda de memória.

A realidade brasileira marginaliza as pessoas idosas. Isto não costuma ocorrer em outras culturas, como por exemplo, a cultura oriental que integra intensamente os idosos à vida social. Para estes, o velho não é sinônimo de senil e sim um sábio, transcendendo a conotação pejorativa dos brasileiros que, muitas vezes, não vêem a hora de internar seus idosos quando não os segregam dentro de suas próprias famílias. Deve-se repensar também que, em algumas situações, os idosos se excluem das atividades sociais alegando a idade como pretexto para se vitimizarem e se sentirem inúteis perante a sociedade. Isso gera uma exclusão na qual eles mesmos são os responsáveis diretos. É necessário, pois, ao geronto saber que à medida que a idade avança não se deve proceder e/ou ceder aos mecanismos de afastamento do convívio com os semelhantes. A marginalização do idoso é realmente um problema cultural.

É bom lembrar também que com o passar da idade a inteligência pode ou não sofrer um decréscimo, diferindo da memória, cujo declínio é inevitável. Embora isto possa acontecer alguns autores (Gooldfarb, 1988; Simões, 1988) afirmam que a vontade de aprender é suficiente para que o aprendizado ocorra, da mesma maneira que para um adolescente de 12 anos a um senhor de 80 anos. Logicamente, as limitações causadas pelo envelhecimento, bem como as estratégias usadas para compensá-las são evidenciadas. Desta maneira, a aprendizagem na terceira idade é viável, porém é limitada especificamente pela velocidade que a nova tarefa é apresentada, uma vez que o idoso retém menos informações após uma primeira apresentação.

Embora muitas vezes camuflado, pode-se ainda observar que muitas das ações supostamente destinadas a cuidar das pessoas mais velhas, nada mais são do que subterfúgios para mantê-los isolados, assim como muitos discursos elogiosos não são mais que disfarces para encobrir o que de ameaçador e de angustiante a velhice encerra em nosso imaginário social.

É importante destacar que a velhice não é um processo único, mas a soma de vários outros, distintos, entre si. Portanto, uma outra possível explicação para tal dificuldade em se categorizar a velhice consiste no fato em que ela não é um estado, mas um constante e sempre inacabado processo de subjetivação. Portanto, pode-se dizer que na maior parte do tempo não existe um “ser velho”, mas um “ser envelhecendo”.



Amor e sexualidade na terceira idade

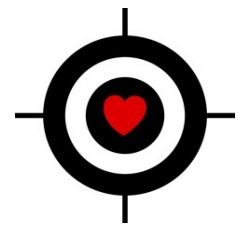
Paralelamente à dificuldade que se tem para a conceituação da velhice, tem-se, também, a problemática da aceitação das práticas amorosas e manifestações sexuais em pessoas que se encontram em idade avançada. Alguns dizem que a vida realmente começa a partir dos 40 anos. Contudo, será que há um outro limite, que não a morte, para ela terminar?

Dessa forma, muitas vezes, a sociedade contribui para que o idoso tenha esta percepção de menos valia porque as pessoas de mais idade sempre foram imaginadas como aquelas que estão se despedindo da vida. Deduz-se, então, incorretamente que, porque se aposentou do seu trabalho, de sua função, o idoso aposentou-se da vida. Este preconceito acaba por privar os idosos de várias coisas como o amor, a sexualidade e o lazer.

O que se concebe por amor para o presente artigo não é uma das acepções para a realização do ato sexual, mas segundo Almeida e Soutto Mayor (2006) é um conceito utilizado para denominar um conjunto de sentimentos diversos, distintas topografias comportamentais e múltiplos perfis de respostas cognitivas que embora variados, estão relacionados entre si e são inerentes ao ser humano, tendem a se perdurar e possuem inúmeras formas válidas de sua manifestação.

E, se as atitudes preconceituosas da sociedade no qual estão inseridos os idosos tipificam as atitudes deles, então, não há nenhum outro lugar onde este preconceito é mais aparente do que na área da sexualidade (Starr, 1985). Um dos inúmeros exemplos que podemos citar dessa triste realidade é a expressão “viúva alegre”. Muitas vezes, as mulheres passam anos sob o jugo de um marido completamente intransigente e quando este é subtraído da vida estas passam a conhecer a vida por um novo prisma. Otimizando e usufruindo de situações que não tiveram oportunidades anteriormente, como por exemplo, com um novo parceiro que escolhem. Embora, algumas pessoas critiquem estas pessoas, elas nos mostram que a sexualidade faz parte da vida dos seres humanos e está presente em todas as fases do desenvolvimento do homem. Vai desde o nascimento até a morte. A função sexual continua por toda a vida mesmo na terceira idade.

Tudo é ditado pelos jovens e adultos e não se permite que, por exemplo, um idoso ame socialmente, não levando em consideração a possibilidade de um relacionamento físico e amoroso na Terceira Idade, a tal ponto que os próprios idosos acabam nutrindo os pré-conceitos dos mais jovens. Assim, o idoso muitas vezes acaba por se tornar o difusor de tais preconceitos cristalizando as crenças dos mais jovens e passam a se esquecer de que o desejo não tem idade. Pouco a pouco o idoso passa a acreditar que não pode amar, comportando-se segundo as expectativas sociais, porque se o fizer será considerado um degenerado, libidinoso ou indecente. E se isto é verdade para os idosos do sexo masculino, a situação



ainda é pior para as idosas. Assim, deve-se pensar no que tem maior peso: a idade em si ou a idéia que as pessoas idosas fazem de si mesmas? Logo, o idoso deve encarar como sadias as práticas amorosas e eróticas na velhice, sendo esta atitude positiva associada a um sentimento de adesão à vida. O problema crítico dos idosos em matéria de sexualidade consiste, então, em ganhar coragem e perder a vergonha. Atingidos tais objetivos pode-se ter uma vivência erótica de suas sexualidade bem melhor que em qualquer época da vida.

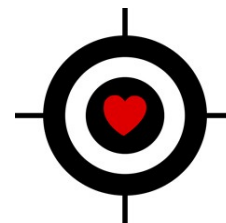
O que se percebe, então, é que a escassez de informações sobre o processo de envelhecimento, assim como das mudanças na sexualidade em diferentes faixas etárias e especialmente na velhice, tem auxiliado a manutenção de preconceitos e, conseqüentemente, trouxeram muitas estagnações das atividades sexuais das pessoas com mais idade (Risman, 2005). Dessa forma, acredita-se que uma má compreensão da sexualidade na terceira idade leve a dificuldades desnecessárias de superação para os problemas de seus participantes, de forma que um esclarecimento acerca das informações distorcidas que se difundem em relação à sexualidade pode contribuir para a diminuição das crenças e tabus sobre um assunto tão cheio de preconceitos.

Quando o ser humano se situa em plena juventude, época em que os hormônios determinam à variação do humor e dos desejos afetivos e sexuais, torna-se impensável imaginar a possibilidade de futuramente se envelhecer.

Com uma visão restrita, tanto em relação à sexualidade quanto à velhice a sociedade, freqüentemente, classifica este período da vida como um período de assexualidade e até de androginia, ou seja, um período em que o indivíduo teria que assumir unicamente o papel de avó ou avô, cuidando de seus netos, fazendo tricô e vendo televisão (Risman, 2005). E a falsa crença de que a velhice é uma etapa assexuada influencia profundamente a auto-estima, autoconfiança, rendimento físico e social dos adultos mais velhos, além de contradizer a normalidade das sensações e a capacidade de amar do ser humano.

Percebe-se que os meios de comunicação, a publicidade e os cânones de beleza impregnam a sociedade por supervalorizarem a juventude, os corpos perfeitos e a atração física como requisitos fundamentais para encontrar um parceiro e manter um relacionamento. Dessa forma, estes ditames muitas vezes servem para onerar as pessoas de mais idade para se equipararem e utilizarem os mais variados aparatos e instrumentais. Estes variam desde cremes e comprimidos até cirurgias protéticas e mutiladoras, aos quais muitos se submetem para tentar recuperar palidamente suas juventudes. Quando isso não acontece, sentem-se expostos, infelizes e deficientes. Infelizmente, a propagação de estereótipos errôneos de que as pessoas idosas não são atraentes fisicamente, não têm interesses por sexo ou são incapazes de sentir algum estímulo sexual, ainda são amplamente difundidos. E, assim, estes referenciais que lhes são passados tornam-se verdadeiros leitões de Procusto de uma vitalícia, e utópica fonte da juventude.

O comportamento sexual é plurideterminado por princípios como cultura, religião, educação e esses valores influenciam intensamente o desenvolvimento sexual, determinando a maneira como iremos vivenciá-la e lidar com ela por toda a vida. Assim, a geração atual de idosos é fruto de uma educação muito severa. Os pais destes tinham por orientação sexual os conceitos e preconceitos repressores, herdados de



uma outra geração mais repressora ainda, e para muitos, o exercício da sexualidade era algo sujo e pecaminoso. Pode-se dizer ainda que a sexualidade no idoso está relacionada a vários sentimentos: as alegrias, as culpas, as vergonhas, os preconceitos e as repressões de cada um. O sexo na terceira idade traz satisfação física, reafirma a identidade e demonstra o quanto cada pessoa pode ser valiosa para outra, estimulando sensações de aconchego, afeto, amor e carinho.

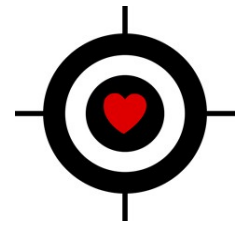
Todavia, a idéia de uma visão mais positiva e produtiva para o envelhecimento, começa a ganhar força nos dias atuais e é resultado de diversos fatores, dentre os quais se destaca o crescimento do número de idosos no mundo inteiro. Uma educação da sociedade neste sentido se faz necessária, porque do contrário, somente quando as outras gerações entrarem para a velhice elas provavelmente reivindicarão para si mesmas o direito à sexualidade na meia-idade e na velhice.

E, embora esteja em um constante crescimento os que acreditam na existência do amor e do sexo na terceira idade, ainda são poucos os que ainda acreditam que exista uma continuidade da sexualidade para as mulheres, ou mesmo, para os homens que passaram dos seus sessenta anos. Há pouco tempo isto era tabu. Pouco ou quase nada, se falava sobre o assunto sexualidade na velhice. Se por um lado, “os jovens há menos tempo” não param para pensar que o desejo não tem idade, por outro lado, alguns “jovens há mais tempo” tendem a imaginar que, com o passar dos anos, o coração tenha envelhecido de tal forma que chegam a perder a noção de como é o amar e que é tarde demais para fazê-lo. Há ainda aqueles que externam sua aversão ao tocar neste assunto, e sequer podem imaginar adultos, em idade avançada, ainda cultivando o amor e trocando afetos mais íntimos em público.

Como velhice não é sinônimo de doença, mas pode estar relacionada a doenças degenerativas, algumas considerações se fazem necessárias visando um desenlace contraproducente a uma boa vivência nesta fase da vida. Assim, os problemas de saúde podem limitar, mas não impedir, na grande maioria dos casos, que um idoso leve uma vida sexual ativa. Em relação às mudanças biológicas, ainda não possuímos respostas a todas as indagações de como e por que envelhecemos. As pesquisas têm demonstrado, entretanto, que as mudanças biológicas não devem ser encaradas como doenças (Silva, 2000).

É também verdade que o sexo, assim, como várias outras atividades organo-fisiológicas vai se tornando menos necessário, com a idade. Dessa forma, durante a velhice, o desejo sexual pode sim diminuir. O mito, entretanto, é alimentado pela desinformação e pela má interpretação das inevitáveis mudanças fisiológicas, que ocorrem nos indivíduos de mais idade. A sexualidade é freqüentemente um delicado equilíbrio entre as emoções e as causas psicológicas. Se o homem teme excessivamente a impotência, pode criar estresse o suficiente para causá-la. E, na maior parte das vezes, o fracasso sexual ou a evitação sexual é induzida pelo pessimismo e ansiedade gerada pela má informação. Deve-se então, desvincular o mito da verdade a fim de que os problemas fisiológicos possam ser encaminhados ao médico, que dentro de suas atribuições buscará pelas causas. Ainda assim, o desejo e a necessidade de afeto permanecem para os idosos e, estes casais, podem ter os mesmos problemas que envolvem as pessoas de todas as idades.

Para Azevedo (1998), tanto o homem como a mulher continuam a apreciar as relações sexuais



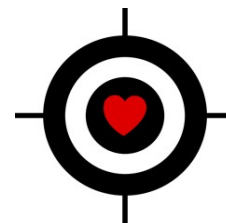
durante a velhice, as alterações que ocorrem na mulher, como a secura da vagina e a diminuição no tempo de ereção do homem, podem até prejudicar o prazer sexual, mas a boa adaptação sexual irá determinar o prazer.

E o fato de haver uma diminuição na frequência das atividades sexuais, não significa fim da expressão ou do desejo sexual. Em idades mais jovens existe uma grande preocupação com a “quantidade” de atividades sexuais; em idades mais avançadas esta noção de quantidade deve e pode sadiamente ser substituída por uma noção de “qualidade”. Muitos idosos não aceitam esse processo natural de envelhecimento e se sentem impotentes. Aqui há de se fazer uma relativização: se um jovem precisa de vários intercursos sexuais para encontrar satisfação, o indivíduo de mais idade pode encontrar o “mesmo grau de satisfação” com um número bem menor destes. Há outras diferenças a serem arroladas, como por exemplo, no caso do homem idoso, a ereção ocorre, até o fim da vida, contudo, existe com o aumento da idade, uma maior necessidade de estímulos, para que ocorra a ereção.

Segundo Wagner (1989), o comportamento sensual para flertar (uma realidade que, às vezes, poucos nesta fase ainda se engajam) e sexual, como a maioria dos outros comportamentos humanos, são, em grande parte aprendidos. A imagem estereotipada do envelhecimento sem sexo, sem sensibilidade, é também aprendida e, de certa forma, vendida para os partícipes da terceira idade. Ainda segundo a autora, com o advento da aposentadoria, os homens que emparelham freqüentemente suas masculinidades ao papel laboral, que lhes é concebido como a “fonte do poder” que têm, começam a duvidarem de sua capacidade sexual que lhes é uma outra fonte de poder. Dessa forma, mal informados e mal adaptados a essa nova realidade, sofrem concomitantemente um processo de perda da identidade que ameaça seriamente o ego deles. E, é bastante comum essa visão do homem, felizmente não compartilhada pela totalidade deles. Quanto às mulheres, estas sentem notoriamente o conjunto das mudanças pela qual o corpo passa, principalmente, no período da menopausa. Esta sinaliza o fim da capacidade reprodutora, o que não implica no término da sexualidade. Os desejos se modificam, contudo, não acabam.

Outras variáveis podem também se tornar predisponentes para uma inadequada vivência da sexualidade, como por exemplo, a aquisição de estereótipos privados de significados engendrando atitudes negativas em relação ao sexo, adquiridas quando se é ainda jovem, podem servir para enfraquecer a capacidade de aproveitar o sexo na idade avançada. Além disso, a rotina e monotonia da relação do casal com a passagem do tempo e as diversas sanções religiosas que vinculam o sexo unicamente a função reprodutiva podem interferir negativamente em como os idosos concebem a manifestação do amor e da sexualidade que querem expressar.

É igualmente importante considerar que muitos idosos, em sua juventude, não tiveram oportunidade de receber educação sexual sadia. Sua educação pode ter sido repressiva, limitando a expressão natural da sexualidade, ou favorecendo um tipo de relação sexual empobrecida pela moral rígida. Atualmente, alguns privilegiados podem reformular seus errôneos paradigmas herdados em agremiações para pessoas com o mesmo perfil etário. Portanto, poucos são os idosos hoje, que precisam levar uma vida monótona e casta. Estes “grupos de terceira idade” promovem uma socialização aumentando, consideravelmente, para muitos



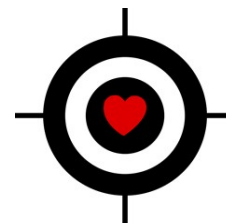
de seus participantes os contatos sociais e permitindo uma ativa (re)construção de suas ideologias sexuais. Assim, convivem simultaneamente com a diferença e a semelhança dos componentes deste grupo de pessoas.

Há amor suficiente para todos à medida que começemos a manifestá-lo em pensamentos, comportamentos e em sentimentos, e o mesmo se aplica para a sexualidade. Ela pode se manifestar em todas as idades e cada pessoa tem uma maneira própria de expressar sua sexualidade. Dessa forma, amor somente rejuvenesce e se torna presente no cotidiano daqueles que estão abertos para ele e para a vida. Para quem se fecha, incapaz de se transformar ou evoluir, resta apenas a solidão e o vazio.

Por último, deve-se evitar pensamentos saudosistas, que muitas vezes servem para estereotipar as pessoas de Terceira Idade e que paralisam suas ações e as possíveis e indispensáveis contribuições do idoso à sociedade. Isto acontece quando os dias da juventude são lembrados como um tesouro perdido, de tal forma que o idoso vive imerso numa vivência de juventude que se deseja eterna.

Referências

- ALMEIDA, T. & SOUTTO MAYOR, A. O amar, o amor: uma perspectiva contemporâneo-ocidental da dinâmica do amor para os relacionamentos amorosos. In: STARLING, R.R. (ed). Ciência do Comportamento: conhecer e avançar – 5ª edição, no prelo.
- AZEVEDO, J. R. D. Ficar Jovem Leva Tempo... Um Guia para Viver Melhor. São Paulo: Saraiva, 1998.
- BACELAR, R. Envelhecimento e Produtividade: Processos de Subjetivação. Pernambuco: Fundação Antônio dos Santos Abranches- FASA, 1999.
- CANÇADO, F.A.X. Epidemiologia do envelhecimento. In: Noções práticas de geriatria. São Paulo: COOPMED, p. 16-43, 1996.
- COVEY, Herbert C. Perceptions and attitudes toward sexuality of the elderly during the middle ages. *Gerontologist*, v. 29, n. 1, p. 93-100, 1989.
- FRAIMAN, A. Coisas da Idade. São Paulo: Gente, 1995.
- DOURADO, M. & LEIBING, A. (2002). Velhice e suas representações: implicações para uma intervenção psicanalítica. Retirado em 21 de março de 2006 do site: <http://www2.uerj.br/~revispsi/v2n2/artigos/artigo4.html>
- GOLDFARB, D. C. Corpo, Tempo e Envelhecimento. São Paulo: Casa do Psicólogo, 1998.
- PIKUNAS, J. Desenvolvimento Humano. São Paulo: McGraw-Hill, 1979.
- RISMAN, A. Sexualidade e Terceira Idade: uma visão histórico-cultural. *Textos Envelhecimento*, v.8, n.1, 2005.
- SILVA, I.R. Papéis Sociais e Envelhecimento em uma Perspectiva de Curso de Vida. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*. vol.16, n.1, 2000.
- SIMÕES, R. Corporeidade e terceira idade – a marginalização do corpo idoso. São Paulo: Unimep, 1998.
- SIQUEIRA, R.L.; BOTELHO, M.I.V., & COELHO, F. M. G. A velhice: algumas considerações teóricas e conceituais. *Ciência e saúde coletiva*, 7(4), 899-906, 2002.



STARR, B. D. Sexuality and aging. In M.P. Lawton & G.L. Maddox (Eds), Annual Review of Gerontology and Geriatrics, 5, p. 97-126, 1985.

VERAS, R. P. Pais jovens com cabelos brancos: a saúde do idoso no Brasil. Rio de Janeiro: Campus, 1994.

WAGNER, E. M.C.A. Amor, Sexo e Morte no Entardecer da Vida. São Paulo: Caiçara, 1989.

Artigo veiculado em: <http://www.thiagodealmeida.com.br/site/files/pdf/artigo5.pdf>