

Gênero, sexualidade e atividade física: uma leitura sobre masculinidades e feminilidades (re)construídas à luz do envelhecer

Carolina Torres*, Paula Silva**, Carina Novais***, Joana Carvalho****

Resumo

Este estudo objetivou conhecer as percepções de pessoas idosas sobre a definição de gênero, seus papéis sociais e a importância da sexualidade na construção da identidade de gênero, assim como teve o intuito de analisar as expectativas relacionadas com o corpo relativamente à participação num programa de atividade física (PAF). A amostra é constituída por trinta pessoas (16 homens e 15 mulheres), com uma média de idade de $63,4 \pm 4,8$ anos, inscritas pela primeira vez num PAF que decorreu num município da região Norte de Portugal (V. N. de Famalicão). Foram realizadas entrevistas semiestruturadas que posteriormente foram transcritas e formatadas para tratamento da informação no programa QSRNVivo7. Após a análise dos dados, constatamos que os participantes apresentam leituras renovadas sobre a masculinidade e a feminilidade, sobre a sua identidade corporal e as suas vivências sexuais. A prática de atividade física assume uma importância primordial ao surgir como uma oportunidade para reconquistarem um corpo mais ágil e mais jovem.

Palavras-chave: Atividade física. Envelhecimento. Gênero. Sexualidade.

Introdução

[...] ter vivido é ter prestado atenção
ao caminho, significa ter sabido
lidar com o caminho
que foi percorrido. Ser idoso é, portanto,
ter a liberdade de deixar as coisas fluírem
pois há serenidade, é ter a liberdade do
conhecimento, é viver a temporalidade
(OKUMA, 1998, p. 45).

As culturas criaram padrões que são associados aos corpos, onde se entrelaçam conceitos, como sexo, sexualidade e gênero (RABELO et al., 2010). O gênero deve ser considerado como uma construção de relações sociais nas quais atuam indivíduos e grupos, em que ser homem ou ser mulher não é um estado pré-determinado, mas antes uma condição que se vai construindo (CONNEL, 2002). Quando pretendemos analisar o que é ser masculino ou feminino, o corpo emerge como protagonista (LOURO, 2003), sendo o lugar de soberania do sujeito,

* Licenciada em Desporto e Educação Física. Endereço para correspondência: Faculdade de Desporto. Rua Dr. Plácido Costa, 91. 4200-450 Porto. Portugal.

** Professora Auxiliar na Faculdade de Desporto da Universidade do Porto. Centro de Investigação em Atividade Física, Saúde e Lazer.

*** Mestra em Sociologia. Ciafel.

**** Professora Associada na Fadeup. Ciafel.

↳ Recebido em abril de 2010 – Avaliado em dezembro de 2010

↳ doi:10.5335/rbceh.2012.002

aquilo que o distingue dos outros, o suporte de uma identidade (LE BRETON, 2004). Ao longo da história verificamos que o corpo da mulher tem sido mais controlado e sujeito a uma pressão social maior relativamente ao corpo do homem, o que reflete um processo histórico regido pelo poder patriarcal (MOURÃO; VASCONCELOS, 2008). A trajetória das mulheres é marcada pela discriminação, pelo que as diferenças sexuais foram sempre um pretexto para impor relações hierárquicas e de poder que privilegiavam a supremacia do homem, aliada à subordinação da mulher (MOURÃO; VASCONCELOS, 2008). Cientes do conceito plural de masculinidades de Connel (1995), é a masculinidade hegemônica que predomina na nossa sociedade, contribuindo para a desvalorização do feminino (PEREIRA, 2008). Atualmente, assiste-se a uma acentuação da vigilância sobre o corpo, a uma era do culto do corpo, sendo este ameaçado constantemente pelo envelhecimento e pela doença (GOMES et al., 2008). O corpo do idoso é um corpo diferente, estando em desvantagem quando comparado com o modelo de corpo e beleza jovem vigente na sociedade (FERNANDES, 2009a). No entanto, é possível verificarmos que as referências relativamente ao envelhecimento e ao corpo recaem sobretudo nas mulheres (MOTA, 2002). Mas os idosos têm tendência a perder a massa muscular e a força, pelo que a sua principal preocupação aparece ligada, sobretudo, ao seu funcionamento físico e à sua capacidade para desenvolver e reafirmar-se como ator sexual numa relação física mutuamente satisfatória

(DRUMMOND, 2008). Nesse sentido, verificamos que as repercussões do processo de envelhecimento sobre a sexualidade constituem uma realidade particularmente contaminada por preconceitos, em que a impotência sexual dos idosos faz parte desses preconceitos (FERNANDES, 2009a). Também no que concerne à prática de atividade física e desportiva, o masculino e o feminino assumem valores distintos, pois o espaço desportivo é encarado como um espaço onde os homens constroem a sua identidade masculina (DRUMMOND, 2008) e do qual as mulheres foram, durante muito tempo, excluídas (ROMERO, 2008). Nesse contexto, este estudo objetivou conhecer as perceções de idosos e de idosas sobre o que é ser homem e ser mulher, sobre os papéis sociais de gênero e a importância da sexualidade na construção da identidade de gênero. Perspectivamos, ainda, analisar as expectativas relacionadas com o corpo desses(as) idosos(as) relativamente à participação no PAF.

Materiais e métodos

Para aceder às perceções das pessoas idosas que iniciavam um PAF, foram realizadas entrevistas semiestruturadas a 16 idosos e 14 idosas ($n = 30$), com idades compreendidas entre os 56 e os 71 anos ($63,4 \pm 4,8$ anos), após consentimento informado dos(as) participantes e garantida a confidencialidade dos dados. As entrevistas, realizadas sempre pelo mesmo elemento da equipe de investigação, decorreram entre os meses de janeiro e fevereiro de 2011. As entrevistas individuais foram realizadas numa sala

reservada das instalações desportivas, proporcionando-se um ambiente calmo, silencioso e privado.

O guião das entrevistas contemplou questões relacionadas com (1) os principais motivos e expectativas que levaram essas pessoas a inscreverem-se nesse PAF; (2) a percepção do corpo nas diversas fases da vida, incluindo no presente; (3) o contexto em que foram educados(as), permitindo-nos explorar a forma como foram construindo e percebendo a masculinidade e a feminilidade, bem como (4) a importância da sexualidade na construção da identidade de gênero. O guião foi delineado como sendo semiestruturado porque se pretendia uma recolha flexível de opiniões e de ideias sobre os temas investigados, e também para garantir a liberdade de introduzir novas questões em busca de mais informação. Além desses aspetos, esta opção metodológica tornou possível adaptar o instrumento de pesquisa ao nível de compreensão e de receptibilidade do(a) entrevistado(a).

As entrevistas gravadas em registo áudio foram integralmente transcritas e formatadas para tratamento da informação no programa QSRNVivo7. Procedeu-se a uma análise de conteúdo em que foram cumpridas as respetivas fases – pré-análise, codificação, categorização e inferência – envolvendo ainda os processos de contraste, relacionamento e comparação, de forma a obtermos as categorias de análise e a tipificação de respostas padrão (BARDIN, 2008). Todos os nomes utilizados no texto são pseudónimos para assegurar o anonimato dos(as) participantes. Todo o procedimento administrativo para a realização da pesquisa foi submetido à autorização

da instituição, porém, do ponto de vista académico, o projeto não foi submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade, mas aprovado pela Comissão Científica do curso de Mestrado em Atividade Física para a Terceira Idade da Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

Resultados

(Re)construindo masculinidades e feminilidades

Questionados sobre a definição acerca do “que é ser homem” foi possível verificar que a generalidade dos entrevistados remete-nos para a presença de uma masculinidade hegemônica pautada pela supremacia masculina e consequente submissão feminina, em que o homem é caracterizado como o “chefe de família”, sendo o responsável pelo sustento da casa, dos filhos e da esposa. Entendem que “ser homem” não se define exclusivamente por qualidades físicas, mas, sobretudo, por qualidades morais relacionadas com o carácter, o respeito e a vontade de trabalhar.

O valor de um homem não é o corpo de um homem. As pessoas às vezes dizem que é um grande homem por ele medir 1,80m, não é isso. O grande homem é precisamente pelas atitudes que se vê tomar, o carácter dele e a educação. (Ricardo, 62 anos).

Ora, para mim, ser homem é, como é que hei de explicar, para constituir uma família, haver respeito mútuo entre as pessoas que estão dentro de um lar e nunca faltar aos deveres como chefe de família, não é verdade, os deveres que ele deve ter (Vasco, 59 anos).

No entanto, ultrapassando a generalidade das respostas, interessa-nos destacar as singularidades que os dados expressam. Assim, é possível verificar a existência de discursos que realçam uma perspectiva que rompe com a visão patriarcal da masculinidade. Os entrevistados reconhecem que foram educados num contexto pautado pela supremacia do homem relativamente à mulher, mas não integraram esse traço na sua percepção de “ser homem”, salientando o fato de atualmente as diferenças entre homens e mulheres estarem substancialmente diluídas. Apesar de ainda assumirem a responsabilidade do *ser homem*, consideram que atualmente as mulheres têm tantos direitos como os homens, existindo mais colaboração relativamente às tarefas de casa, o que não se verificava na sua geração.

O mais importante de tudo o que estivemos a falar é (para o homem) manter o seu papel na sociedade que é muito importante, que é uma vida muito importante porque tem mais responsabilidades. Embora hoje em dia é equilibrado entre o homem e a mulher, que a mulher hoje está ao nível do homem e ainda bem que repartiu as coisas. Não é como antigamente, eu é que sou o macho e acabou. Hoje não, hoje está melhor, estão repartidas as tarefas e acho muito bem (Simão, 61 anos).

Os idosos entrevistados fazem ainda uma alusão aos padrões sociais vigentes na altura em que foram educados, emergindo um contexto marcado pelos estereótipos de gênero. Os seus discursos traduzem uma sociedade onde era evidente a separação entre homens e mulheres, nomeadamente na escola e na igreja. Fazem, ainda, referência ao

regime político ditatorial, autoritário e disciplinador (1933-1974), e à Igreja Católica como os principais responsáveis pelas regras e normas da sociedade relativamente aos papéis sociais de gênero.

O regime político da altura era uma ditadura muito difícil. O primeiro-ministro ou o Salazar dizia mesmo, o povo para ser humilde tem de passar fome e então a mulher era muito subjugada e então para ser uma boa mulher, a política da altura era fome, porrada e filhos no colo. Muitas vezes é isso que acontece, o pai a bater na mãe, [...] a mulher era muito subjugada, maltratada e isso tudo. Nasceu para aquilo, era a política da altura (Ricardo, 62 anos).

Recordam que as mulheres, “filhas de Maria”, deviam ser recatadas, castas e bem-comportadas. Restringidas à esfera privada, as mulheres deviam assumir os papéis que a sociedade delas esperava: de mãe, esposa e dona de casa. Já ao homem competia o sustento da família, a vida na esfera pública, e uma vida sexual que cedo deveria ser iniciada.

Naquele tempo, uma mulher não podia usar as saias curtas, não podia, hoje já estava bem, da maneira que isto está, está bem. Não serem muito escravas, não se chamarem filhas de Maria como chamávamos naquele tempo. “Filhas de Maria” quer dizer é ser muito honestas, andarem muito cobertas, não se poderem ver as pernas (Miguel, 68 anos).

As idosas entrevistadas definem o ser homem com base em valores morais. Nas suas definições espelham um ideal de homem sem vícios, respeitador, trabalhador, amigo dos filhos e da esposa. Admitem, no entanto, que o homem é um ser diferente da mulher, muitas vezes dono da razão e egocêntrico.

São muito teimosos os homens, [...], só aquilo que eles dizem é que tem razão, só aquilo que eles pensam é que é bom para eles. (Vera, 61 anos).

A dignidade, a honestidade, a vontade de trabalhar, o respeito pela mulher, ser um bom marido, ser um bom filho primeiro, ser um bom pai e um bom amigo (Sandra, 66 anos).

Quando a questão incide sobre “o que é ser mulher”, temos palavras como fragilidade, beleza, amor, bondade, dedicação e fidelidade emergem. As afirmações traduzem a forma como a mulher era vista na sociedade, como um ser puro, evocando a imagem de Maria, mas sem juízo, encarnando a imagem de Eva. A referência aos estereótipos sociais relativamente aos papéis que as mulheres devem ocupar na sociedade, nomeadamente o papel de mãe, de dona de casa e de esposa, fazem denotar nas opiniões dos idosos uma visão machista que delega nas mulheres a principal tarefa de zelar pelos interesses do marido. Os discursos dos idosos refletem a existência de um preconceito relativamente à sexualidade feminina, olhando com reprovação para o fato de atualmente a mulher ser mais livre sob o ponto de vista sexual. Referem a importância das mulheres preservarem a sua virgindade, entendido como símbolo da sua dignidade.

Olhe, tem de ter uma qualidade de ser amiga dos filhos e do marido, tem de transmitir alegria em casa [...]. Portanto, a mulher tem um papel difícil e eu reconheço, tem de ser esposa e tem de ser mãe, mas se tiver essa qualidade de ser boa esposa, boa mãe, é o fundamental (Rui, 64 anos).

Ter sexo muito cedo [reprovação]. Acho que a mulher deve ter a sua dignidade, respeito [...]. Não quer dizer que vá ficar ali intacta até ao fim, mas deve se preservar (Guilherme, 56 anos).

Também as idosas definem “ser mulher” com base nos papéis sociais, como dona de casa, mãe e esposa, refletindo os valores do contexto social em que foram educadas.

Ser mulher, portanto, vamos ser mães, [...] acho que todas as mulheres gostam de ser mães, esposas e depois, pronto, lutarmos para sermos boas mães e boas esposas e fazermos tudo o que está no nosso papel de mulher. Papel de mãe e de companheira e de tudo [risos] (Eva, 60 anos).

Focaram ainda o elemento corpo como extremamente importante para a definição de ser mulher, parecendo cientes do valor que a sociedade atribui ao corpo feminino.

Nós, hoje, não pelo meu marido, porque ele é uma pessoa muito simples, mas temos de olhar por nós porque hoje em dia os homens olham muito para estas mulheres que se arranjam bem (Conceição, 59 anos).

Evidenciaram uma enorme preocupação em face à existência da doença do cancro da mama, doença temida pelas mulheres pela possibilidade de verem seus corpos mutilados e, conseqüentemente, feridas na sua feminilidade e sexualidade. Essa visão realça o fato de uma mulher que não tem uma mama (peito como as idosas se referem) poder ser encarada como um ser incompleto, um ser que se distancia dos padrões impostos pela sociedade para ser mulher. O peito é, por isso, invocado como elemento principal na construção da

identidade feminina, encarado como a característica indispensável para ser e se sentir mulher.

[...] a mulher sem peito parece que está incompleta, o meu pai dizia que era um jardim sem flores e as mulheres hoje infelizmente quantas são operadas e algumas ficam completamente destruídas, [...] um problema destes que é muito mais delicado do que aqueles que eu tenho, Deus me livre (Vera, 61 anos).

Eu acho que (o peito) faz parte da feminilidade, da sexualidade (Beatriz, 58 anos).

Enquanto essas idosas estão resignadas ao seu destino decorrente da forma como foram educadas, outras expressaram um sentimento de revolta por verem as suas oportunidades tão limitadas num mundo de padrões extremamente rígidos para as mulheres, que as colocou confinadas ao domínio do lar e ao desempenho das tarefas domésticas.

Antigamente era para aquilo que os nossos pais nos mandavam. Eu quando andava na escola dizia que ia ser doutora, mas o meu pai dizia que as mulheres eram em casa, e então tentava dar um trabalho a cada uma, na coisa dele os homens é que trabalhavam e saíam de casa. Achava mal, acho mal. Ainda hoje estou revoltada contra ele. Gostava de ser uma mulher, mas de sucesso, não sou porque apertaram-me as asas (Manuela, 61 anos).

A atividade física perspetivada enquanto lugar de resgate do corpo

Os idosos e as idosas que participaram no estudo referem os dissabores causados pelas alterações no corpo decorrentes da idade. Afirmam que com o avançar da idade o corpo se tornou

mais fraco e mais frágil e, por isso, começaram a sentir mais limitações físicas e menos qualidade de vida. Quando se inscreveram no PAF, vieram para “o bem do corpo”, tentando encontrar uma oportunidade de obterem mais saúde e um corpo mais ágil que lhes permita manter a sua autonomia e, assim, ter mais qualidade de vida.

Eu achei que era uma altura de cuidar um pouco, de ter um pouco de atividade física para manter aquela agilidade, não é, porque à medida que a idade avança vamos perdendo um pouco (Simão, 61 anos).

As questões de gênero continuam muito presentes nessa preocupação de conseguir um “corpo funcional”. Para as mulheres, a atividade física (AF) é perspectivada no sentido de se manterem mais ágeis e conseguirem continuar a desempenhar as tarefas domésticas. Os homens entrevistados referiram o resgate da força física com o intuito de continuarem a desempenhar as tarefas que socialmente lhes são atribuídas.

O que pretendo é ter um estado físico que me permita maior mobilidade e fazer coisas que certamente se tivesse ali no café, não conseguiria. Ao fim de algum tempo os músculos iam “emperrando” e assim pelo menos acho que vou mantendo uma certa forma física (Duarte, 65 anos).

Eu espero que me ponha bem no corpo, que eu não fique tão rápido sem ação, sem poder fazer a minha lida da casa, é isso que me preocupa é ficar uma pessoa diferente, arrumada numa cadeira 9...0 (Andreia, 64 anos).

Mas, para além da preocupação sentida e vivida relativamente ao corpo funcional, os participantes no estudo

evidenciaram-se inquietantes relativamente à sua imagem corporal. Nesse sentido, os discursos refletem que os(as) entrevistados(as) procuram na prática de AF a (re)conquista de um corpo mais magro, mais elegante, mais jovem. No que concerne a essa temática, encontramos algumas diferenças. Os homens perspectivam a prática de AF como uma oportunidade de recuperarem a força física, o corpo fisicamente mais forte, que esteja de acordo com os padrões exigidos pela sociedade. As mulheres procuram, sobretudo, um corpo mais magro, mais bonito, que obedeça às exigências criadas pela sociedade para o corpo feminino.

Mais elegância que não havendo estes exercícios, como a idade vai aumentando, a gente fica mais volumoso. E aqui parece que não (Vitor, 62 anos).

Eu é mais o bem-estar físico. Agora, gostava de emagrecer estes 3 kg, mas ainda não consegui. Tenho estabilizado, não consegui, mas acho que vou conseguir agora (Beatriz, 58 anos).

É importante salientar que uma das limitações, que o presente estudo apresenta, é a amostra ser constituída só por idosos(as) que voluntariamente se inscreveram num PAF, não considerando aqui a percepção de pessoas idosas que não frequentam ou que não se encontram em situações de participar em programas desse tipo. Outro aspeto a ter em consideração é a ausência de temas que cruzam com uma análise de gênero, como, por exemplo, a etnicidade e a classe social, pelo que se sugere que futuros estudos sobre as masculinidades e feminilidades no envelhecimento considerem essas dimensões na sua análise.

(Des)mistificando a sexualidade no envelhecer

Para os idosos entrevistados, a sexualidade assume uma condição importante na conceção de masculinidade, embora não a mais importante, entendida como um meio para a satisfação das necessidades fisiológicas e considerada indispensável à reprodução da espécie.

Acho que a sexualidade vem por acréscimo do homem, isso não é um trauma, para mim acho que isso não é um trauma [...]. Para ser homem, não precisa de ter sexo. Para mim um homem tem que organizar a vida dele, ser humilde, ser sincero e aí é que vem o acréscimo da sexualidade, não vem por querer, vem por acréscimo, vem por as pessoas serem sinceras e humildes, ter amor e carinho e afeto um ao outro e pronto (Vasco, 59 anos).

É importante, como referi, não só para mantermos uma linhagem da nossa descendência, como o nosso corpo necessita de ter essa atividade. Necessita mesmo (Simão, 61 anos).

Numa outra perspectiva, o discurso das mulheres entrevistadas relativamente à sexualidade remete-nos para a sua importância na manutenção do casamento, encarando-a mais como uma obrigação conjugal da mulher. Algumas participantes afirmam que a sexualidade faz parte da natureza humana e que a sua principal função é a procriação, pelo que raras vezes aparece associada ao prazer. Ao analisarmos o contexto em que essas mulheres foram educadas, verificamos que a Igreja, assim como o regime político que vigorava na altura, exerceu uma grande influência na forma como as mulheres viveram a sua sexu-

alidade, pois essas instituições (igreja e política) preconizavam que a relação sexual tinha um único objetivo, a procriação, e que só devia acontecer após o casamento, estando o prazer associado ao pecado.

Isto muda de pessoa para pessoa, mas pronto, faz parte dos deveres conjugais, que é a nossa relação na cama, acho que devo, pronto, ter uma parceria com ele, não é? Casei com ele e acho que sim, há que assumir (Manuela, 61 anos).

[...] não é nada que me faça falta. O marido tem o mesmo valor, quer faça sexo ou não faça, é a mesma coisa. Não sei explicar, nunca me queixei a médico nenhum, mas, para mim, fazer sexo nunca teve valor nenhum, nunca senti o que as pessoas dizem (Carla, 70 anos).

Algumas idosas entendem a sexualidade mais próxima do prazer, reconhecendo que embora fossem educadas para uma sexualidade associada à procriação, atualmente a mulher conquistou uma sexualidade mais ativa e liberta desses ditames.

Eu acho que a sexualidade também faz parte da realização feminina. Antigamente pensava-se que só os homens é que tinham direito e a mulher era só para procriar, e hoje não. Hoje já é dado à mulher o direito de ter uma sexualidade ativa, tal como o homem (Beatriz, 58 anos).

Numa fase da vida em que o corpo já não responde com a mesma prontidão aos estímulos sexuais, os dados das entrevistas sugerem que os idosos e as idosas aceitam as novas vivências da sexualidade. Assistimos, aliás, por parte das mulheres, a uma nova forma de viverem a sua sexualidade, agora distantes da possibilidade de procriação parecem

ter conquistado finalmente, e em pleno, a sexualidade pelo prazer.

[...] eu quando era nova até não ligava nenhum ao sexo, não tinha prazer nenhum, por muito que o meu marido se esforçasse eu às vezes não tinha e não ligava muito. Hoje é diferente. [...] de certo foi o meu organismo que mudou, eu penso isso, os esforços dele são iguais. Mas há outra coisa a gente antigamente, sabe como é, tinha de ter todo o cuidado para não se arranjar filhos, senão era um cesto deles, e às vezes também seria isso que não agradasse à mulher, hoje não há nada, não há flor, como se diz, a gente está mais à vontade, há mais aquele prazer da mulher. Mas é como eu digo, eu antigamente não tinha, assim, tanto esse prazer e até nem ligava mesmo ao sexo, às vezes era só mesmo para satisfazer o marido, não era por mim. Hoje é o contrário (Dulce, 59 anos).

Longe da pressão exercida pelos imperativos sociais que incutiam na mulher o dever de satisfazer o marido, bem como da preocupação para controlar a natalidade, essas mulheres reforçam que descobriram uma sexualidade mais livre e com mais prazer. Os homens, apesar de encararem essa mudança com alguma tristeza e com alguma resignação, percebem que tal não significa a perda da sua identidade, nem da sua masculinidade.

A nossa reação, a nossa reação física, pronto, de amor, de carinho, de sexualidade e tudo, diminui com a idade. E isso faz muita falta (risos). E agora quando quero o objetivo e não consigo eu fico desconsolado, mas também digo, pronto, já fiz, eu antigamente quando me lembrava estava sempre ativo. Mas agora não, não posso, pronto, não consigo, é a resistência do corpo por causa da idade, mas pronto (Fernando, 68 anos).

Assim, apesar de os homens mostrarem uma consciência de que o seu desejo

vai diminuindo com o avanço da idade, referem que isso não significa o término da sua sexualidade, razão pela qual encontraram uma nova forma de vivê-la, mais próxima da demonstração de afetos. A forma como esses idosos e idosas vivem e encaram a sua sexualidade vem contrariar as crenças relativas à “des-sexualização” das pessoas idosas que alimentam a sociedade contemporânea.

Muitas vezes a gente diz que a parte sexual é a mais importante, também é importante, mas vale mais às vezes uma carícia e um beijo do que o próprio ato sexual em si, isto é o que eu penso (Duarte, 65 anos).

Eu acho que a sexualidade deve ser importante na medida em que é saudável. Mas devemos saber envelhecer com isso, porque não julgue que os primeiros tempos são iguais aos últimos, é o que for preciso, é olharmos um para o outro e reunirmo-nos, e não é estar sempre a pensar em sexo (Sandra, 66 anos).

Discussão

Com base na literatura, a geração mais velha viveu a sua juventude num contexto marcado pelas relações de poder, em que o homem era considerado o chefe de família e a mulher via o seu papel social resumido ao desempenho das funções de mãe, esposa e dona de casa (FREIRE, 2010). Nesse império do patriarcado, essa geração vivenciou a existência de uma nítida fronteira entre o domínio público (masculino) e o domínio privado (feminino), tendo experimentado uma assimetria relacional, principalmente no que se refere à visão da sexualidade e da corporeidade (FERNANDES, 2009a). Dessa forma, os

discursos das pessoas entrevistadas fazem transparecer o contexto da segunda metade do século XX como um contexto fortemente marcado pelo autoritarismo e pela disciplina no que toca ao gênero, permitindo-nos afirmar que essas pessoas interiorizaram e naturalizaram mais intensamente noções sobre os papéis sociais adequados ao homem e à mulher (FERNANDES, 2009b).

Sobre “o que é ser homem”, verificamos que a generalidade dos entrevistados remete-nos para a presença de uma masculinidade hegemônica. Segundo Connel (1995), esse conceito de masculinidade legítima a ligação ao patriarcado em que o homem é ator dominante e exerce domínio sobre a mulher subordinada. No entanto, também verificamos a existência de discursos que realçam uma visão em ruptura com essa definição patriarcal. De acordo com a literatura, nessa faixa etária é frequente existir uma redefinição de “ser homem” e um redimensionamento dos papéis sociais. Com a entrada na reforma, o homem idoso vê encerrada a sua participação pública através da vida profissional, passando a viver mais tempo na área privada do lar, pelo que passa a lidar com o dilema de descobrir uma nova identidade para enfrentar um universo discriminador, já conhecido e vivenciado pela mulher (FERNANDES, 2009b).

Além disso, o homem confronta-se com a perda de vários dos atributos que continuam a definir a masculinidade hegemônica (capacidade para o trabalho, força física, potência sexual, assertividade), daí que surja essa necessidade de refazer a sua identidade de gênero,

o que abre espaço para uma redução da hierarquia entre homem e mulher (FERNANDES, 2009b). De acordo com as pessoas entrevistadas, “ser homem” não se define exclusivamente pelas características físicas, o que vem ao encontro do que é referenciado pela literatura, em que essa noção não se relaciona apenas com atributos ou funções sexuais, mas também com um conjunto de condutas morais, atribuídas pela sociedade, que são constantemente lembradas, reavaliadas e ajustadas (ALMEIDA, 2000). As mulheres admitem, no entanto, que o homem é um ser diferente da mulher, muitas vezes adotando postura na qual se mostra dono da razão e egocêntrico, estando de acordo com as características que marcam a masculinidade socialmente exibida, demarcada pela aparente ausência de sentimentos, pela agressividade, pela independência e racionalização (PEREIRA, 2008).

Relativamente às percepções de “ser mulher”, as entrevistadas apontam características como a fragilidade, a beleza e o amor, evidenciando ainda os papéis sociais de dona de casa, mãe e esposa. Essas percepções vão ao encontro dos ideais centrais para a educação feminina do regime patriarcal, baseados na disciplina, na obediência e na suprema graciosidade, em que as mulheres eram educadas para assumirem papéis reprodutivos no seio familiar (FREIRE, 2010). As afirmações dos participantes (homens e mulheres) no estudo traduzem ainda a forma como a mulher era percebida na sociedade, ou seja, como um ser puro, evocando a imagem de Maria, mas sem juízo e encarnando a imagem de Eva.

De acordo com a literatura, a imagem de Eva mostra o pecado, a imperfeição e a sua associação ao mal, nomeadamente por via do corpo. Por outro lado, a imagem de Maria aparece a representar o ideal de mulher, determinando quais os papéis socialmente desejáveis: a mulher como mãe, como esposa e como virgem (MOTA-RIBEIRO, 2000). Ao definirem a feminilidade, o corpo foi também constantemente evocado, pelo que as entrevistadas parecem cientes do valor que a sociedade atribui ao corpo feminino, constantemente avaliado pelo olhar do outro, tendo em conta os ideais estéticos vigentes (LIPOVETSKY, 1997), sendo caracterizados, por isso, como corpos “dóceis” (FOUCAULT, 2005).

Foi ainda notório por parte dos homens entrevistados a existência de um preconceito relativamente à sexualidade feminina, pois foi com reprovação que falaram sobre o fato de atualmente a mulher ser mais livre do ponto de vista sexual. Essas opiniões são condizentes com os princípios da sociedade em que foram educados, uma sociedade regida por uma moral repressiva, assente na desigualdade de gênero e no pecado do prazer, que era imposta pelo regime ditatorial de Salazar e pela Igreja Católica (MOTA-RIBEIRO, 2000; FREIRE, 2010). Ao contrário do homem, que era detentor da liberdade sexual, a mulher deveria chegar pura e casta ao casamento, esperando-se dela uma atitude passiva e recatada, pois quanto menos aparentasse saber sobre sexualidade, maior era a sua virtude (FREIRE, 2010).

Tais normas, ditadas pela sociedade, constituíam, no entender de Seffner

(2006), uma das formas de dominação do homem sobre a mulher. Dessa forma, a masculinidade aparece, frequentemente, mais ligada à sexualidade, pelo que a mulher é constantemente representada como sendo “naturalmente” menos interessada pela vida sexual e com menor necessidade de viver ativamente os seus desejos e prazeres (LOURO, 2000). O discurso da maior parte das mulheres relativamente à sexualidade remete-nos para uma sexualidade que é apresentada dentro de determinados padrões, estando em estreita relação com a família e a reprodução, pelo que o casamento constitui a “moldura” social adequada para o seu exercício, onde os filhos são considerados a bênção desse ato (LOURO, 2000).

Nessa fase da vida em que o corpo já não responde da mesma forma do que quando era jovem, é possível verificar que tanto os idosos como as idosas vão aceitando essa sua nova condição. No entanto, assiste-se, por parte das mulheres, a uma nova forma de viverem a sua sexualidade. De acordo com Viana e Madruga (2008), as mudanças que ocorrem na vida sexual durante o envelhecimento são bastante positivas, especialmente para as mulheres, que, uma vez tendo sido educadas num contexto de repressão da sua sexualidade, com a passagem dos anos vão ganhando mais experiência e confiança. Além disso, encontram-se libertas da preocupação do controle da natalidade, o que contribui para que as mulheres usufruam de um maior prazer na vida sexual, experienciando agora um tempo de liberdade nunca antes sentido (VIANA; MADRUGA, 2008). Ficou evidente que para esses(as)

idosos(as) a sexualidade não se esgota com a velhice, nem tampouco com o ato sexual (FERNANDES, 2009a), podendo a sexualidade ser vivenciada das mais variadas formas, de acordo com a vontade ou a necessidade de cada um(a) e independentemente da idade que se tem (CATUSSO, 2005).

Considerações finais

Tanto os idosos como as idosas configuram o gênero com base em papéis normalizados por modelos e valores de uma sociedade patriarcal, evidenciando a presença de uma masculinidade hegemônica e de uma feminilidade subordinada. No entanto, foi possível verificarmos em alguns idosos uma redefinição do ser masculino que está mais de acordo com a sociedade contemporânea, em que as diferenças dos papéis sociais de gênero se encontram menos delimitadas.

Essas pessoas perspectivam a prática de AF como uma oportunidade para reconquistarem um corpo mais ágil e mais jovem, que se adegue mais às atuais exigências da sociedade. Relativamente à sexualidade, verificamos que para a maior parte dos idosos aparece ligada à satisfação de uma necessidade fisiológica, enquanto para a maior parte das idosas a sexualidade é desvalorizada, sendo encarada como uma obrigação perante o marido. Por outro lado, encontramos em algumas idosas uma visão da sexualidade que inclui o direito ao prazer. Em suma, as pessoas deste estudo, embora cientes da herança e das ideologias de uma sociedade assente numa visão de masculinidade

hegemónica e feminilidade acentuada, apresentam sinais de renovadas leituras das masculinidades e feminilidades e posicionamentos do valor do corpo e das vivências da sexualidade à luz dessa fase da sua vida.

Gender, sexuality and physical activity: a study of masculinity and femininity (re) constructed in the light of aging

Abstract

This study investigated the perceptions of the elderly on the definition of gender, on social gender roles and on the importance of sexuality in the construction of gender identity, as well as analyzed the expectations related to the body regarding the participation in the physical activity program. For this purpose, we took a sample of 30 older people (16 men and 15 women), with a mean age of 63.4 ± 4.8 years, all engaged for the first time in a physical activity program realized in a city of the north coast of Portugal (V. N. de Famalicão). We conducted semi-structured interviews which were then transcribed and formatted for data processing in the program QSRN-Vivo7. After analyzing the data we found that older men and women have renewed interpretation of masculinity and femininity, of their body identity and their sexual experiences. The practice of physical activity is of paramount importance emerging as an opportunity to regain a more agile and younger body.

Keywords: Aging. Gender. Physical activity. Sexuality.

Referências

- ALMEIDA, M. V. *Senhores de si: uma interpretação antropológica da masculinidade*. Lisboa: Fim de Século, 2000.
- BARDIN, L. *Análise do conteúdo*. Lisboa: Edições 79, 2008.
- CATUSO, M. Rompendo o silêncio: desvelando a sexualidade em idosos. *Revista Virtual Textos e Contextos*, Porto Alegre, v. 4, n. 1, p. 1-18, dez. 2005.
- CONNEL, R. *Masculinities*. 2. ed. Beverley: University of California Press, 1995.
- CONNEL, R. *Gender*. 3. ed. Cambridge: Polity Press, 2002.
- DRUMMOND, M. Sport, aging men, and constructions of masculinity. *Generations*, v. 32, n. 1, p. 32-35, 2008.
- FERNANDES, M. Problematizando o corpo e a sexualidade de mulheres idosas: o olhar de género e geração. *Revista de Enfermagem*. Rio de Janeiro, v. 17, n. 2, p. 418-422, 2009a.
- FERNANDES, M. Papéis sociais de género na velhice: o olhar de si e do outro. *Revista Brasileira de Enfermagem*, v. 62, n. 5, p. 705-710, 2009b.
- FOUCAULT, M. *História da sexualidade III: o cuidar de si*. 8. ed. Rio de Janeiro: Graal, 2005.
- FREIRE, I. *Amor e sexo no tempo de Salazar*. 2. ed. Lisboa: A Esfera dos Livros, 2010.
- GOMES, P.; SILVA, P.; QUEIRÓS, P. Distintos registros sobre o corpo feminino: beleza, desporto e mídia. In: PEREIRA, E.; ROMERO, E. *Universo do corpo*. Masculinidades e feminilidades. Rio de Janeiro: Shape, 2008. p. 387-399.
- LE BRETON, D. *Sinais de identidade*. Tatuagens, piercings e outras marcas corporais. Lisboa: Miosótis, 2004.

- LIPOVETSKY, G. *A terceira mulher*. Permanência e revolução do feminino. Epistemologia e sociedade. Lisboa: Instituto Piaget, 1997.
- LOURO, G. *Currículo, gênero e sexualidade*. Lisboa: Porto, 2000. (Coleção Currículo, políticas e práticas).
- LOURO, G. Currículo, gênero e sexualidade – o “normal”, o “diferente” e o “excêntrico”. In: LOURO, G.; NECKEL, J.; GOELLNER, S. (Org.). *Corpo, gênero e sexualidade: um debate contemporâneo na educação*. Petrópolis: Vozes, 2003.
- MOTA, A. Envelhecimento e sentimento do corpo. In: MINAYO, M. C.; COIMBRA, J. R.; ÁLVARES, C. E. (Org.). *Antropologia, saúde e envelhecimento*. Rio de Janeiro: Fiocruz, 2002.
- MOTA-RIBEIRO, S. *Ser Eva e dever ser Maria*: paradigmas do feminino no cristianismo. In: CONGRESSO PORTUGUÊS DE SOCIOLOGIA, IV. Coimbra: Universidade de Coimbra, 2000. Disponível em: <https://repositorium.sdum.uminho.pt/bitstream/1822/5357/1/MotaRibeiroS_EvaMaria_00.pdf>. Acesso em: 29 Agost 2011.
- MOURÃO, L.; VASCONCELOS, R. V. Corpo e estética de mulheres no fitness. In: ROMERO, E.; PEREIRA, E. (Org.). *Universo do corpo: masculinidades e feminilidades*. Rio de Janeiro: Shape, 2008.
- PEREIRA, E. Discutindo gênero, corpo e masculinidade. In: PEREIRA, E.; ROMERO, E. *Universo do corpo*. Masculinidades e feminilidades. Rio de Janeiro: Shape, 2008.
- RABELO, A.; FERREIRA, A.; REIS, M. Gênero, sexualidade e educação: desmistificando representações e (pré) conceitualizações na docência. In: SILVEIRINHA, M. J.; PEIXINHO, A. T.; SANTOS, A. S. *Gênero e cultura mediáticas*. Coimbra: Mariposa Azul, 2010.
- ROMERO, E. Construção e reprodução da masculinidade e da feminilidade no esporte pela mídia escrita. In: PEREIRA, E.; ROMERO, E. *Universo do corpo*. Masculinidades e feminilidades. Rio de Janeiro: Shape, 2008.
- SEFFNER, F. Cruzamento entre gênero e sexualidade na ótica da construção da(s) identidade(s) e da(s) diferença(s). In: SOARES, G.; SILVA, M.; RIBEIRO, P. (Org.). *Corpo, gênero e sexualidade: problematizando práticas educativas e culturais*. Rio Grande: Fundação Universidade Federal do Rio Grande, 2006.
- VIANA, H.; MADRUGA, V. Sexualidade, qualidade de vida e atividade física no envelhecimento. *Revista da Faculdade de Educação Física da Unicamp*, Campinas, v. 6, ed. especial, p. 222-233, 2008.