

Namoro na terceira idade e o processo de ser saudável na velhice: recorte ilustrativo de um grupo de mulheres¹

The love affairs in the third age and the process of being healthy in the old age: illustrative indenture in a group of women

*Norma R. Salini Laurentino**

*Daiana Barboza**

*Graziane Chaves**

*Jovania Besutti**

*Sandra Aline Bervian**

*Marilene Rodrigues Portella***

Resumo

Os idosos sofrem inúmeras repressões culturais e preconceitos, porém a discussão é ainda maior quando se aborda a sexualidade. A sociedade designa a mulher e o homem idoso como incapazes de exercerem sua sexualidade, ainda que, independentemente disso, o desejo sexual se mantenha presente em todas as fases da vida. Sendo a afetividade um determinante do processo do envelhecer saudável, esta pesquisa objetiva descobrir como as mulheres experienciam o namoro na terceira idade. Trata-se de um estudo exploratório e descritivo de abordagem qualitativa, cujas palavras-chave são: enfermagem, família, idosos, sexualidade. A pesquisa foi desenvolvida com mulheres que freqüentam grupos de terceira idade e que vivenciaram o namoro nesta fase da vida, no período de dezembro de 2003 a março de 2004, no município de Passo Fundo. Utilizou-

se grupo focal como técnica de coleta de dados e, para tratamento, a análise temática (MINAYO, 1996). Como resultado emergiram as seguintes temáticas: namorar é a melhor coisa da vida (é carinho, cuidado e zelo); entre a censura e o apoio (o olhar da família sobre o namoro dos mais velhos); namoro na terceira idade (tempo de rever valores e conceitos); prazer e perigo (quando a confiança sublima a precaução).

Palavras-chave: enfermagem, família, idosos, sexualidade.

* Acadêmicas do curso de Enfermagem da Universidade de Passo Fundo.

** Orientadora. Professora do curso de Enfermagem da Universidade de Passo Fundo. Doutora em Enfermagem pela Universidade Federal de Santa Catarina.

Recebido em nov. 2005 e avaliado em dez. 2005

Introdução

Considerando-se o aumento da expectativa de vida, a ampliação da saúde física e os aspectos – como a sexualidade na velhice – essenciais para um envelhecer mais saudável –, é necessário o conhecimento sobre as modificações que ocorrem no organismo, buscando adaptar-se a essa nova realidade. O envelhecimento traz modificações importantes no que se refere aos aspectos físicos e emocionais das pessoas, porém os sentimentos e as sensações não sofrem deterioração, podendo a sexualidade ser vivida até o fim da vida.

Na visão de Knijnik (2000), o processo de envelhecer é resultado de várias modificações ocorridas no organismo de forma definitiva, estável, lenta e gradativa. Existe pouco conhecimento, principalmente por parte da sociedade, do que se refere às questões da sexualidade dos idosos, por ser a longevidade um fato ainda novo na história da humanidade. A partir do momento em que as pessoas idosas admitirem as modificações que ocorrem no organismo e ajustarem o seu modo de viver a essa nova realidade, com certeza, serão muito felizes. O autor refere ainda que o que se perde em quantidade pode ser substituído por qualidade, por, pelo menos, um bom período de tempo.

Nesse contexto, busca-se valorizar os sentimentos das mulheres idosas frente ao namoro, o que lhes proporcionará mais qualidade de vida, por meio do conhecimento da sexualidade, enquanto se avança nos estudos sobre o namoro entre as pessoas idosas. Apesar das inúmeras repressões culturais vivenciadas pelos idosos, nos grupos de terceira idade surgiu um fenômeno moderno, principalmente

para as mulheres. Nesses espaços, elas encontram facilidades de vivenciar novos relacionamentos afetivos.

A pessoa que sabe envelhecer bem aprende também a escutar o próprio mundo interior e comprehende os próprios recursos. Não se pode eliminar a velhice, mas se pode mudar a maneira de envelhecer. O homem e a mulher continuam a apreciar as relações sexuais durante a terceira idade, porém as alterações que ocorrem, tanto no homem quanto na mulher, podem prejudicar o prazer sexual. Para que não haja prejuízo nas relações afetivas, é necessário uma adaptação às mudanças ocorridas nesta fase (AZEVEDO, 2000). Com o passar dos anos, as pessoas tendem a querer ficar juntas como forma de proteção, pois percebem que ficar sozinhas gera tristeza e que demonstrações de carinho não são uma “fraqueza”. A idade avançada também mostra que a necessidade de receber ajuda do companheiro não é apenas indispensável, como também é agradável (CAPODIECI, 1996).

Para que as mudanças psicofísicas ocorridas com o passar dos anos aconteçam de forma positiva, é preciso que o casal idoso estabeleça estratégias de enfrentamento, nas quais a serenidade e o amor sejam partilhados. De acordo com Capodieci (1996, p. 165), “a terceira idade pode ser uma oportunidade para rever ou, se for preciso, mudar alguns aspectos da própria vida sexual”. Ao procurar novos relacionamentos, seja de amizade, seja de namoro, é importante lembrar que “aquilo que procuramos nos outros são as mesmas qualidades que eles próprios desejam encontrar em nós”. Diante de um novo relacionamento, tanto os homens como as mulheres podem se sentir inseguros e

ansiosos; algumas pessoas podem não se sentir preparadas para relações íntimas ou para o casamento. Portanto, é preciso que haja compreensão entre o casal “até que tenham certeza de que se instaurou um conhecimento mútuo e afetuoso”. É importante que, além da atração física, haja respeito, confiança, e que um parceiro possa “cuidar” do outro; assim, a relação tornar-se-á duradoura (CAPODIECI, 1996, p. 182).

Além disso, a afetividade é um determinante do processo de ser saudável dos seres humanos em qualquer fase do ciclo vital. Chopra (2001) salienta que aquele que vive feliz é saudável e que nossas emoções e sentimentos positivos são convertidos em substâncias químicas que podem evitar e curar a doença.

No exercício da enfermagem, a abordagem do binômio saúde-doença é quase uma constante. Nesse sentido, a sexualidade, como necessidade humana básica, deve ser considerada nas intervenções junto aos idosos, quer na saúde, quer na doença. Muitos profissionais da saúde têm dificuldade em tratativas dessa natureza, pois acreditam no mito de que os idosos não estão mais disponíveis para a intimidade ou não têm potencial para relações íntimas (CAPODIECI, 1996). O enfermeiro, para mediar as discussões sobre sexualidade e promoção da saúde na velhice, necessita conhecer as experiências afetivas vivenciadas pelos idosos. Desse modo, delimitam-se dois objetivos para o presente estudo: descobrir como mulheres da terceira idade experienciam o namoro nessa fase da vida e quais as influências desse acontecimento no processo de ser saudável na velhice.

Metodologia

Por se tratar de um estudo de abordagem qualitativa, utilizou-se o grupo focal como técnica de coleta de dados, porque a temática que se pretendia investigar oportuniza a abordagem em grupo: “Objetivo principal do grupo de foco é obter uma visão aprofundada, ouvindo um grupo de pessoas falando sobre problemas de interesse para o pesquisador” (RAFFEL, 2001, p. 156). De acordo com Westphal, Bógus e Faria (apud DALL'AGNOL, 1999, p. 7), “grupo focal é uma técnica de pesquisa que utiliza sessões grupais como um dos facilitadores da expressão de características psicossociológicas e culturais em que os sujeitos de estudo discutem vários aspectos de um tópico específico”.

O grupo focal, para este estudo, foi composto por oito mulheres da terceira idade que estavam vivenciando o namoro nessa fase da vida e que evidenciaram interesse em participar do grupo. Para selecioná-las, foi solicitada à coordenação dos grupos de terceira idade da Divisão de Atenção à Terceira Idade (Dati), vinculados à Secretaria Municipal de Ação Social de Passo Fundo/RS, uma autorização para divulgação do estudo. A divulgação do projeto foi feita pela orientadora e pelas pesquisadoras num encontro do qual participavam as mulheres que freqüentam os grupos de convivência dessa divisão.

A pesquisa foi realizada no município de Passo Fundo em março de 2004; os encontros, a data, o horário e o local foram definidos pelas participantes. Realizaram-se duas sessões: na primeira, reuniram-se sete participantes; na segunda, seis mulheres, uma das quais não havia par-

ticipado anteriormente. Na abertura dos encontros² fez-se a apresentação dos participantes, formalizou-se o consentimento, explicaram-se os propósitos do estudo e a dinâmica das discussões. Atendendo à resolução nº 196/96 do Conselho Nacional da Saúde e do Código de Ética dos profissionais, o projeto foi submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade de Passo Fundo e recebeu parecer favorável para sua execução.

Para motivação das discussões temáticas, utilizaram-se imagens e textos na forma de cartazes. Os registros dos dados foram feitos por meio de gravações, autorizadas pelo grupo, diário de campo do observador e pelas sínteses assinaladas pelo coordenador. Para cumprimento do sigilo garantido, após o término da análise dos dados destruíram-se as gravações. Na apresentação dos resultados, as falas das participantes receberão o código (M_x), em que M indica mulher e o x, o numeral indicativo da participante.

Os dados foram validados junto ao grupo ao término de cada sessão, momento em que o coordenador apresentava a síntese das temáticas que haviam emergido durante as discussões. O material coletado nas sínteses e nas anotações do observador foi trabalhado pelo método de análise de conteúdo, mais especificamente, a técnica de análise temática (MINAYO, 1996). Foram tomadas as falas dos sujeitos e as sínteses dos encontros, fazendo-se uma pré-análise, o que gerou um primeiro agrupamento dos conteúdos. A partir disso, procedeu-se à categorização dos temas conforme segue.

O namoro na terceira idade e o processo de ser saudável na velhice

Primeiramente, num breve comentário, apresenta-se o grupo do estudo e, a seguir, as temáticas que emergiram como resultado do estudo, a saber: o significado do namoro; novos tempos, novos cenários (uma oportunidade de ser feliz); entre a censura e o apoio (o olhar da família sobre o namoro dos mais velhos); namoro na terceira idade (tempo de rever valores e conceitos); namorar, sim, viver junto, nem sempre; e prazer e perigo (quando a confiança sublima a precaução).

Apresentando o grupo

O grupo de estudo foi composto por oito mulheres, das quais sete eram viúvas e uma, separada (como ela própria prefere se caracterizar quanto ao seu estado civil), com idades entre 60 a 76 anos e todas participantes de grupos de terceira idade há mais de dois anos.

Todas afirmaram terem vivenciado a experiência do namoro nessa fase da vida, mas apenas duas vivem junto com o companheiro. As demais vivem sós, ainda que com familiares residindo próximo, e, em algumas situações, dividindo o mesmo pátio. O nível de escolaridade variou de primário incompleto a primeiro grau completo e com um padrão de renda familiar não superior a quatro salários mínimos, segundo seus relatos.

Namorar é a melhor coisa da vida

Para as mulheres da terceira idade participantes deste estudo o namoro é a melhor coisa da vida que lhes aconteceu e significa carinho e cuidado para com o seu parceiro.

Os eventos vivenciados ao longo de nossas vidas revelam significados que refletem o momento. No namoro, o amor e o carinho compartilhados podem significar a vontade de viver e ser feliz. A atenção e a companhia se constituem em significados no namoro, principalmente para os idosos, pois, na velhice, a comunicação profunda e o cuidado de um para com o outro têm tanto valor quanto as relações íntimas (DACQUINO apud CAPODIECI, 1996).

A possibilidade de vivenciar um namoro na terceira idade, neste estudo, significa ser feliz e ter mais vontade de viver, como revelam alguns relatos:

Pra mim o namoro foi a melhor coisa que aconteceu na minha vida... acho que não tem coisa melhor na nossa idade. (M₂)

Pra mim foi a melhor coisa da minha vida, nada até hoje me fez tão feliz quanto eu sou agora. (M₁)

É muito bom, é ótimo... acho que é a melhor fase, que eu estou vivendo, eu custumo dizer assim: que meu primeiro amor está sendo agora. (M₄)

Em qualquer idade a pessoa precisa de amor, atenção e companhia. Entendeu-se que o namoro na fase do crepúsculo da vida é fonte de felicidade e prazer, pois, como bem diz Rubens Alves: “É preciso muito pouco. A alegria está muito próxima. Mora no momento. Velhice é quando se percebe que não existe no futuro nenhum evento portentoso por que esperar, como início da felicidade” (2001, p. 158).

“É muito bom quando a gente ama a pessoa e se sente amada... namoro na terceira idade é bem melhor” (M₇); “É ter muita vontade de viver e ser feliz quando o namoro é bom”. (M₄)

Aqueles que estão sendo amados ficam mais felizes e manifestam sua vontade de viver, como se percebe nas revelações das participantes do estudo.

Namorar faz bem à saúde

Não é só a felicidade que se constata quando se namora; a melhora no estado de saúde também acontece, segundo revelação feita pelas participantes:

“Se você tinha um ai, ai, ai, sumiu tudo, desapareceu” (M₃). “Quando a gente começa a namorar as dores vão embora” (M₁).

Se um olhar bondoso, solidário, ou um pequeno sorriso alegram um doente e ajudam muito a apressar a sua recuperação e a cura, conforme refere Chopra (2001), o que dizer da sensação de felicidade? Para o autor, aquele que se sente feliz é saudável, assim como as manifestações de afeto, carinho e atenção podem funcionar como terapêutica para muitos males, proporcionando até mesmo a cura de uma doença. As participantes do estudo, nas discussões no grupo, revelaram que o namoro lhes proporcionou bem-estar geral, além de a vida ter melhorado, de os males terem ido embora, as dores sumirem, pois estavam vivendo emoções novas e prazerosas. A felicidade e o contentamento em decorrência dessa condição vivencial foram responsáveis, segundo suas afirmações, pela melhora do seu estado físico, psicológico e emocional. Isso é saúde.

Para Canguilhem (1995), o que caracteriza a saúde é a possibilidade de ultrapassar a norma que define o normal momentâneo, a possibilidade de tolerar infrações à norma habitual e de instituir novas normas em situações novas. No entendimento do autor, a saúde torna-se a capacidade que o ser humano tem de gastar, de consumir a própria vida. Brêtas e Oliveira (1999, p. 70), citando Canguilhem, salientam que “a maneira como cada ser na sua especificidade ‘gasta’ a vida será o delimitador da qualidade do envelhecimento”. Seguindo esse raciocínio e o pensamento de Canguilhem, acreditamos que aqueles que gastam o tempo namorando na velhice, que consomem suas vidas numa condição tão prazerosa, estão qualificando o seu envelhecer. Isso é viver e ser saudável na velhice.

Nesse sentido, tempo de namoro é tempo de amar e de ser amada. O carinho, a atenção e uma companhia podem ser alcançados pelo encontro dos seres, algo que nesta idade se revela gostoso, a melhor coisa do mundo. É entregar-se ao momento sem pensar no enfrentamento da vida, provocando um estado de plenitude, alegria e contentamento.

Namorar é cuidar do companheiro

Além do mais, o namoro, para os idosos, revela-se como um tempo de cuidado, zelo e dedicação. Algumas entrevistadas não foram felizes no primeiro casamento, ou nos relacionamentos da juventude, porém, agora, ao encontrarem pessoas com quem se entendem, não apenas por atração física, demonstram sua afetivida-

de por meio do cuidado. De acordo com uma entrevistada:

Ela cuida dele como um bibelô, porque ela é romântica ao extremo, nunca teve esse carinho (referindo-se à vivência com o primeiro marido), e eu digo pra ela deixá esse homem em casa com os filho e ela responde: “Eu não deixo ele, mas nem falar, eu não deixo ele nem com um filho”. É lindo de ver. (M₃)

Visto assim, cuidar do companheiro e manter uma atitude zelosa faz parte do relacionamento afetivo; é algo prazeroso para a mulher idosa; é o seu jeito de namorar. A afetividade manifesta-se por pequenos gestos. Alguns autores referem que a sexualidade, nessa fase, é vivida mais pela ternura e amor do que pelas relações sexuais (KASTENBAUM, 1981; CAPODIECI, 1996; RIBEIRO, 1999; SANTOS e NASCIMENTO, 2001).

Entre a censura e o apoio: o olhar da família sobre o namoro dos mais velhos

Se o namoro dos mais velhos, por um lado, mexe com a dinâmica familiar quando a questão é censura, por outro, nas situações de apoio, consolida a harmonia. As participantes, quanto a isso, revelam:

Meus quatro filhos adoram ele, querem bem e falam: – mãe que bom que tu arrumou um companheiro, depois de tantos anos. Dos filhos e da vida dele, eu não sei nada, e nem faço questão de saber, se ele não falou nem eu vou perguntar. (M₂)

Meus filhos me apóiam em tudo, sempre... Mãe deu certo deu, não deu certo manda embora e arruma outro. (M₆)

Minha neta me diz: – vó vai adiante, seja feliz, deixa de se boba. (M₃)

Algumas atitudes adotadas, estrategicamente, pelas idosas ao iniciarem um relacionamento afetivo funcionam como medida facilitadora da entrada dessa nova pessoa no seio da família. “Quando comecei a namorar, pedi autorização para minha filha, e eles se acertam bem...”. (M₇) Essa aparente inversão de papéis no que se refere ao consentimento do namoro, no entendimento de Fraimam (1994), tratar-se de uma forma estratégica de iniciar um relacionamento em harmonia com a família, pois esta é sempre zelosa ao se abrir e receber novos membros.

Por outro lado, uma das muitas queixas dos idosos em relação ao namoro são as tentativas dos filhos de impedirem, de forma direta ou indireta, que os pais se apaixonem e mantenham um relacionamento com outra pessoa. Nessa questão emerge o medo, porque o filho ou a família temem a perda da imagem construída da mãe ou do pai (RISMAN apud MUÑIZ, 2004). De igual forma, é difícil para a família perceber que o idoso, apesar do envelhecimento fisiológico, pode se manter jovem psicologicamente, expandindo vínculos, participando de grupos de convivência e mostrando-se receptivo a novos relacionamentos, uma vez que amar faz parte da vida do ser humano (FRAIMAM, 1994).

Se alguns filhos apóiam e entendem as necessidades de carinho, afeto, companheirismo dos pais, tornando-se verdadeiros amigos, outros, no entanto, manifestam sentimentos e atitudes contraditórios, tornando-se arredios, taxativos e condenando os relacionamentos afetivos dos pais. Segundo M₅:

Minhas filhas não me apoiaram, inclusive eu tenho uma que não fala comigo desde que eu me juntei com ele. Eu não aceitei a opinião dela, porque ela tem a vida dela e eu não interfiro. Não achei justo ela interferir na minha, pois ela queria que eu ficasse sozinha.

Para mim até agora tá ótimo, o resto é resto, tô com as minhas filhas criadas, não tenho que dar satisfação para ninguém.

Conforme Baggio e Vieira (2003), não é fácil para filhos e netos entenderem o namoro entre as pessoas idosas e conviverem com a nova situação. Os mais velhos não querem deixar de viver, muitos buscam a realização de desejos não satisfeitos até então.

De outra parte, é comum os filhos se mostrarem contrários aos novos relacionamentos por fantasiarem a união. Quando os pais têm bens, entram em jogo interesses financeiros. Nesse caso, os filhos, como herdeiros potenciais, podem não se mostrar favoráveis ao namoro por julgarem o companheiro um usurpador. Há também a questão da vigilância, visto que os filhos se vêem no direito de vigiar as novas amizades, acreditando que o relacionamento afetivo de seus pais necessita de aprovação deles.

Fraiman (1994) considera essa atitude de aprovação como um zelo excessivo dos familiares em relação aos idosos, a qual, em relação à mulher, é notadamente mais acentuada do que em relação ao homem. No entanto, tais atitudes parecem corriqueiras. Na opinião de Kastenbaum (1981), a família e os vizinhos, freqüentemente, agem como se os relacionamentos íntimos de um idoso necessitassem da aprovação deles. A participante M₃ relatou: “As vizinhas que são minhas amigas, dizem assim: – ‘Têm mais é que namorar,

tem mais é que não ficar sozinha'. Eu sou bem apoiada pelas minhas amigas, vizinhas e a família."

A vivência do namoro tem mostrado que, para algumas idosas, nada substitui o prazer do momento. Nesse caso, a opinião dos vizinhos ou até mesmo a dos filhos parecem ser de irrelevância;

"Não to nem aí com os vizinhos". (M₃)
"Não do satisfação nem pros meus filhos, imagine se eu vou dar satisfação pros meus vizinhos". (M₃)

Os eventos do namoro, em termos de experiências vividas pelas mulheres da terceira idade, têm um potencial gerador de mudanças, sejam previsíveis ou não, que demandam da família e dos próprios namorados uma reorganização tanto de papéis como de seus valores. Os avós darão continuidade aos relacionamentos com os netos, assim como vão exercer o papel de pai ou mãe, conforme a dinâmica familiar, ao mesmo tempo em que estão investindo em suas próprias vidas, estabelecendo e mantendo novos relacionamentos afetivos, algo natural ao ser humano. O que parece é que a família, muitas vezes, necessitará refazer seus conceitos e rever seus valores a fim de que o namoro dos mais velhos possa fazer parte do contexto familiar.

Namoro na terceira idade: tempo de rever valores e conceitos

Fatores culturais, religiosos e familiares influenciam no modo como determinada sociedade e seus integrantes entendem e praticam sua sexualidade. Capodieci (1996) ressalta que o idoso começa a per-

ceber em si próprio a importância de suas convicções e conceitos, principalmente no que diz respeito a sua sexualidade. É natural que muitas pessoas, ao se descobrirem num encontro com o outro, refaçam seus conceitos, como é exemplificada no depoimento de M₅: "Eu vivo com um homem 16 anos mais novo que eu... uma coisa que eu condenava nas outras apareceu na minha vida, de uma hora para outra (risos). Pra mim até agora tá ótimo."

É preciso substituir crenças, mitos e tabus relacionados ao envelhecimento, cujas essências são preconceituosas. Saber encarar com maturidade e tranqüilidade as mudanças que ocorrem nesse novo momento é a conquista da sexualidade satisfatória nessa fase da vida. "Até esses dias eu dizia: Deus me livre arrumá um velho com aquela boca murcha, beijar aquela boca. Mas hoje eu tô achando maravilhoso (gargalhadas)." (M₃)

Com a velhice, ocorrem alterações físicas e biológicas, porém as sensações não sofrem deterioração. Os idosos podem ter experiências sexuais satisfatórias, mas é preciso que tenham consciência e conhecimento das mudanças que ocorrem no seu corpo e no do seu parceiro. Assim, a sexualidade pode ser vivida positivamente.

Os mitos também podem levar a mulher idosa a pensar que não precisa mais de sexo e que cumpriu a sua obrigação de mulher, deixando sua sexualidade de lado (MARZANO, 2004). As mulheres da terceira idade foram criadas em época de pouca informação sobre sexualidade, razão por que muitas delas têm atitudes preconceituosas e sentem-se culpadas até mesmo por pensar em sexo. Porém, com o passar dos anos, estão quebrando

barreiras e conquistando mais liberdade, melhorando sua auto-estima e, com isso, rompendo preconceitos vigentes na sociedade (ROSENTHAL, 1987).

Depois que me separei... não queria ver homem nem pintado na minha frente... pra mim nenhum prestava... Esse que arrumei, estou feliz, me dou bem, ele é carinhoso, nunca tive carinho na minha vida com homem nenhum... até demais que às vezes fico com vergonha. Porque se ele tá perto de mim, tá passando a mão, me beijando, eu digo para que eu tenho vergonha o pessoal enxerga. A gente se dá superbem. (M₈)

Relacionamentos íntimos malsucedidos e experiências vividas de maneira não satisfatória podem determinar uma certa aversão ao estabelecimento de novos laços afetivos. Essa superação só é possível quando a pessoa se mostra aberta a uma nova possibilidade.

A expressão da sexualidade feminina tem uma estreita relação com o contexto social ao qual a mulher pertence (REIS, 2004). As manifestações de carinho e o desejo de agradar o companheiro podem reavivar preconceitos arraigados, o que acaba impedindo a continuidade da relação.

Nossa briga agora sabe por que foi? Porque fui fazer um strip-tease para ele e ele não gostou. Tomei banho, botei uma camisola toda abertinha, cheguei e fiz assim tcham!!! Tcham!!! Tcham!!! Tcham!!! Abri a camisola. Quase matei ele (gargalhadas). Quando você gosta realmente da criatura você quer agradar, não tem aquele preconceito de sexo faz assim ou assado. Eu fiquei com vergonha do cara e a noite acabou para mim. Aí, no outro dia, ele veio me pedir desculpa, mas nem falá, vai te embora, acabou. A deceção foi muito grande. A vida inteira fui casada com um cara que tinha

que me privar de fazer esse tipo de coisa, pra ele tudo era ridículo. (M₆)

Os mitos e os preconceitos que giram em torno da sexualidade constituem grande parte das dificuldades que as pessoas enfrentam no envolvimento íntimo (REIS, 2004). Quando o assunto é sexo, cada um tem no seu imaginário conceitos e definições do que seja o certo e o errado. Assim, uma atitude manifestada num momento de intimidade pode fazer vir à tona preconceitos. É como um efeito cascata, reavivando na memória do outro as privações e os preconceitos já vividos. Na velhice, ao procurar novos relacionamentos, seja de amizade, seja de namoro, Capodieci (1996) ressalta que é importante lembrar que aquilo que as pessoas procuram nos outros são as qualidades que elas próprias desejam encontrar em si e, quando não as encontram, vem a deceção.

É muito importante que o casal discuta sobre os problemas referentes à sua sexualidade e reflita sobre todos os sentimentos que se referem a ela. A terceira idade pode ser a oportunidade para rever ou, se for preciso, mudar alguns aspectos da própria vida sexual, o que inclui a reformulação dos conceitos (CAPODIECI, 1996). Superar estereótipos e aceitar as experiências vividas ajudará o idoso a recomeçar a sua vida ou a preparar-se para uma nova vida.

Prazer e perigo: quando a confiança sublima a precaução

O estudo demonstra que a sexualidade, para a maioria das idosas, é importante para a relação homem-mulher na velhice. A questão do sexo no namoro passa pelo

critério da “confiança”. Segundo elas, “quando a gente deposita confiança e dá confiança, daí não tem problema”.

O valor positivo da confiança no namoro dos idosos os predispõe à não-exigência do uso de preservativo na relação sexual como medida de promoção da saúde, como pode ser observado nos depoimentos:

Eu, pra falar a verdade, nunca tive relação com um homem que precisasse ou exigisse camisinha. É que eu também nunca fui de ficar pulando a cerca. Eu digo: você pode confiar em mim, se você não tem problema, eu também não tenho. (M₄)

O meu não usa camisinha, depois que a gente tá junto é eu e ele. (M₈)

Para Holland (1997), a solicitação do uso do preservativo pode ser vista como uma estratégia em situações em que não está claro se há confiança entre os parceiros. Outro aspecto que chama a atenção na decisão pelo não-uso do preservativo é que essa medida pode se constituir num problema para o casal idoso, principalmente se o ato de coloca-la for complicado, como se evidencia nas seguintes falas:

[...] o problema é que nessa idade pra vestir a camisinha, quando chega a botar a camisinha, já tá lá embaixo. (M₃)

[...] eles têm medo. Eles não aceitam usar a camisinha e dizem que é desconfortável. (M₆)

É rápido nos finalmente e a camisinha é difícil de botar. Não tem condições de você exigir que bote a camisinha, que aí [...] se foi o ônibus. (M₂)

O envelhecimento traz algumas limitações, como na destreza, que não é a mesma do adulto jovem, na lentidão, que pode atrapalhar no momento da intimidade. Para Ribeiro (1996), o próprio processo de

envelhecimento fisiológico é acompanhado de uma série de alterações que, acentuadas por falsas crenças, acabam interferindo na resposta dos órgãos que participam da atividade sexual. Esses aspectos relacionados ao momento da consumação da relação sexual e ao uso do preservativo pelo casal idoso são bem retratados por Ribeiro (1996), quando refere que o uso de preservativo pode criar ansiedade e interferir na ereção e em sua sustentação, algo que, com a idade, já se tornou mais vulnerável.

Holland (1997), ao apontar o comportamento das mulheres em relação à questão, destaca que muitas delas se sentem constrangidas ao ter de pedir ao companheiro que use preservativo, pois isso prejudica a espontaneidade e, se “interromperem as coisas”, acabam pondo em risco a relação sexual. Entende-se que as preocupações, diante do possível insucesso do ato sexual determinam atitudes de descuido por parte do casal idoso, porém, como afirma Gaiarsa (1986), em relação à sexualidade, o casal idoso teria uma solução feliz se, ao invés de continuar esperando muito dos seus órgãos genitais, começasse a experimentar mais as mãos e a imaginação, na sua infinita capacidade de reaprender a arte e o brinquedo das carícias.

Outro dado importante nessa questão refere-se à preocupação de alguns membros da família em relação ao uso do preservativo. Algumas mulheres relatam que os netos, noras e até mesmo os filhos perguntavam se eles faziam uso da camisinha na hora de transar. Segundo elas, sua resposta era sempre afirmativa, com o fim de tranquilizar os familiares ou de evitar repreensões, mas, na realidade, não faziam uso dessa proteção.

Dessa forma, não é possível ver a sexualidade dos idosos sem compreender essas dimensões. A consciência do prazer e da afetividade exige uma manifestação responsável diante do outro. No entanto, Ribeiro (1996) prefere ressaltar que a idade avançada permite às pessoas vivenciarem o sexo em suas sutilezas, algo enriquecedor da relação humana e que, portanto, pode ser saboreado lentamente, sem pressa, sem regras ou modelos. Isso, porém, não dispensa os profissionais de saúde, no seu papel de educadores, da abordagem de questões de promoção da saúde na velhice, salientando a importância do uso do preservativo na prevenção do HIV/aids e nas doenças sexualmente transmissíveis. Aponta-se, ainda, para a necessidade de os cursos da área da saúde oferecerem em seus currículos um espaço para discussão sobre a sexualidade do idoso nas dimensões fisiológica, psicológica, emocional e cultural.

Considerações finais

Esta investigação teve como objetivo descobrir por as mulheres da terceira idade experenciam o namoro nessa fase da vida e quais as influências desse acontecimento no processo de ser saudável na velhice. Com a confrontação dos dados e das análises apresentadas têm-se subsídios para pronunciar que o namoro é um dos determinantes do processo de ser saudável na velhice. A experiência do namoro na terceira idade perante que as mulheres superem com êxito as mudanças fisiológicas, tendo reduzidas as dores, os sintomas físicos e psicológicos, característicos da própria idade. Portanto, namorar traz benefícios à saúde.

Nessa perspectiva, pontua-se como necessidade premente que os serviços e a equipe de saúde que prestam assistência à mulher, assim como os profissionais que atuam junto aos grupos de convivência de idosos, com todo o seu processo de trabalho, voltem sua atenção para a discussão das necessidades afetivas dos mais velhos. É importante tentar perceber o namoro na terceira idade como um processo natural, já que existem discriminações, seja por parte da família, seja da sociedade.

Parece oportuno destacar que os idosos que conseguem lidar e conviver com as modificações fisiológicas mantêm uma vida sexual ativa e livre de preconceitos, permitindo-se novas vivências amorosas, nas quais se valorizam mais o companheirismo, o afeto e o cuidado do que a relação sexual propriamente dita.

Outro aspecto importante a ser pontuado é o impacto que o abandono do uso do preservativo pode causar na saúde dos idosos, fazendo com que a contaminação por HIV/aids, hepatite C e outras doenças sexualmente transmissíveis atinja a níveis alarmantes nesse segmento populacional. Salienta-se a importância desse fato para as campanhas públicas, bem como para os profissionais de saúde, que, no seu papel educativo, devem abordar as questões de promoção da saúde na velhice, considerando as crenças e os costumes das pessoas.

Ao finalizar, destaca-se ainda que o método empregado para o presente estudo mostrou-se apropriado. No grupo, a experiência de uma participante, ao ser explícitada, abria caminho para as colocações das demais. De igual forma, vale salientar a amistosidade nos encontros do grupo. Basta lembrar que já no primeiro contato

com as pesquisadoras as componentes do grupo se sentiram muito à vontade e usaram de muita franqueza para fazer suas colocações, talvez porque estivessem entre mulheres. Entretanto, os resultados não podem ser generalizados, pois devem existir outros comportamentos e opiniões sobre o tema aqui pesquisado. A garantia de generalização virá com futuros estudos exploratórios e mais consistentes, incluindo-se entrevistas pontuais com idosos sobre aspectos relacionados ao exercício de sua sexualidade.

Abstract

The old aged people suffer a lot of cultural repression and preconceit, but the discussion is even larger when we approach the sexuality. The society designates the old aged man and woman as incapable of having their sexuality, independent of this the sexual wishes is present in all phases of the life. The affectivity is decisive in the process of getting old healthy, this research had as goal to discover how women experience love affairs in the third age. It is an exploratory and descriptive study of qualitative approach. The research was developed with women that go to third age groups and that had love affairs in this stage of their lives, from December 2003 to March 2004, in the city of Passo Fundo. A focal group was used as data collection technique and for treatment, and thematic analysis (MINAYO, 1996). As result emerged the following thematic the meaning of the love affair; between the censure and the support (the family look upon the love affair of the old aged people); love affair in the third age (time to review values

and conceits); pleasure and danger (when reliance sublimes the precaution).

Key words: elderly, family, nursing, sexuality.

Referências

- ALVES, R. *As cores do crepúsculo: a estética do envelhecer*. Campinas, SP: Papirus, 2001.
- AZEVEDO, J. R. D. *Ficar jovem leva tempo*. Disponível em: <<http://www.vivatranquilo.com.br/terceiraidade/colaboradores/ficarjovem/sextualidade/html>>. Acesso em: 21 ago. 2002.
- BAGGIO, A.; VIEIRA, P. S. Terceira idade sob o paradigma da corporeidade. In: BOTH, A.; BARBOSA, M. H.; BENINCÁ, C. R. S. *Envelhecimento humano: múltiplos olhares*. Passo Fundo: Editora UPF, 2003. p. 11-23.
- BRÊTAS, A. C. P.; OLIVEIRA, E. M. Interseções entre as áreas do conhecimento da gerontologia, da saúde e do trabalho: questões para reflexão. *Saúde e Sociedade*, Associação Paulista de Saúde Pública, Fac. de Saúde Pública da USP. v. 8, n. 2, p. 59-82, ago./dez. 1999.
- CANGUILHEM, G. *O normal e o patológico*. 4. ed. Rio de Janeiro: Forense Universitária, 1995.
- CAPODIECI, S. *A idade dos sentimentos: amor e sexualidade após os sessenta anos*. Trad. de Antonio Angonese. São Paulo: Edusc, 2000.
- CHOPRA, K. *O segredo da saúde e da longevidade*. Trad. de Claudia Gerpe Duarte. Rio de Janeiro: Ediouro, 2001.
- DALL'AGNOL, C. M.; TRENCH, M. H. Grupos focais como estratégia metodológica na enfermagem. *Revista Gaúcha de Enfermagem*, Porto Alegre, v. 20, n. 1, p. 5-25, jan. 1999.
- FRAIMAN, A. P. *Sexo & afeto na terceira idade*. São Paulo: Gente, 1994.
- GAIARSA, J. A. *Como enfrentar a velhice*. São Paulo: Ícone, Campinas: Unicamp, 1986.
- HOLLAND, J. Relações sexuais mais segura. In: BERER, M. *Mulheres e HIV/Aids*. São Paulo: Brasiliense, 1997. p. 235-310.

KASTENBAUM, R. *Velhice anos de plenitude: a psicologia e você*. São Paulo: Harper & Rew do Brasil., 1981.

KNIJNIK, R. Sexualidade e envelhecimento. *Sala de Espera Atualidades Médicas*, ano V, 26. ed. 2000.

MARZANO, C. *Sexo na terceira idade - novos conceitos e perspectivas*. Disponível em: <<http://www.cedes.com.br/3idade.2k.asp>>. Acesso em: 7 maio 2004.

MINAYO, M. C. S. *O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde*. 4. ed. São Paulo: Hucitec-Abrasco, 1996.

MUNIZ. *Namoro nessa idade não*. Quando os filhos tentam barrar o romance dos idosos. Disponível em: <<http://www.maisde50.com.br/artigo.asp?id=5555>>. Acesso em: 17 maio 2004.

REIS, M. M. F. *O envelhecimento feminino e a sexualidade*. Disponível em: <http://www.instituto-h-ellis.com.br/unidade_freicaneca/textos.asp>. Acesso em: 7 maio 2004.

RAFFEL, C. Concepção da pesquisa exploratória: pesquisa qualitativa. In: MALHOTRA, N. K. *Pesquisa de marketing: uma orientação aplicada*. Trad. de Nivaldo Montingelli Jr. e Alfredo Alves de Farias. 3. ed. Porto Alegre: Bookman, 2001. p. 155-176.

RIBEIRO, A. Sexualidade na terceira idade. In: PAPALÉO NETTO, M. *Gerontologia*. São Paulo: Atheneu, 1996. p. 124-135.

ROSENTHAL, S. H. *Sexo depois dos 40*. Rio de Janeiro: Record, 1987.

SANTOS, G. A.; NASCIMENTO, N. M. R. A vivência da sexualidade. In: TERRA, N. L. *Envelhecendo com qualidade de vida: programa Geron da PUCRS*. Porto Alegre: Edipucrs, 2001. p. 113-116.

Notas

¹ Trabalho realizado na disciplina de Iniciação Científica em Enfermagem do curso de Enfermagem da Universidade de Passo Fundo.

² Para Dall'Agnol e Trench (1999), a abertura da sessão é um dos momentos-chave dos encontros, pois é aí que ocorre a apresentação dos participantes entre si. É ainda o momento em que o coordenador esclarece sobre a dinâmica das discussões e estabelece o *setting* (uma espécie de pacto ético entre os participantes, um acordo sobre as discussões que são pertinentes ao momento).

Endereço

Marilene Rodrigues Portella
Rua João Vergueiro, 283
Passo Fundo - RS
CEP: 99072-260
E-mail: portella@upf.br