

# Reflexões: conceitos, estereótipos e mitos acerca da velhice

Thiago de Almeida\*; Maria Luiza Lourenço\*\*

## Resumo

Se cada pessoa tem a sua velhice singular, e essas passam a ser inumeráveis, bem como relativas, a definição do próprio termo pode se tornar um impasse e acarretar mitos que se agregam em torno desse “conceito”. E muitos são os mitos que envolvem a velhice. Paralelamente, constata-se uma extensa escassez de informações sobre o processo de envelhecimento, que tem contribuído para a manutenção de preconceitos e, conseqüentemente, gera muitas dificuldades para a vivência da sexualidade, dentre outras, pelas pessoas nesta etapa da vida. O presente estudo visa refletir sobre alguns conceitos e estereótipos que promovem os mitos entre idosos e a população em geral com o intuito de auxiliar a mitigá-los.

*Palavras-chave:* Idosos. Velhice. Mitos. Sexualidade.

Nem tudo é dias de sol,  
E a chuva, quando falta muito, pede-se.  
Por isso tomo a infelicidade com  
a felicidade  
Naturalmente, como quem não estranha  
Que haja montanhas e planícies  
E que haja rochedos e erva [...]  
O que é preciso é ser-se natural e calmo  
Na felicidade ou na infelicidade,  
Sentir como quem olha,  
Pensar como quem anda,  
E quando se vai morrer,  
lembrar-se de que o dia morre,  
E que o poente é belo e é bela a  
noite que fica [...]  
Assim é e assim seja [...]

Alberto Caieiro  
(Heterônimo de Fernando Pessoa em  
O guardador de Rebanhos)

\* Psicólogo (CRP 06/75185) pela Universidade de São Carlos. Mestre em Psicologia pelo Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo (Departamento de Psicologia Experimental). E-mail: thiagodealmeida@thiagodealmeida.com.br. Site: www.thiagodealmeida.com.br

\*\* Bacharel em Biblioteconomia pela Faculdade de Biblioteconomia e Documentação da Universidade de São Paulo. Bibliotecária (CRB 8ª 5037) da Faculdade de Educação da Universidade de São Paulo. E-mail: ma-louren@usp.br

↳ Recebido em junho de 2008 – Avaliado em março de 2009.

↳ doi:10.5335/rbceh.2009.022

## Introdução

Muitos são os mitos que envolvem a velhice. Segundo o dicionário Houaiss (2001, p. 1936), mito é a “construção mental de algo idealizado, sem comprovação prática; idéia, estereótipo”. Quanto ao termo “mito”, define-o como “valor social ou moral questionável, porém decisivo para o comportamento dos grupos humanos em determinada época”.

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 é definido como uma sinônimo para uma eternidade quantificada, ou seja, uma cota. Dessa forma, o tempo e o homem influenciam-se mutuamente, produzindo profundas mudanças em suas individualidades. Assim, diversas velhices surgem e diferentes representações a elas associadas, que permitem lidar com a questão temporal. (GOLDFARB, 1998). É interessante observarmos a subjetividade relacionada à velhice.

Entretanto, como questiona Almeida (2009), se cada pessoa tem a sua velhice singular, essas passam a ser tanto incontáveis como relativas. Assim, a definição do próprio termo pode se tornar um impasse e acarretar mitos que se agregam em torno desse “conceito”. Afinal, uma pessoa é idosa a partir de algum referencial pautado no declínio orgânico, ou podemos caracterizar as maneiras pelas quais as outras pessoas passam a encará-la, que a confinariam num reduto chamado “terceira idade”? Então, quando uma pessoa envelhece? Há uma idade ou um intervalo específico nas dimensões espiritual, biológica, social e psicológica

que situe uma pessoa no que se concebe como terceira idade?

Não podemos erradicar a velhice de nossas vidas, no entanto podemos modificar a maneira como pensamos o envelhecer. Na visão de Risman (2005), percebe-se que a escassez de informações sobre o processo de envelhecimento, assim como sobre as mudanças na sexualidade em diferentes faixas etárias e, especialmente, na terceira idade, tem auxiliado na manutenção de preconceitos e, conseqüentemente, gerado muitas dificuldades para a vivência da sexualidade, dentre outras, pelas pessoas nesta etapa da vida. Neste trabalho faremos algumas reflexões e destacaremos alguns mitos que permeiam o ideário comum tanto de idosos como de pessoas que caminham para a idade avançada.

## O que se concebe por terceira idade

“Terceira idade” é uma expressão que recentemente se disseminou no vocabulário brasileiro. Mais do que uma referência a uma idade cronológica, é a maneira eleita para tratamento das pessoas de idade mais avançada que ainda não adquiriu conotação pejorativa. A expressão originou-se na França, país no qual os primeiros gerontólogos brasileiros foram formados com a implementação, na década de 1970, das *Universités Du Troisième Age*. (STUCCHI, 1994).

Das diversas formas de categorização – sociais, culturais, psicológicas – que tentam definir os limites entre as idades, nenhuma foi capaz de descrever o experienciar da velhice, tornando-se vagas e

arbitrárias generalizações. (DOURADO; LEIBING, 2002; GAGLIETTI; BARBOSA, 2007). Contudo, não se precisa ir muito longe para constatar que o que é percebido é a impossibilidade de se estabelecer uma definição ampla e aceitável em relação ao envelhecimento. (VERAS, 1994). Logo, percebe-se que nossos referenciais a respeito da terceira idade e tudo o que se supunha saber são insuficientes para defini-la.

Tratamos desse assunto como se fosse se tornar realidade somente para os outros, como se permanecêssemos eternamente jovens. Contudo, a velhice é uma etapa normal do ser humano para todos os que conseguem alcançá-la. O que muitas vezes se desconsidera é que a velhice é um processo contínuo desde o nascimento. O emprego de certos meios para retardar o envelhecimento pode impedir ou até mascarar esse processo, porém não altera a data final da morte. E se o limite da vida é a morte, a velhice é a fase da existência que está mais próxima desse horizonte. Contudo, deve-se lembrar que a morte não é um privilégio da velhice (SIMÕES, 1998), pois pertence a cada um de nós que se encontra vivo e atuante. Assim, as pessoas que conseguem superar o medo da morte passam a encarar a velhice como qualquer outro período da existência.

A gerontologia entende que o envelhecimento não significa uma decadência, e sim uma sequência da vida, com suas peculiaridades e características. (ALMEIDA; LOURENÇO, 2007; ALMEIDA; LOURENÇO, 2008). Ora, sabemos que a fonte da juventude é uma utopia e, certamente, as pessoas que

perseguem este ideal sofrem com muitas angústias, pois se recusam a encarar a realidade – afinal, ninguém é tão velho que não acredite poder viver ao menos mais algum tempo. Para complementar a discussão trazida à baila, Almeida (2009, p. 5) afirma:

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”.

## O panorama brasileiro e os idosos

De forma significativa, a longevidade ocupa sua representação na sociedade, o que leva a população a se adaptar tanto com a sua presença como com esta nova realidade. (SILVA; FOSSATTI; PORTELLA, 2007). Em grande parte, a sociedade brasileira marginaliza as pessoas idosas. Essa situação não costuma ocorrer em outras culturas, como, por exemplo, na oriental, que intensamente integra os idosos à vida social. Para esta, o idoso não é sinônimo de um ser ultrapassado ou que agrega automaticamente sua figura à senilidade, contrapondo-se aos nossos modelos. Ao contrário, os idosos são considerados sábios e tratados com o respeito e a dignidade que merecem. Infelizmente, em muitos centros urbanos ocidentais e contemporâneos, como o brasileiro, acontece o contrário.

No Brasil observa-se a impaciência com os “jovens há mais tempo”, as diver-

sas violências aos quais são submetidos, desde negligências até maus-tratos psicológicos, verbais e físicos, além de que, quando não conseguem internar seus idosos em instituições asilares ou psiquiátricas, segregam-nos dentro de suas próprias casas. Pensando em questões como essas, relacionadas aos idosos, à longevidade da população e aos demais problemas das políticas públicas do país, foi necessário criar o Estatuto do Idoso, lei nº 10.741, de 1º de outubro de 2003, de iniciativa do projeto de lei nº 3.561, de 1997, que veio substituir a Lei do Idoso, lei nº 8.842, de 4 de janeiro de 1994. (BRASIL, 2003). Ainda no que concerne ao âmbito brasileiro, muitos idosos têm suas opiniões desprezadas pelos seus entes, que os consideram como obstáculos para a rotina familiar e por geralmente carecerem de cuidados extras, como se precisassem padecer pelo fato de serem idosos ou penalizados pelos anos acumulados de sua vivência.

## Algumas questões do envelhecer

### Sexualidade e suas manifestações no entardecer da vida

Se as atitudes preconceituosas da sociedade na qual os idosos estão inseridos tipificam as atitudes deles, não há nenhum outro lugar onde este preconceito é mais visível do que na esfera da sexualidade e dos relacionamentos afetivo-sexuais. Levando-se em consideração que a sociedade muitas vezes solapa as expectativas dos idosos que querem firmar um relacionamento amoroso, essas atitudes podem causar uma estagnação momentânea, além de

conflitos desnecessários para os “jovens há mais tempo” que procuram se engajar em relacionamentos afetivo-sexuais.

O envelhecimento ainda é uma etapa da vida que permanece pouco conhecida e estudada, se comparada a outras fases do desenvolvimento humano. (OLIVEIRA et al., 2006). A velhice é uma fase da vida em que as pessoas normalmente não gostam de se antever projetando-se nela, ainda que muitos de nós sejamos idosos um dia. Tampouco se discute a respeito de algumas realidades que os idosos experimentam, porque:

- muitos idosos são considerados hipersexualizados e a sociedade considera que, próximo ao término de suas vidas, tenderão a realizar muitas das atividades sexuais para as quais não tiveram tempo hábil ou oportunidades no decorrer da mesma. Podemos exemplificar com algumas expressões populares que ilustram certas atitudes da sociedade em relação aos idosos: “viúva alegre”, “velho tarado”, “solteirona”, “velhinho assanhado”;
- os idosos são encarados como seres assexuados, nos quais o desejo e a manifestação da sexualidade foram destituídos de sua humanidade, bem como as possibilidades da contemplação de relações afetivo-sexuais, tanto de natureza heterossexuais como homossexuais;
- ou ainda, porque, como apontam Pedrozo e Portella (2003, p. 172), “as experiências emocionais dos idosos são consideradas aspectos idiossincráticos para o qual, procuram-se saídas individuais compartilhadas apenas com a família”.

Se a questão da afetividade e da sexualidade está presente em todos os momentos da vida, não será no processo do envelhecimento que estará ausente. Contudo, ao investigar o processo de envelhecimento percebe-se que o conhecimento atual aquilatado a respeito, em relação a alguns temas como o estudo do amor e da sexualidade, carece de identidade e é constituído por elementos de discursos teóricos e ideológicos fundamentados em legados ultrapassados, herdados geralmente das ciências sociais e da medicina. (NERI, 1993).

E quando nos referimos à sexualidade, não estamos nos remetendo a sexo, enquanto um sinônimo para cópula, mas ao produto final de um longo e natural processo de desenvolvimento, que começa no nascimento e envolve tudo o que somos, as nossas atitudes, como lidamos com as questões que nos circundam e como tudo isso nos abala numa relação afetiva interpessoal. O que a psicologia concebe por sexualidade não é, em absoluto, idêntico à união sexual entre um homem e uma mulher, ou mesmo teria o sentido exclusivo de sensações prazerosas produzidas/comunicadas pelos nossos órgãos genitais.

Sexualidade é muito mais do que o intercurso do pênis à vagina culminando com o orgasmo masculino ou feminino; tampouco sexo é uma equivalência para gênero, pois esses dois conceitos foram inseridos na literatura científica em épocas distintas e abrangendo aspectos diferenciados da vida humana. Enquanto as diferenças entre os sexos são estabelecidas pelo aspecto físico, as diferenças de gênero são explicadas e entendidas como socialmente construí-

das. O conceito gênero foi introduzido no discurso teórico na década de 1970, por meio das pesquisas da antropologia. Desde então, diversos autores aprofundaram o tema e, atualmente, em psicologia social, qualquer estudo sobre diferenças ou semelhanças entre homem e mulher precisa ser evocado do prisma de gênero. (STREY, 1999).

É importante salientar que a sexualidade é inerente à natureza humana, obedece a uma necessidade fisiológica e emocional e está presente em todas as fases de seu desenvolvimento. Em outras palavras, a função sexual continua por toda a vida, inclusive para os idosos. Manifesta-se de forma diferente nas fases progressivas do desenvolvimento humano e sua expressão é determinada pela maturidade orgânica e mental. A sexualidade é uma forma de comunicação que visa ao prazer, ao bem-estar, à autoestima e à busca de uma relação íntima, compartilhando o amor e o desejo com outra pessoa para criar laços de união mais intensos. (MAYOR; ANTUNES; ALMEIDA, 2009). Para complementar o exposto, a Organização Mundial da Saúde (2007) define a sexualidade como “uma energia que motiva para encontrar amor, contato, ternura e intimidade; integra-se no modo como nos sentimos, movemos, tocamos e somos tocados; é ser-se sensual e ser-se sexual. A sexualidade influencia pensamentos e, por isso, influencia também a saúde física e mental”.

Certamente, a sexualidade e a afetividade perpassam todas as questões do envelhecer, na medida em que também participam do nosso cotidiano enquanto seres humanos. Entretanto, sabemos que

sexualidade nunca pode estar desvinculada do corpo; nem do desejo inconsciente, este componente aparentemente estranho que habita e age em nosso interior e do qual nunca estamos descomprometidos; nem das conseqüências psíquicas das diferenças anatômicas entre os sexos. (COSTA, 1992). Segundo Neri,

vários elementos são apontados como determinantes ou indicadores de bem-estar na velhice: longevidade; saúde biológica; saúde mental; satisfação; controle cognitivo; competência social; produtividade; atividade; eficácia cognitiva; status social; renda; continuidade de papéis familiares e ocupacionais, e continuidade de relações informais em grupos primários (principalmente rede de amigos. (1993, p. 10).

Se, além dos elementos citados, ainda a maturidade trazer o afeto, a paixão, o namoro, o amor, o sexo, a cumplicidade, o companheirismo, dentre outros, o idoso pode estar certo de que poderá ter uma satisfatória vida afetivo-sexual, pois as possibilidades de um relacionamento amoroso nesta etapa da vida, apesar de algumas vezes serem difíceis, são mais viáveis do que muitas pessoas imaginam. (ALMEIDA; LOURENÇO, 2007).

Dessa forma, se o idoso se permitir essas vivências, poderá supor que terá um envelhecimento positivo, ao contrário daqueles que somente darão vazão a um saudosismo passivo, ou, ainda, a quaisquer outros posicionamentos imobilizadores e negativos. Assim, existem várias possibilidades de envelhecer afetivo-sexualmente, desde as contaminadas por estereotípias e mais negativas, que distanciaram o idoso de pensar a aderir a qualquer de investimento desta natureza afetivo-sexual; as mais positivas, que se mantiveram articuladas ao processo de

desenvolvimento biopsicossocial, no qual o componente afetivo-sexual comporta uma de suas principais dimensões.

Entretanto, o que tem predominado, infelizmente, é o aspecto negativo, com o próprio idoso muitas vezes se reconhecendo como alguém inútil, deteriorado, obsoleto, assexuado, ou, ainda, negligenciado de acordo com a natureza dos seus sentimentos. Segundo Caldas (2006, p. 330), “uma proporção desconhecida de idosos solteiros é homossexual - tanto homens quanto mulheres. Esta população é totalmente negligenciada pela pesquisa”.

### O desejo sexual para os idosos

A falsa crença de que a velhice é uma etapa assexuada, andrógina ou hiperssexualizada influencia profundamente na autoestima, na autoconfiança, no rendimento físico e social dos adultos idosos, além de contradizer a normalidade das sensações e a capacidade de amar do ser humano. E embora esteja em constante crescimento, poucos são os que acreditam na existência de relações afetivo-sexuais na terceira idade e que exista uma continuidade da sexualidade para as mulheres, ou mesmo para os homens, que passaram dos sessenta anos.

Até há pouco tempo, discutir acerca de sexualidade e relação afetivo-sexual na terceira idade era algo interdito. De forma incipiente ou de modo algum falava-se 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, alguns tendem a imaginar que, com o passar dos anos, a sua vida afetiva tem



envelhecido de tal forma que chegam a perder a noção de como é amar e que é tarde demais para fazê-lo. Há ainda aqueles que externam sua aversão a tocar no assunto e sequer podem imaginar adultos em idade avançada ainda cultivando o amor e trocando afetos mais íntimos em público. É natural que o homem e a mulher continuem a apreciar as relações sexuais durante a terceira idade, porém algumas modificações que ocorrem tanto no homem quanto na mulher podem prejudicar o prazer sexual.

A fim de que não haja prejuízo significativo nas relações sexuais, algumas adaptações às mudanças ocorridas nesta fase são necessárias. (AZEVEDO, 1998). Soma-se o fato de que, com o passar dos anos, as pessoas tendem a querer ficar ao lado de outra como forma de proteção, pois reconhecem que receber ajuda do companheiro não é apenas agradável, como também valorosa, e que demonstrações de carinho não podem ser reconhecidas como pejorativas. (AZEVEDO, 2000; CAPODIECI, 1996).

O sexo, assim como várias outras atividades orgânicas e fisiológicas, vai se tornando menos necessário ao longo da passagem do tempo. Dessa forma, durante a velhice o desejo sexual pode, sim, diminuir, mas não necessariamente. O mito, entretanto, é alimentado pela desinformação e pela má interpretação das inevitáveis mudanças fisiológicas ocorridas nos idosos. A sexualidade é, frequentemente, um delicado equilíbrio entre as emoções, o entorno no qual os idosos estão inseridos, as causas psicológicas e a interação entre todos esses componentes. Por exemplo, se o homem teme excessivamente a impotência, pode

criar estresse suficiente para causá-la. Ainda assim, o desejo e a necessidade de afeto permanecem para os idosos, e esses casais podem ter os mesmos problemas que envolvem as pessoas das demais idades.

Para Azevedo (1998), tanto o homem como a mulher continuam a apreciar as relações sexuais durante a velhice, a despeito das alterações fisiológicas ocorridas em ambos, como, no caso da mulher, a secura vaginal e, do homem, a diminuição no tempo de ereção. Essas alterações podem até prejudicar o prazer sexual, mas a boa adaptação sexual de ambos irá determinar o prazer do casal. Além disso, o fato de haver uma diminuição na frequência das atividades sexuais não significa o fim da expressão ou do desejo sexual. Segundo Butler e Lewis:

O sexo e a sexualidade são experiências prazerosas, gratificantes e reconfortantes que realçam os anos vindouros. Também são – como todo mundo sabe – de uma enorme complexidade psicológica. Durante toda a vida carregamos o peso das nossas experiências sexuais infantis e que foram moldados por nós mesmos, nossos pais, nossa família, nossos professores, e nossa sociedade de maneira positiva ou, às vezes, negativa. (1985, p. 12).

Logo, desde que estejam desfrutando de saúde, nada impede que pessoas idosas se engajem em atividades sexuais diversas. Em idades mais jovens existe uma grande preocupação com a “quantidade” de atividades sexuais; em idades mais avançadas, essa noção de quantidade deve, e pode, sadiamente ser substituída por uma noção de “qualidade”. Muitos idosos não aceitam esse processo natural de envelhecimento e sentem-se impotentes. Aqui há de se

fazer uma relativização: se um jovem precisa de vários intercursos sexuais para encontrar satisfação, o idoso 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.

No caso das mulheres, como aponta Ramos (2001), a sociedade ainda possui uma versão errônea da sexualidade feminina, como se estivesse estritamente ligada apenas aos aspectos físicos genitais e à capacidade reprodutiva. Nesse sentido, percebe-se que essa forma de pensamento é incorreta, pois a sexualidade não está associada somente às respostas do corpo, mas também à satisfação dos desejos e do afeto, comuns a todos os seres humanos. Para Fraiman (1995), muitas mulheres receberam e ainda adquirem informações falsas sobre a sexualidade na terceira idade. A autora cita que informações a respeito do período da menopausa são transmitidas de modo agressivo às mulheres que vivenciam a terceira idade, como, por exemplo de que após a menopausa as mulheres não produzem estrógenos, hormônios responsáveis pela sua feminilidade. Diante de frases como essas, algumas mulheres podem acreditar na falsa ideia de que o fim do ciclo menstrual significa o fim do desejo, do afeto, do sexo.

Com a chegada da menopausa, entretanto, muitas mulheres podem descobrir o sexo de forma até mais prazerosa do que quando eram mais jovens. Muitas preocupações, como gravidez, trabalho,

necessidade de satisfazer ao companheiro, estresse, acabam por tornar o sexo limitado e até curto. A menopausa traz certa tranquilidade numa relação, mas também provoca algumas mudanças que, infelizmente, advêm desse período. Citamos duas: a mulher algumas vezes precisará recorrer à reposição hormonal e, quando perceber que a vagina fica ressecada no momento do relacionamento sexual, talvez seja necessário o uso de gel para lubrificação. Para outras mulheres, será necessário ajuda psicológica e/ou médica para se adaptarem as mudanças que surgem nesse período da vida.

A marginalização do idoso, em dois níveis: pela sociedade e por eles mesmos

De acordo com Couto,

embora o aumento da longevidade represente uma conquista para a população e para a ciência, ainda prevalece socialmente a idéia de que envelhecer é algo a ser evitado. Em um contexto no qual o culto da juventude é cada vez mais reforçado, a velhice é permeada por estereótipos e preconceitos que a reduzem a uma fase de declínio e perdas. (2006, p. 321).

Em algumas situações, os idosos se excluem das atividades sociais alegando a idade como pretexto para se vitimarem e se sentirem inúteis perante a sociedade. Atitudes como essas contribuem para o mecanismo de exclusão no qual eles próprios são os responsáveis diretos. É necessário, pois, ao idoso saber que, à medida que a idade avança, não se deve proceder e/ou ceder aos mecanismos de afastamento do convívio com os semelhantes. Logo, a marginalização do idoso



é realmente um problema cultural, mas que pode ser agravado por atitudes peculiares de cada pessoa ou grupo.

Aparentemente, tudo é ditado pelos jovens e adultos e não se permite, por exemplo, a visibilidade de expressões ou manifestações afetivas de idosos 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 preconceitos dos mais jovens. O amor é um sistema complexo e dinâmico, que envolve cognições, emoções e comportamentos relacionados muitas vezes à felicidade do ser humano. (ALMEIDA, 2008). Dessa maneira, amar alguém e, conseqüentemente, expressar sua sexualidade e erotismo, talvez consolidando um relacionamento amoroso, em primeira análise, significa reconhecer uma pessoa como fonte real, ou potencial, para a própria felicidade.

Assim, o idoso muitas vezes acaba por se tornar o difusor dos preconceitos dos mais jovens, cristalizando as crenças errôneas de que tomam conhecimento e se esquecendo de que o desejo não se circunscreve a determinada idade. Pouco a pouco o idoso passa a acreditar que não pode se engajar em relacionamentos amorosos, comportando-se segundo as expectativas sociais, porque, se o fizer, será considerado degenerado, libidinoso ou indecente. E se isso 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 ideia que as pessoas idosas fazem de si mesmas? Logo, o idoso deve encarar como

sadias as práticas amorosas e eróticas na velhice, por ser 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 acerca das crenças que adotam, por serem errôneas e paralisarem suas motivações para o exercício positivo de sua sexualidade.

## Transformações do berço ao túmulo

Com o passar dos anos, os corpos vão perdendo a flexibilidade, a pele perde elasticidade, os cabelos perdem o brilho, etc. O viço juvenil vai se apagando com a idade, e com a velhice vamos adquirindo outro tipo físico. As relações de gênero também envolvem algumas diferenças nesse envelhecer, e as mulheres sofrem mais com esse processo. Como vivemos numa sociedade que se cultua a beleza, o aparecimento de cabelos brancos, de rugas, embora seja um indicativo natural do envelhecer, é sinalizado cultural e socialmente como algo negativo. Assim, observa-se que o corpo da mulher acaba sendo desvalorizado, muitas vezes pelas próprias mulheres. (CAMPOS, 2006).

Desde a década de 1970 Goldman e Goldman (1977) nos apontam várias dificuldades, como os problemas relacionados à urbanização, industrialização e suas decorrências – isolamento social, desolação, dependência, desvalorização, desprestígio, preconceitos, hostilidade, agressividade, atitude defensiva, perda de autoridade de autoafirmação, dentre outros – que atingem a todas as faixas

etárias, mas podem ser agravados pela idade que avança e pelo modo como se lida com ela. De acordo com Colom e Zaro:

Os estereótipos, em geral, concedem à velhice uma realidade negativa. O consenso social aceita como fatos inevitáveis uma perda de capacidades mentais, perda de memória, saúde vulnerável, padecimento constante de doenças ou reclamos de atenção. Essas perdas/características parecem justificar uma conduta estereotipada associada a termos como “acabado”, “inútil”, “doente”, “incapaz”, “improdutivo”, “dependente” e “carga social”, levando a pessoa à rejeição e à marginalização social. (2007, p. 309).

Com o decorrer dos anos é normal o surgimento de doenças, o distanciamento dos filhos, aposentadoria, morte de cônjuges e de amigos; a proximidade da morte também é outra ameaça que paira sobre as cabeças dos idosos. Contudo, é necessário que se superem essas crises, e com ajuda se necessário. O apoio da família e dos amigos torna-se fundamental para que esse processo se torne menos penoso e traumático.

A sexualidade também sofre modificações com o passar dos anos. O comportamento humano, e aqui destacamos o comportamento sexual como um dos quais comentaremos mais especificamente, é plurideterminado por fatores como cultura, religião, educação, que influenciam intensamente no seu desenvolvimento, determinando a maneira como iremos vivenciá-lo e lidar com ele por toda a vida. A geração atual de idosos é fruto de uma educação muito severa, pois seus pais tinham por orientação sexual os conceitos e preconceitos repressores herdados de outra geração, mais repressora ainda; assim, para muitos o

exercício da sexualidade era algo indecente e pecaminoso.

Pode-se dizer ainda que a sexualidade no idoso está relacionada a vários sentimentos, como 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. Com o passar dos anos, as pessoas normalmente não têm o mesmo vigor de outrora, dos tempos de juventude, mas os idosos podem e devem manter acesa a chama da paixão por seus companheiros, atendo-se mais à qualidade nas relações do que à quantidade existente na juventude. Para isso, o carinho é peça fundamental nos relacionamentos.

## Considerações finais

Acredita-se que uma má compreensão, primeiramente, do conceito de velhice por diferentes segmentos da população, das manifestações afetivo-sexuais da terceira idade e dos seus processos subjetivos acarrete dificuldades à superação dos problemas associados a uma melhor qualidade de vida para os idosos. Dessa forma, esclarecimentos como o que esboçamos acerca das informações distorcidas que se difundem em relação aos mitos existentes podem contribuir para a diminuição das crenças e interdições que se traduzem em preconceitos em relação aos idosos.

A ideia 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 destacam o crescimento da longevidade de pessoas no mundo inteiro e o aumento de especialistas na área de gerontologia e ciências afins, os quais procuram entender, estudar e desmistificar o envelhecimento humano. Infelizmente, ainda hoje, em pleno século XXI, muitas inverdades são ditas e promovidas, muitos mitos são mantidos e um grande preconceito ainda existe em relação ao envelhecer. Assim, como em outros grupos sociais, a velhice carrega estigmas e paradigmas errôneos que são difíceis de serem quebrados e aceitos pela sociedade e pelas próprias famílias. Uma educação da sociedade nesse sentido se faz necessária, porque, do contrário, somente quando outras gerações ingressarem no processo de envelhecimento, provavelmente, reivindicarão para si o direito à sexualidade na terceira idade, enfim livres de preconceitos.

## Reflections: concepts, stereotypes and myths about the oldness

### Abstract

If each person has its singular oldness, and these start to be innumerable, as well as relative, the definition of the proper term can become an impasse and to cause myths that are added around this "concept". And many they are the myths that involve the oldness. In addition, there is an extensive lack of information about the aging process that has contributed for the maintenance of preconceptions and, consequently generates many difficulties for the experience of the sexuality, amongst others, for the people in this stage of the life. This study aims to reflect some concepts that promote stereotypes and myths among the elderly and the general population in order to help mitigate them.

*Key words:* Elderly. Oldness. Myths. Sexuality.

## Referências

ALMEIDA, T. *Amor e sexo após os 60 anos: utopia ou realidade?* 2009. Disponível em: <<http://thiagodealmeida.com.br/site/files/pdf/artigo5.pdf>>. Acesso em: 19 jan. 2008.

\_\_\_\_\_. *Envelhecimento, erotismo e relacionamentos amorosos na velhice*. Portal do envelhecimento.net. Disponível em: <[www.portaldoenvelhecimento.net/pforum/ptv31.htm](http://www.portaldoenvelhecimento.net/pforum/ptv31.htm)>. Acesso em: 26 jun. 2008.

ALMEIDA, T.; LOURENÇO, M. L. Envelhecimento, amor e sexualidade: utopia ou realidade? *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, Rio de Janeiro, v. 10, p. 101-113, 2007.

\_\_\_\_\_. Amor e sexualidade na velhice: direito nem sempre respeitado. *Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano*, Passo Fundo, v. 5, n. 1, p. 130-140, jan./jun. 2008.

AZEVEDO, J. R. D. *Ficar jovem leva tempo... um guia para viver melhor*. São Paulo: Saraiva, 1998.

BRASIL. Presidência da República. Casa Civil. Lei nº 10.741, de 1º de outubro de 2003. Estatuto do Idoso. Disponível em: <[www.planalto.gov.br/ccivil/LEIS/2003/L10.741.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil/LEIS/2003/L10.741.htm)>. Acesso em: 19 jan. de 2008

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

CALDAS, C. Cuidado familiar. In: VERAS, R.; LOURENÇO, R. (Org.). *Formação humana em geriatria e gerontologia*. Rio de Janeiro: UnATI/Uerj, 2006.

CAMPOS, A. P. M. Envelhecimento feminino: "Bicho de sete cabeças?" In: FALCÃO, D. V. S. et al. (Org.). *Maturidade e velhice: pesquisa e intervenções psicológicas*. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2006. p. 17-35.

CAPODIECI, S. *A idade dos sentimentos: o amor e sexualidade após os sessenta anos*. Trad. de Antonio Angonese. São Paulo: Edusc, 2000.

- COLOM, R.; ZARO, M. J. *A psicologia das diferenças*. Trad. de Carmem E. Flores-Mendoza. São Paulo: Vetor, 2007.
- COSTA, J. F. *A inocência e o vício: estudo sobre o homoerotismo*. Rio de Janeiro: Relumê Dumará, 1992.
- COUTO, M. C. P. P. et al. Resiliência no envelhecimento: risco e proteção. In: FALCÃO, D. V. S. et al. (Org.). *Maturidade e velhice: pesquisa e intervenções psicológicas*. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2006. p. 315-338.
- DOURADO, M.; LEIBING, A. *Velhice e suas representações: implicações para uma intervenção psicanalítica*. 2002. Disponível em: <www2.uerj.br/~revispsi/v2n2/artigos/artigo4.html>. Acesso em: 20 mar. 2008.
- FRAIMAN, A. *Coisas da idade*. 3. ed. São Paulo: Gente, 1995.
- GAGLIETTI, M.; BARBOSA, M. Que idade tem a velhice? *Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano*, Passo Fundo, v. 4, n. 2, p. 136-148, jul./dez. 2007.
- GOLDFARB, D. C. *Corpo, tempo e envelhecimento*. São Paulo: Casa do Psicólogo, 1998.
- GOLDMAN, F. P.; GOLDMAN, D. M. *Problemas brasileiros: alguns aspectos sobre o processo de envelhecer*. Piracicaba: Franciscana, 1977.
- HOUAISS, A. *Dicionário Houaiss da língua portuguesa*. Rio de Janeiro: Objetiva, 2001.
- MAYOR, A.; CARQUELJEIRO, E. S. D.; ALMEIDA, T. O 'dever' do amor e da sexualidade no processo do envelhecimento. In: JORNADA APOIAR: saúde mental e enquadres grupais: a pesquisa e a clínica, VII. *Anais...* São Paulo: IP/USP, 2009.
- NERI, A. L. (Org.). *Qualidade de vida e idade madura*. São Paulo: Papirus, 1993.
- OLIVEIRA, K. L. et al. Relação entre ansiedade, depressão e desesperança entre grupos de idosos. *Psicologia em Estudo*, Maringá, v. 11, n. 2, p. 351-359, maio/ago. 2006.
- ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE. *Envelhecimento*. Disponível em: <www.who.int/es/index.html>. Acesso em: 8 nov. 2007.
- PEDROZO, S.; PORTELLA, M. R. Solidão na velhice: algumas reflexões a partir da compreensão de um grupo de idosos. *Boletim da Saúde*, Porto Alegre, v. 17, n. 2, p. 171-183, 2003.
- PESSOA, F. *O guardador de rebanhos e outros poemas*. São Paulo: Cultrix, 1997.
- RAMOS, R. B. A. *O desejo não tem idade: a sexualidade da mulher idosa*. 2001. Dissertação (Mestrado em Psicologia Clínica) - Universidade Católica de Pernambuco, Recife, 2001.
- RISMAN, A. Sexualidade e terceira idade: uma visão histórico-cultural. *Textos Envelhecimento*, Rio de Janeiro, v. 8, n. 1, p. 89-117, 2005.
- SILVA, C. A.; FOSSSATI, A. F.; PORTELLA, M. R. Percepção do homem idoso em relação às transformações decorrentes do processo do envelhecimento humano. *Estudos Interdisciplinares sobre o Envelhecimento*, Porto Alegre, v. 12, p. 111-126, 2007.
- SILVA, I. R. Papéis sociais e envelhecimento em uma perspectiva de curso de vida. *Psicologia - Teoria e Pesquisa*, Brasília, v. 16, n. 1, p. 31-40, 2000.
- SIMÕES, R. *Corporeidade e terceira idade: marginalização do corpo idoso*. São Paulo: Unimep, 1998.
- STREY, M. N. Gênero. In: JACQUES, M. G. (Org.). *Psicologia social contemporânea*. Petrópolis: Vozes, 1999. p. 181-198.
- STUCCHI, D. *Os programas de preparação à aposentadoria e o remapeamento do curso da vida do trabalhador*. 1994. Dissertação (Mestrado em Antropologia Social) - Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 1994.
- VERAS, R. P. *Pais jovens com cabelos brancos: a saúde do idoso no Brasil*. Rio de Janeiro: Campus, 1994.