

## A atuação do fisioterapeuta na sexualidade da terceira idade

The role of the physical therapist in the sexuality of the elderly

El papel del fisioterapeuta em la sexualidade del anciano

Recebido: 03/04/2022 | Revisado: 14/04/2022 | Aceito: 19/04/2022 | Publicado: 23/04/2022

**Antônio Alves Machado**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6138-148X>  
Instituto Educacional Santa Catarina, Brasil  
E-mail: [durim2007@hotmail.com](mailto:durim2007@hotmail.com)

**Samylla Cardoso dos Santos**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0184-9164>  
Instituto Educacional Santa Catarina, Brasil  
E-mail: [samyllacds@hotmail.com](mailto:samyllacds@hotmail.com)

**Karla Camila Correia da Silva**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1538-7028>  
Instituto Educacional Santa Catarina, Brasil  
E-mail: [karlacamilac@yahoo.com.br](mailto:karlacamilac@yahoo.com.br)

### Resumo

**Introdução:** O envelhecimento saudável e com qualidade de vida tornou-se um grande anseio da sociedade contemporânea, visto porque as pessoas estão vivendo mais, e a busca de uma vida saudável é primordial para os idosos. Porém a sexualidade dos idosos ainda remete estereótipos preconceituosos e irrealis, sendo um tabu entre as pessoas idosas. É preciso acabar com estes estigmas que a sociedade delega as pessoas da terceira idade. **Objetivo.** Analisar os aspectos sobre a sexualidade na terceira idade e a intervenção do fisioterapeuta. **Metodologia:** revisão bibliográfica, descritiva exploratória. A pesquisa deu-se nos meses de fevereiro a abril de 2022. Os dados coletados foram na plataforma virtual PUBMED, SciELO, no período de 2015 a 2020. **Resultado e Discussão.** A sexualidade não está atribuída apenas ao ato sexual, se baseia no afeto, no carinho. Porém a sociedade é preconceituosa em relação a sexualidade do idoso, com uma visão de que ele, é uma pessoa frágil e incapaz, desta forma há a proibição do idoso manter-se sexualmente ativo. A sexualidade ainda é pouco explorada pelos profissionais de saúde. A atuação do fisioterapeuta ainda é recente. **Conclusão:** O profissional depara com muitos preconceitos, e timidez de muitos idosos em seu trabalho diário. É preciso haver mudanças na família e na sociedade em relação a vida ativa sexual dos idosos. Nesta parte o fisioterapeuta é um profissional que acolhe e trabalha os problemas funcionais que podem afetar a continuidade corporal do idoso em sua atividade sexual.

**Palavras-chave:** Fisioterapia; Sexualidade; Ensino; Sexualidade na terceira idade.

### Abstract

**Introduction:** Healthy aging and quality of life has become a great desire of contemporary society, as people are living longer, and the pursuit of a healthy life is paramount for the elderly. However, the sexuality of the elderly still refers to prejudiced and unrealistic stereotypes, being a taboo among the elderly. It is necessary to end these stigmas that society delegates to elderly people. **Objective:** To analyze aspects of sexuality in the elderly and the intervention of the physical therapist. **Methodology:** bibliographic review, exploratory descriptive. The research took place from February to April 2022. The data collected were on the virtual platform PUBMED, SciELO, from 2015 to 2020. **Results and Discussion.** Sexuality is not attributed only to the sexual act, it is based on affection, affection. However, society is prejudiced in relation to the sexuality of the elderly, with a view that he is a fragile and incapable person, so there is a ban on the elderly to remain sexually active. Sexuality is still little explored by health professionals. The role of the physical therapist is still recent. **Conclusion:** The professional is faced with many prejudices, and shyness of many elderly people in their daily work. There needs to be changes in the family and society in relation to the active sexual life of the elderly. In this part, the physical therapist is a professional who welcomes and works with functional problems that can affect the elderly's bodily continuity in their sexual activity.

**Keywords:** Physiotherapy; Sexuality; Teaching; Sexuality in old age.

### Resumen

**Introducción:** El envejecimiento saludable y la calidad de vida se ha convertido en un gran deseo de la sociedad contemporánea, ya que las personas viven más años y la búsqueda de una vida saludable es primordial para las personas mayores. Sin embargo, la sexualidad de los ancianos todavía se refiere a estereotipos prejuiciosos y poco realistas, siendo un tabú entre los ancianos. Es necesario acabar con estos estigmas que la sociedad delega en las personas

maiores. Objetivo: Analizar aspectos de la sexualidad en el anciano y la intervención del fisioterapeuta. Metodología: revisión bibliográfica, exploratoria descriptiva. La investigación se desarrolló de febrero a abril de 2022. Los datos recolectados estuvieron en la plataforma virtual PUBMED, SciELO, de 2015 a 2020. Resultados y Discusión. La sexualidad no se atribuye sólo al acto sexual, se basa en el afecto, el afecto. Sin embargo, la sociedad tiene prejuicios en relación a la sexualidad del anciano, con la visión de que es una persona frágil e incapaz, por lo que existe la prohibición de que el anciano permanezca sexualmente activo. La sexualidad aún es poco explorada por los profesionales de la salud. El papel del fisioterapeuta es aún reciente. Conclusión: El profesional se enfrenta a muchos prejuicios y timidez de muchas personas mayores en su trabajo diario. Es necesario que haya cambios en la familia y la sociedad en relación a la vida sexual activa de los ancianos. En esta parte, el fisioterapeuta es un profesional que acoge y trabaja con problemas funcionales que pueden afectar la continuidad corporal del anciano en su actividad sexual.

**Palabras clave:** Fisioterapia; Sexualidad; Enseñanza; Sexualidad em la vejez.

## 1. Introdução

A parcela da população com idade acima de 60 anos vem crescendo em ritmo acelerado em todo o mundo. De acordo com dados da literatura no ano de 2015, a população mundial com mais de 60 anos era de aproximadamente 900 milhões, a estimativa é que no ano de 2050, essa parcela seja de 2 bilhões. Na atualidade, 125 milhões de indivíduos estão na faixa etária de 80 anos ou mais (OPS, 2018).

No Brasil, esta estimativa não é diferente, isto pode estar refletido pela redução da taxa de natalidade e aumento da expectativa de vida e as melhorias sanitária e econômicas da população, como também em virtude dos resultados dos perfis demográficos e epidemiológicos do país. Atualmente no Brasil, a população chega em um total de 193 milhões de pessoas, e destes quase 21 milhões são representadas pelos idosos acima dos 60 anos de idade. Desde modo, segundo as estimativas, no ano de 2050, o percentual de pessoas idosas vai ultrapassar o percentual de jovens com idade de 14 anos (Flores, 2015).

O aumento da perspectiva de vida traz para a saúde pública vários desafios, principalmente para os países de terceiro mundo, como o Brasil, que mesmo com uma política voltada para os idosos, não consegue dar a eles melhores condições de vida. O marco inicial da velhice em vários países em desenvolvimento ocorre a partir dos 60 anos de idade. O envelhecimento é um fenômeno altamente complexo e variável, comum a todos os membros de uma espécie, ele é progressivo e envolve mecanismos deletérios que podem afetar de certa forma a capacidade dos indivíduos, como também as suas funções diárias. Podemos dizer que o envelhecimento é um processo biossocial de regressão, que acarretará o indivíduo ao longo de sua vida, levando-o a perda de suas capacidades (Freitas et al, 2015).

Envelhecer é um processo dinâmico, universal e inerente a todos os seres humanos, trazendo mudanças fisiológicas, psicológicas e socioculturais. O organismo humano modifica-se diante da ação cronológica, caracterizando o envelhecimento com alterações enzimáticas, moleculares, celulares e teciduais que, progressivamente, reduz a capacidade funcional do indivíduo. Em função do tempo, a desorganização estrutural dos órgãos e sistemas, por fatores intrínsecos e extrínsecos, provoca debilidades na condição de saúde, com o acúmulo de doenças crônicas-degenerativas não-transmissíveis, além de relacionar-se diretamente ao estado de morbi-mortalidade (Freitas et al, 2015; Silveira et al, 2015).

A velhice é definida como a última face do ciclo vital, e vem sendo associada erroneamente à dependência, incluindo as perdas motoras, psíquica, sociais, sexuais e restrições de papéis. Sabemos que o envelhecimento ocorre de maneira singular, e não há associação com a incapacidade funcional, porém ocorrem perdas naturais em conformidade com o sistema fisiológico do indivíduo, no entanto é possível vivenciar uma velhice saudável e com autonomia (Vieira; Coutinho; Saraiva, 2015).

De acordo com Alves (2019), o envelhecimento é um processo natural que acomete os seres, e requer adaptações devido às mudanças fisiológicas que são decorrentes deste processo, com a finalidade de manter a capacidade funcional e a autonomia da pessoa idosa. Devido à senescência, o organismo humano sofre alterações fisiológicas, ocasionando declínios graduais aos sistemas musculoesquelético, cardiovascular, respiratório e nervoso, afetando, portanto, as atividades de vida diárias, com consequente redução da capacidade funcional podendo, portanto, impactar diretamente na qualidade de vida.

A senescência compreende as alterações do processo do envelhecimento, não apresentando nenhum mecanismo de doenças, são alterações decorrentes do processo fisiológicos, como os cabelos brancos, aparecimento de rugas. A senilidade acomete os idosos nos aspectos fisiopatológicos, isto é, fenômenos que podem comprometer a qualidade de vida, porém não afeta todos os idosos. Como por exemplo, podemos citar a redução hormonal no homem que impede a fertilidade, diabetes entre outros (Alves, 2019).

Silva, et al (2016), argumenta que o processo de envelhecimento ocasiona mudanças físicas, tanto para os homens quanto nas mulheres, as quais acarretam disfunções sexuais. Sendo que os fatores biológicos podem limitar o desenvolvimento sexual, afetando diretamente o desejo, o funcionamento sexual e, indiretamente, a satisfação sexual. Envelhecer provoca no indivíduo modificações hormonais, redução dos níveis dos hormônios testosterona para os homens e progesterona para as mulheres, podendo refletir mudanças no indivíduo consigo mesmo e com a sociedade.

Partindo deste princípio, o desenvolvimento da sexualidade é natural, fisiológica e parte da senescência do envelhecimento. Não sendo diferente das demais fases do ser humano, sendo que o seu desenvolvimento completa suas necessidades básicas, o desejo de contato, da intimidade, das expressões emocionais, de amor, carinho, como também a criação de laços afetivos (Oliveira et al, 2015).

A questão da sexualidade na velhice remete a sociedade uma atitude estereotipada e preconceituosa, representando um tabu, influenciando negativamente na vida dos idosos, atitude pessimista, onde a crença da diminuição da atividade sexual está trelada a incapacidade funcional do idoso, uma vez que não abrem a atenção de que a atividade sexual contribui para a qualidade de vida nos idosos (Ramos, 2018).

A sexualidade para os idosos, é uma continuação do processo que se inicia ainda na infância, onde as alegrias, culpas e vergonhas são expressões, que estão associadas às modificações fisiológicas e anatômicas da idade. Desta forma, nada impede que os idosos continuem suas atividades sexuais (Oliveira & Vieira, 2018).

Diante desta afirmação, a sexualidade não depende exclusivamente da idade do sujeito, sendo que, é uma das etapas mais avançadas da vida, podendo angariar novas conquistas, como por exemplo a do prazer, da satisfação e da realização pessoal. Desta forma, é necessário encontrar estratégias na saúde que mantenha os idosos funcionais e felizes, em todas as funções, principalmente ao que se refere a sua sexualidade. Neste ângulo, essa revisão de literatura tem por objetivo observar os aspectos sobre a sexualidade no processo do envelhecimento associando à atuação da fisioterapia.

A presente temática se justifica, em virtude de que é preciso acabar com os mitos, tabus e preconceitos criados ao longo da história sobre a sexualidade das pessoas com mais de 60 anos de idade, sendo este um tema pouco explorado pela literatura. O objetivo principal da pesquisa, foi analisar os aspectos sobre a sexualidade na terceira idade e a intervenção do fisioterapeuta. Como objetivo específico, foram trabalhados a sexualidade na terceira idade, os conflitos e os tabus que permeiam a sexualidade do idoso, e a importância do profissional fisioterapeuta nesta etapa de vida dos idosos.

## **2. Metodologia**

O presente artigo refere-se a uma revisão bibliográfica, descritiva e exploratória. A pesquisa deu-se nos meses de fevereiro a abril de 2022. Os textos utilizados foram criteriosamente selecionados e avaliados, em conformidade com a temática. Resultou na seleção de artigos que incluem estudos no período de 2015 à 2020, na língua portuguesa, inglesa e espanhola, sendo desprezados artigos que não apresentavam fundamentação científica, ou não se encontravam pertinentes com o referido estudo. Os dados coletados foram na plataforma virtual, especificamente nos sites da: PUBMED, SciELO (Pereira, 2018). A partir dos descritores foram encontrados 55 artigos e após os critérios de inclusão, foram utilizados 25 para a confecção do presente estudo.

### 3. Resultados e Discussão

O aumento de idosos no Brasil somam-se 11,1% da população, totalizando um total de 21 milhões de pessoas. O envelhecimento populacional no Brasil, é reflexo do aumento da expectativa de vida, isto vem ocorrendo graças aos avanços tecnocientífico no campo da saúde, que reduz a taxa de mortalidade. Segundo as projeções a população idosa aumentará, continuamente, e em 2050, atingindo a casa de 20% da população (Costa, et, al, 2017).

Desta forma, com o crescimento da população idosa é necessário que haja avanços em diversas áreas políticas, sejam elas sociais, econômicas e sobretudo na área da saúde. Respectivamente é importante abrir discussões referente ao processo de envelhecimento saudável e com qualidade de vida, para a população idosa (Paolini, 2016).

Colaborando com a temática Almeida et al. (2015), elucidam que o assunto sobre a sexualidade não deixa de influenciar na qualidade de vida e no bem-estar geral do indivíduo, pois a mesma integra valores e sentimentos que vão além do próprio ato sexual, como também estão relacionados respectivamente com a imagem que o indivíduo faz de si mesmo, e a valorização do “eu, bem como do outro, conforme elucidado no Quadro 1:

**Quadro 1.** Artigos relacionados a sexualidade na terceira idade.

<b>Autor, ano</b>	<b>Objetivos</b>	<b>Conclusão</b>
Alencar e Oliveira, (2019).	Verificar os fatores que influenciam na vida sexual dos idosos.	Os fatores que mais influenciaram na vida sexual dos idosos, foram a idade avançada, para ambos os sexos, falta de desempenho e a perda do cônjuge.
Pinto et al, (2019).	Analisar as concepções de sexualidade entre idosos participantes de grupos de convivência.	Os idosos estão em processo de adaptação nas vivências da sexualidade, ainda que não seja apenas pelo ato sexual. Os idosos reconhecem a importância da sexualidade e da busca pela satisfação pessoal e do bem-estar.
Silva; Pinto (2019)	Descrever o perfil de vida e sexual dos idosos, de um município do interior paulista e analisar seu conhecimento sobre sexualidade.	O fator frequência sexual acaba não sendo o principal para satisfação, pois os idosos falam muito sobre carinho, companheirismo e atenção. Vale ressaltar a importância da sexualidade para eles e a importância da melhora da abordagem pelos profissionais de saúde.
Costa et al. (2017)	Identificar a percepção dos profissionais da saúde acerca da sexualidade em idosos.	Embora os profissionais reconheçam a importância da sexualidade na integralidade do ser, existe carência na formação profissional, atuação restrita sobre o tema, além de tabus socioculturais que podem interferir na qualidade de vida dos idosos.
Brondani e Jaeger (2017)	Compreender como a sexualidade na velhice é abordada na graduação em Fisioterapia.	Os resultados apontam que raramente sexualidade e envelhecimento são tratados como conteúdo curricular, quando ocupam essa posição, é a perspectiva dos saberes biomédicos que orienta a abordagem do tema. Entende-se que o processo de profissionalização da Fisioterapia é ainda muito marcado pela hegemonia médica na saúde e a visão (positiva ou negativa) que os discentes apresentam a respeito da temática sexualidade na velhice, seus comportamentos, suas vivências, é construída no curso de formação.
Uchôa et al (2016)	Identificar a percepção dos idosos acerca da sexualidade.	Há muitos fatores que favorecem o mito de que idosos são assexuados: o acesso limitado à informação desde a juventude até a atualidade, as alterações fisiológicas do próprio envelhecimento, os preceitos religiosos e a opressão familiar. Entretanto, vale ressaltar a importância de mais estudos e ações direcionadas a essa população visando à promoção da saúde integral da pessoa idosa.

Fonte: Elaboração Própria.

Para Carvalho (2020), com o aumento significativo da população idosa, e os cuidados exigidos, por essa parcela de indivíduos, obviamente haverá grandes reflexos no sistema de saúde brasileiro, que deverá se adequar às diferentes necessidades

desta população, que requerer novas estratégias, habilidades e ideias que atendam suas indigências sejam no âmbito do sistema de saúde pública e privados.

O processo de envelhecimento traz consigo várias alterações, que são relacionadas a fatores biológicos, psicológicos e sociais. Estes fatores estão associados a fragilidade, e eventualmente por decorrência deste, a vulnerabilidade. Em decorrência destes fatores o idoso é acometido por patologias diversas, e estas, por sua vez traz ao mesmos limitações e diferentes implicações, sejam elas físicas ou psicológicas (Mallman et al, 2015).

A sexualidade é um fator importante na qualidade de vida do idoso, pois é um conjunto de emoções, sentimentos, fantasias, desejos. São diferentes interpretações que o indivíduo experimenta no decorrer de toda a vida, e na terceira idade não é diferente. A sexualidade, representa para o indivíduo medo, alegria, orgasmo, além da sensação de prazer e bem-estar, como tocar o outro, ou ser tocado, sentir o perfume do companheiro. Notadamente, a sexualidade não está atrelada apenas ao ato sexual em si, mas se manifesta na corporeidade, envolvendo os sentidos, de maneira que envolve várias experiências, sentimentos e as emoções (Carvalho, 2020).

Falar sobre a sexualidade humana, não é uma tarefa fácil, pois o assunto não se realiza de forma isolada, sendo relacionado principalmente a fatores emocionais, biológicos, fisiológicos, sociais e culturais. A discussão torna-se mais relevante e complexa quando o assunto direciona aos idosos, pois a ideia gera um sentimento de negação por parte da sociedade, quanto por parte do próprio idoso. Há a internalização de pensamento da maior parte da sociedade, que atribui a si próprio a característica de assexualidade (Uchôa et al, 2016).

Existe um cenário de falta de informação na sociedade que influenciam negativamente na visão da sexualidade na terceira idade, somados a isso, há também os aspectos proibitivos relacionados a cultura da relação sexual das pessoas idosas. A sociedade em geral, impõe aos idosos características de abster-se dos desejos sexuais e da própria sexualidade. Desta maneira, começa a ser gerado um comportamento de negação da sexualidade e o idoso passa a se comportar de maneira que satisfaça as expectativas criadas, dando lugar ao seu comportamento e sentimento, como: vergonha, retração e sentimento de culpa (Carvalho, 2020).

Corroborando com a temática Almeida (2015), justifica que a associação do idoso com a temática reside no fato de que o objetivo atribuído a ação sexual é a procriação, sendo que as condições fisiológicas enfrentadas pelos idosos não permitem mais este feito, uma vez, que a mulher com mais de 60 anos já se encontra na menopausa e o homem enfrenta disfunções fisiológicas, anulando o objetivo e a plausível justificativa para a sociedade.

É importante entender que a sexualidade, durante o envelhecimento, é uma experiência positiva do ponto de vista dos profissionais da saúde. Sendo assim, é necessário considerar os fatores de alterações fisiológicas, culturais, religiosos e educação, que de certa forma determinam como a sexualidade será vivenciada nessa fase da vida (Alencar et, al, 2016).

Para Rodrigues et, al, (2018), a presença de comorbidades, e alterações corporais, impotência sexual e uma visão desvirtuada da sexualidade, causando a redução global da prática sexual, leva ao idoso sentimento de culpa, não se sentindo à vontade de manifestar seus desejos sexuais. Nas mulheres em especial, as mudanças fisiológicas proporcionadas pelo climatério podem afetar a vida bio/piso/social, como também atingir a sua sexualidade, já que no sistema urogenital ocorrem alterações que podem diminuir na qualidade do sexo (Santos et, al, 2016). Santos e colaboradores (2015), ainda citam a dor crônica como um fator agravante da sexualidade (dispareunia), manifestada durante o ato sexual, a falta de libido, o medo de exacerbação da dor, com isto surge a depressão, os problemas de relacionamento.

O Caderno de Atenção Básica do Ministério da Saúde, em relação as alterações fisiológicas do envelhecimento, descreve que a presença de disfunção erétil no sexo masculino e disfunção sexual no sexo feminino causam redução da libido sexual e lubrificação. Outras alterações decorrem de pele flácida, cabelos grisalhos, perda de dentes e doenças crônicas podem interferir negativamente na expressão da sexualidade (Uchôa et.al, 2016).

De acordo com o autor acima há uma negação da sociedade em aceitar que o idoso possa sentir-se interesse sexual, querer namorar, trocar carícias. Em outras palavras, a sociedade precisa buscar informações sobre a sexualidade, pois a mesma não envolve apenas a genitalidade, trata-se de relações que são inerentes aos seres humanos, isto é, tratam antes de tudo de afetividade, de acolhimento e aceitação.

Em um estudo realizado por Rodrigues et al (2018), foi evidenciado que a sexualidade no envelhecimento é manifestada de forma simples e restrita, porém há o desconhecimento de que a sexualidade é ampla, indo além do sexo genital e da penetração, onde o toque e o carinho devem ser vistos como expressões de sexualidade.

Para Gois et al, (2017), cita que a maioria dos idosos desconhecem o significado da sexualidade, além do ato sexual, e isto influencia negativamente no exercício desta, e reduz apenas ao coito. A negatividade deste pensamento faz com que as relações deixem de ser intensas, perdendo os espaços, como também a desinformação se transforma em problemas. O autor pontua que, a idade não é um obstáculo para as relações sexuais, uma vez que a mesma não decide a presença ou ausência do sexo. O desejo sexual e o prazer são contínuos, e não depende de idade. Por outro lado, a existência de patologias associadas às alterações do envelhecimento, pode influenciar na atividade sexual.

Ainda que, o Ministério da Saúde (MS), determine que a sexualidade é um conjunto de características humanas, com diferentes formas de expressara energia vital, a sociedade ainda tem o pensamento de que o idoso é um ser assexuado, o que torna o tema da sexualidade dispensável para a saúde, dificultando assim, o desenvolvimento de ações, em relação a saúde sexual e a melhora da qualidade de vida da pessoa idosas (Cunha, et al, 2015).

Uchôa et al (2016), colabora com o estudo dizendo que envelhecer não significa tornar-se um ser assexuado, o que de fato ocorre, são as criações de mitos e tabus socioculturais implantados para a terceira idade acerca da sexualidade. A sociedade inibe os idosos de exercer sua vida integralmente, como também, as alterações fisiológicas, opressão familiares e preceitos religiosos fortalecem esse estigma social. Existem outros pontos, a flacidez tegumentar, a perda da dentição e as doenças crônicas, que interferem negativamente na expressão da sexualidade, e no âmbito religioso, há a negação da sexualidade na terceira idade. A família também colabora para essa negação, tanto quanto no âmbito familiar quanto na social, o idoso deixa de ser visto como um sujeito ativo, passando à passivo, lidando com transformações que atinge a visão sexual, sendo ele, forçado a se readaptar à uma nova realidade.

A partir do que foi citado, não se pode tirar do idoso o direito de expressar a sua sexualidade, pois é uma parte importante da vida do ser humano, sendo a sexualidade fundamental para o mesmo, e o seu desenvolvimento decorre com a satisfação de suas necessidades, como em ter contato com o outro, intimidade, amor, a oportunidade de se expressar emocionalmente, sentir prazer e retribuir.

A sexualidade envolve a percepção e o controle do corpo. A vida é movimento, sendo assim, é importante adequar esse corpo no decorrer do climatério e envelhecimento. Eventualmente, as diminuições das comorbidades associadas a terceira idade, em relação ao melhoramento das condições sociais estavam atreladas ao tratamento médico. No entanto, este paradigma foi quebrado. Em um estudo de Santos et, al, (2016), foi apresentado a intervenção fisioterapêutica como um avanço importante nas disfunções sexuais femininas, evidenciando que a mesma oferta avaliação, orientações sexuais, técnicas de abordagem comportamental, exercícios perineais, uso de cones vaginais, eletroterapia, termoterapia, biofeedback, perincômetro. Ainda ressalta a cinesioterapia como auxílio ao treino da consciência corporal e no fortalecimento dos músculos do assoalho pélvico.

De acordo com Santos (2015), a otimização desses fatores, realizados pelo tratamento fisioterapêutico proporciona melhor qualidade de vida em larga escala, uma vez que, a sexualidade ativa, proporciona benefícios físicos e psíquicos para os idosos, como exemplo: saúde cardiovascular, melhora consideravelmente o exercício físico, diminuindo a sensibilidade à dor, a depressão, dando suporte ao bem-estar em geral e o aumento da longevidade.

O tratamento fisioterapêutico nas disfunções sexuais na atualidade, realiza um trabalho na atuação da sexualidade dos idosos, contribuindo para que esta parcela da população possa atuar sadicamente, em conformidade com as suas expectativas e desejos, colocando-os mais ativos e podendo aproveitar essa fase com melhor qualidade de vida.

#### 4. Conclusão

O processo de envelhecimento no ser humano causa a diminuição das práticas sexuais, e essa diminuição está atrelada a frequentes comorbidades, como também a preconceitos religiosos e tabus sociais. A cultura da assexualidade e o preconceito social favorecem na construção de estereótipo, onde a sexualidade é designada apenas aos mais jovens, censurando em idosos os desejos e a vontade no campo sexual.

É preciso acender a luz, no quesito de que a sexualidade pode ser vivenciada a qualquer momento da vida, e não está atrelada apenas ao ato em si, mas na forma do carinho, do afeto, e da companhia do outro.

A sexualidade é pouco explorada pelos profissionais de saúde, sendo primordial a atuação do fisioterapeuta nesta área. O profissional, depara com muitos preconceitos, e timidez de muitos idosos em seu trabalho diário. É preciso haver mudanças na família e na sociedade em relação a vida ativa sexual dos idosos. Nesta parte o fisioterapeuta é um profissional que acolhe e trabalha os problemas funcionais que podem afetar a continuidade corporal do idoso em sua atividade sexual.

Artigos explorando a atuação do fisioterapeuta na sexualidade do idoso são escassos e novos estudos abordando essa perspectiva da sexualidade, precisam ser explorados, com uma maior amostragem, com o intuito de proporcionar maiores subsídios e fortalecer os recursos literário sobre a temática, o conhecimento da sexualidade do idoso para outros profissionais da saúde.

#### Referências

- Alencar et al (2016). The exercise of sexuality among the elderly and associated factors. *Rev. bras. geriatr. gerontol.* 19(5).
- Alencar, L. C. A., & Oliveira, C. (2019). Sexualidade na Terceira Idade: fatores que influenciam na vida sexual do idoso. *Congresso Nacional de Iniciação Científica*. Universidade Santa Cecília. Santos-SP.
- Almeida, P. H. T. Q., Ferreira, C. C., hukurizky, P., Muniz, L. F., & Mota, L. M. H (2015). Como o reumatologista pode orientar o paciente com artrite reumatoide sobre função sexual. *Revista Brasileira de Reumatologia*, 55(5), 458-463.
- Alvez, V. C. M (2022). Senescência ou senilidade uma questão de saúde. 2019. *Portal Educação*.
- Brondani, K. H., & Jaeger, A. A. (2017). Sexualidade na velhice: construindo saberes na formação de acadêmicos em fisioterapia. *Dissertação de Mestrado*. Programa de Pós Graduação em Gerontologia.
- Carvalho, J. C. et al (2020). Sexualidade e a imagem corporal em idosos: revisão integrativa. *Revista Enfermagem Atual In Derme*, 92(30).
- Costa, D. C. A., et al. (2017). Sexualidade no Idoso: percepção de profissionais de geriatria e gerontologia. *Universitas: Ciências da Saúde*, 15(2), 75-80.
- Cunha, L. M. et al (2015). Vovó e vovô também amam: sexualidade na terceira idade. *Revista Mineira de Enfermagem*. 19(4), 894-900.
- Flores L. P. O (2015). O envelhecimento da população brasileira. *Revista eletrônica do departamento de ciências contábeis & departamento de atuária e métodos quantitativos* 2(1), 86-100.
- Freitas, W. D.F. de (2015). *A importância do profissional de educação física na orientação da musculação*. 40 f. Monografia. Centro Universitário de Formiga – UNIFOR. Formiga – MG.
- Gois, A. B. et al (2017). Percepção do homem idoso em relação a sua sexualidade. *Revista Enfermagem em Foco* 8(3), 14-18.
- Mallmann, D. G., Neto, N. M. G., & Sousa, J (2015). Educação em saúde como principal alternativa para promover a saúde do idoso. *Ciência & Saúde Coletiva* 20(6), 1763-1772.
- Paonini, K. S (2016). Desafio da inclusão do idoso no mercado de trabalho. *Rev Bras Med*.14(2):177-82.
- Pereira, S. A., Shitsuka, D. M., & Parreira, J. F., & Shitsuka, R (2018). *Metodologia da pesquisa científica*.
- Pinto, M. X., Reis, L. A.o, Santos, E., & Reis, L. A. (2019). Sexualidade e envelhecimento: a percepção de idosos participantes de grupo de convivência. *Fisioterapia Brasil*.

- Oliveira L. B. et al (2015). Sexualidade e envelhecimento: Avaliação do perfil sexual de idosos não institucionalizados. *Revista de Ciências da Saúde Nova Esperança* 13(2), 42-50.
- Oliveira, F. F. F., & Vieira, K. F. L (2018). Sexualidade na longevidade e sua significação em qualidade de vida. *Revista Brasileira de Sexualidade Humana*, 29(1), 103-109. 2018.
- OPS. Organização Pan-Americana da Saúde (2018). *Envelhecimento e saúde*.
- Santos, A. M, Santos, F. C. dos, & Cendoroglo, M. S (2015). Sexualidade e dor crônica em mulheres longevas: descrição de fatores interferenciais. *Revista Dor*, 16(1)
- Santos, J. L. de, Leão, A. P. F., & Gardenghi, G (2016). Disfunções sexuais no climatério. *Reprod. clim*, 31(2), 86-92
- Silva, V. X. L, Marques A. P. O, Lira J, Medrado M, Leal M. C. C, & Raposo M. C. F (2016). Satisfação sexual entre homens idosos usuários da atenção primária. *Saúde Soc* [Internet].
- Silveira, M. M. et al (2015). Envelhecimento humano e as alterações na postura corporal do idoso. *Revista Brasileira de Ciências da Saúde*, 8(26).
- Silva, L. F. de A., & Pinto, A. A. M. (2019). Sexualidade na terceira idade: a visão dos idosos de um município do interior do estado de São Paulo. *Revista Eletrônica Acervo Saúde* 11(10).
- Ramos, C. I. C. F (2018). *Saúde Sexual e Envelhecimento: O papel dos fatores psicológicos e crenças sexuais*. 2018. Dissertação (Mestrado Integrado de Psicologia) Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação - Universidade do Porto, Portugal, 2018.
- Rodrigues, D. M. M. R. et al (2018). O percurso educativo dialógico como estratégia de cuidado em sexualidade com idosas. *Escola Anna Nery Revista de Enfermagem* 22(3).
- Uchôa et. al (2016). Sexuality through the eyes of the elderly. *Rev. bras. geriatr. gerontol.* 19(6)
- Uchôa, Y S, da et al (2016). Sexuality through the eyes of the elderly. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, 19, 939-949.
- Uchôa, Y. da S., et al. (2016). A sexualidade sob o olhar da pessoa idosa. *Rev. Bras. Geriatr. Gerontol.*, 19(6): 939-949
- Vieira, K. F. L., Coutinho, M. da P. de L., & Saraiva, E. R. de A (2015). *A Sexualidade Na Velhice: Representações Sociais De Idosos Frequentadores de Um Grupo de Convivência*. *Psicologia: Ciência e Profissão* 36(1), 196-209.