

Universidade de Évora - Escola de Ciências Sociais

Mestrado em Sociologia

Área de especialização | Recursos Humanos

Dissertação

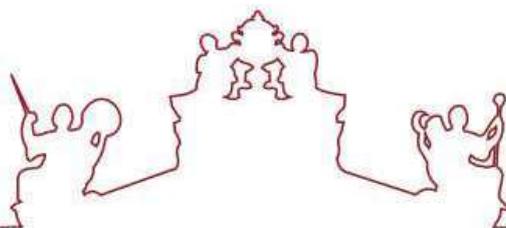
Idadismo e sexualidade. Olhar por dentro a experiência da sexualidade na vida pessoal quotidiana de pessoas idosas

Marisa de Jesus Cortez de Paiva

Orientador(es) | Rosalina Pisco Costa

Évora 2024





Universidade de Évora - Escola de Ciências Sociais

Mestrado em Sociologia

Área de especialização | Recursos Humanos

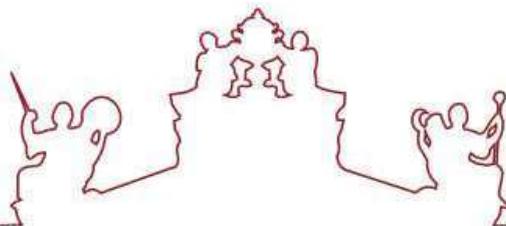
Dissertação

Idadismo e sexualidade. Olhar por dentro a experiência da sexualidade na vida pessoal quotidiana de pessoas idosas

Marisa de Jesus Cortez de Paiva

Orientador(es) | Rosalina Pisco Costa

Évora 2024



A dissertação foi objeto de apreciação e discussão pública pelo seguinte júri nomeado pelo Diretor da Escola de Ciências Sociais:

Presidente | Maria Manuel Serrano (Universidade de Évora)

Vogais | Patrícia Marina Paulo Correia Calças Severino Coelho (Universidade do Algarve -
Faculdade de Economia) (Arguente)
Rosalina Pisco Costa (Universidade de Évora)

"Velhice não deveria ser entendida como doença, pois não é algo contrário à natureza"

Cícero , "Cato Maior de Senectute" (44 a.C.)

Agradecimentos

Ao concluir esta importante etapa da minha vida, quero expressar o meu agradecimento a todos com quem me cruzei.

Em primeiro lugar, às minhas filhas, a quem roubei tantas horas de tempo para me dedicar a esta dissertação, deixo um agradecimento muito especial. Sei que essas horas de ausência foram muitas vezes difíceis, mas foi o nosso amor que me deu forças para seguir em frente e concluir este projeto. Este trabalho é também para vocês, como prova de que, com esforço e dedicação, é possível alcançar os nossos objetivos. E acreditem sempre, que o céu é o limite.

Agradecer ao meu pai, que, apesar de já não estar entre nós, continua a ser uma fonte de inspiração e força na minha vida. Sinto a sua presença em cada conquista e a sua memória motivou-me a perseverar nos momentos mais difíceis deste percurso. Para ele, o meu mais profundo agradecimento e a eterna saudade.

À minha mãe, irmão, cunhada e sobrinhas que sempre estiveram ao meu lado. Obrigado por acreditarem sempre!

Gostaria ainda de expressar um agradecimento especial à minha orientadora, que, com a sua constante disponibilidade, orientação sábia e apoio incansável, foi fundamental para a concretização deste projeto. As suas preciosas orientações guiaram-me por este caminho, e sou profundamente grata por todo o acompanhamento.

Deixo também um agradecimento sincero ao Professor Doutor Júlio Machado Vaz, pela sua generosidade em me receber e pela disponibilidade que sempre demonstrou. As suas valiosas sugestões foram fundamentais para enriquecer a minha investigação.

Não posso deixar de agradecer também aos meus colegas de turma. Não imaginei que, ao longo desta jornada, encontraria pessoas que se tornariam amigos para a vida. Partilhámos momentos intensos, de desafios e conquistas, e foi esse apoio mútuo que tornou a experiência verdadeiramente especial. Alguns colegas tornaram-se muito mais do que amigos, passaram a ser uma verdadeira família, essas ligações e momentos ficarão sempre comigo.

A todos vocês, obrigado!

Índice

Introdução	8
Parte I.....	10
Enquadramento Teórico-Conceptual	10
1. "Envelhecimento e Idadismo: Um Olhar Sociológico"	11
1.1 Envelhecimento	11
1.2 Idadismo.....	14
1.3 A construção sociológica do idadismo.....	18
1.4 Um novo olhar para o envelhecimento e idadismo a partir da vida pessoal	21
2. Sexualidade e velhice.....	25
2.1 Mitos e estigmas sobre a sexualidade na terceira idade.....	25
2.2 Impactos positivos da sexualidade na qualidade de vida.....	28
2.3 Barreiras culturais e sociais para a expressão sexual na velhice.....	30
Parte II	36
Enquadramento Empírico	36
3. Desenho da investigação	37
3.1 Da problematização ao modelo de análise: conceptualização e operacionalização.....	37
3.2 Tipo de estudo	39
3.2.1 Vantagens e limitações da investigação qualitativa.....	40
3.2.2 Especificações sobre o desenho do estudo misto	43
3.2.3 Amostra, seleção e recrutamento de casos para a entrevista em profundidade.....	44
3.3 Técnicas de recolha de dados e produção de dados	47
3.4 Processo de organização dos dados	50
3.5 Análise de dados e interpretação de resultados.....	53
3.6 Questões éticas: Temas e desafios	54
4. Análise de imprensa sobre idadismo e sexualidade na velhice.....	55
5. Análise das entrevistas	58
5.1 Perfil das pessoas entrevistadas	58

5.2 Exploração dos resultados.....	59
5.2.1 Vida pessoal	61
5.2.2 Sexualidade e idadeismo.....	71
5.2.3 Sexualidade na velhice.....	80
Conclusão	93
Referências bibliográficas	98
Apêndice 1. Guião de Entrevista	107
Apêndice 2. Quadro síntese de entrevistas realizadas	113

Índice de Tabelas

Tabela 1. Critérios de inclusão e exclusão da amostra	45
Tabela 2. Descrição da amostra	46
Tabela 3. Códigos associados à categoria Perfil sociodemográfico e história de vida	51
Tabela 4. Códigos associados à categoria Representações sexuais	52
Tabela 5. Códigos associados à categoria Sexualidade na velhice.....	52
Tabela 6. Artigos pesquisados e analisados no Jornal Público.....	55

Índice de Figuras

Figura 1. Nuvem que representa a importância das 200 palavras mais utilizadas nas entrevistas.....	60
Figura 2. Representação dos códigos da unidade de análise “Perfil sócio-demográfico e história de vida”.....	61
Figura 3. Representação do código “Viver em conjunto”	62
Figura 4. Representação do código "Viver sozinho"	62
Figura 5. Representação do código "Casado".....	63
Figura 6. Representação do código “Divorciado”	64
Figura 7. Representação do código: Solteiro(a) não casado(a)	65
Figura 8. Representação do código "Viúvo".	66
Figura 9. Representação do código “Boas relações com vizinhos”.....	66
Figura 10. Representação do código “Reformado”	67
Figura 11. Representação do código “Actividade”.....	68
Figura 12. Representação do código “Nível de educação”.....	68
Figura 13. Representação do código “Mudanças profissionais”	69
Figura 14. Representação do código “Nascimento de filhos”	70
Figura 15. Representação dos códigos correspondentes à unidade de análise Representações sexuais.....	72
Figura 16. Representação do código “É uma parte da vida” referente à sexualidade.	73

Figura 17. Representação do código "Tabu para falar sobre sexualidade na velhice".	74
Figura 18. Representação do código "Falar de sexualidade é mais fácil hoje em dia".	76
Figura 19. Representação do código "Linguagem Científica".	77
Figura 20. Representação do código "Falar sobre sexualidade com os amigos".	78
Figura 21. Representação dos códigos correspondentes à unidade de análise "Sexualidade na velhice".	80
Figura 22. Representação do código "Mudanças na sexualidade".	81
Figura 23. Representação do código "A sexualidades é melhor na velhice do que na juventude".	83
Figura 24. Representação do código "Atualmente sem vida sexual".	85
Figura 25. Representação do código "Benefícios da sexualidade nas pessoas idosas".	86
Figura 26. Representação do código "Riscos na sexualidade das pessoas idosas".	88
.....	
Figura 27. Representação do código "Existem diferenças na sexualidade entre jovens e idosos e entre homens e mulheres".	89
Figura 28. Representação do código "Falar sobre o problema e pedir ajuda".	91

Resumo

O presente trabalho de investigação tem como objetivo investigar sociologicamente os impactos das trajetórias de vida na experiência da intimidade e sexualidade de pessoas idosas. A nível metodológico, foi desenvolvido um estudo transversal, centrado sobre as narrativas de pessoas idosas em torno das suas próprias experiências. Para o efeito, optou-se por um estudo de natureza qualitativa, compreensiva, assente em técnica de entrevista semiestruturada, assim como na observação indireta através da análise documental de um jornal português de tiragem nacional. O período de recolha das entrevistas decorreu entre fevereiro e maio de 2024. O objetivo é complementar as narrativas das pessoas idosas com a observação das representações sociais em torno da sexualidade que atravessam a imprensa escrita. Quanto à técnica de análise de dados, foi utilizada a análise qualitativa de conteúdo de tipo temática, formal e estrutural, procedimento misto. Como principais resultados, a investigação contribui para um maior conhecimento sobre o impacto que as trajetórias de vida exercem sobre a intimidade e sexualidade das pessoas idosas, de modo a compreender dimensões ainda ocultas que decorrem do envelhecimento das sociedades contemporâneas, designadamente, o lugar do idadismo nesse processo.

Palavras-Chave: Intimidade; Pessoas idosas; Representações sociais; Sexualidade; Trajetórias de vida, idadismo.

Ageism and sexuality. Looking inside the experience of sexuality in the daily personal lives of elderly people

Abstract

The present research work aims to sociologically investigate the impacts of life trajectories on the experience of intimacy and sexuality of elderly people. At a methodological level, a cross-sectional study was developed, focusing on the narratives of elderly people around their own experiences. To this end, we opted for a qualitative, comprehensive study, based on a semi-structured interview technique, as well as indirect observation through documentary analysis of a Portuguese newspaper with national circulation. The interview collection period took place between February and May 2024. The objective is to complement the narratives of elderly people with the observation of social representations around sexuality that permeate the written press. As for the data analysis technique, qualitative content analysis of thematic, formal and structural type was used, a mixed procedure. As main results, the research contributes to greater knowledge about the impact that life trajectories have on the intimacy and sexuality of elderly people, in order to understand still hidden dimensions that arise from the aging of contemporary societies, namely, the place of ageism in this process.

Keywords: Intimacy; Elderly people; Social representations; Sexuality; Life trajectories, ageism.

Introdução

O tema do presente trabalho de investigação situa-se no cruzamento entre a sociologia do envelhecimento e a sociologia da vida pessoal, com foco na sexualidade das pessoas idosas enquanto resultado das suas trajetórias de vida, considerando a sua autoperceção e as representações sociais em torno da intimidade e sexualidade, incluindo preconceitos ou liberdade de sentimentos. A intimidade é entendida como uma questão de comunicação emocional num contexto de igualdade interpessoal (Giddens, 1993), envolvendo confiança em si e nos outros (Sousa, 2013). Já a sexualidade abrange, além do sexo, questões como género, identidade, amor, prazer e respeito (WHO, 2006), sendo a intimidade uma dimensão da sexualidade e esta, por sua vez, uma parte integrante da identidade pessoal e das relações humanas.

O interesse pelo tema surge do desejo de aprofundar conhecimentos sobre como a sexualidade é experienciada pelos idosos, considerando as trajetórias de vida, género e identidade na construção dessa experiência. O conceito de "*sexualidade plástica*" de Giddens (1993) é central para a investigação, questionando-se a sua validade atual no contexto das pessoas idosas. A sexualidade, associada à construção da identidade, é vivida de formas diferenciadas entre os géneros, com perda de autonomia emocional entre os homens e ganho de autonomia emocional entre as mulheres (Giddens, 1993).

A relevância deste estudo é sublinhada pelo envelhecimento demográfico, aumento da esperança de vida e diminuição da natalidade, e pela escassez de estudos sobre sexualidade na velhice, que geralmente se concentram em aspetos clínicos ou biológicos (DeLamater, 2012). Justifica-se, assim, um estudo sociológico que analisa o lugar do idadismo e das trajetórias de vida na experiência atual da sexualidade em sociedades envelhecidas.

Os objetivos específicos incluem: refletir sobre a importância da sexualidade no quotidiano dos idosos; analisar a construção da experiência sexual a partir das trajetórias de vida; e identificar preconceitos e o seu papel na construção da experiência sexual individual e social dos idosos. Para alcançar estes objetivos, foi realizada uma pesquisa qualitativa com uma metodologia criativa (Kara, 2015), que combinou a análise documental sobre a imprensa escrita e entrevistas em profundidade. A análise documental incidu sobre o jornal 'Público', um jornal generalista de tiragem nacional em Portugal, conhecido pelo rigor analítico e abordagem ponderada de temas políticos, sociais e culturais (Marktest, 2005). Foram investigados artigos com as palavras-chave

"sexualidade", "idosos" e "sexo", visando captar as representações sociais sobre a sexualidade na velhice. Esta análise permitiu relacionar as representações sociais veiculadas no jornal com as narrativas obtidas nas entrevistas, proporcionando uma compreensão mais abrangente da sexualidade na velhice.

O estudo transversal focou-se nas trajetórias de vida das pessoas idosas e na sua experiência com a sexualidade, utilizando entrevistas semiestruturadas. A opção por um estudo qualitativo justifica-se pela capacidade de captar percepções subjetivas, permitindo uma interpretação contextualizada dos dados (Creswell, 2014). A análise do jornal Público apoiou a contextualização das representações mediáticas em confronto com as narrativas pessoais.

Para a aplicação de entrevistas foi constituída uma amostra com pessoas idosas (≥ 65 anos), não institucionalizadas, com variação em termos de trajetórias conjugais, habilitações literárias e género. A homogeneização da amostra, com base na faixa etária e condição de autonomia, possibilitou uma análise aprofundada das experiências relacionadas com intimidade e sexualidade. As entrevistas foram realizadas até se atingir o ponto de saturação teórico, evitando a repetição de informações e otimizando recursos (Guerra, 2006).

O estudo permitiu investigar a complexidade das vivências sexuais na velhice, explorando a diversidade de fatores que influenciam a sexualidade neste grupo etário, como género, estado civil e escolaridade, fornecendo uma visão detalhada e representativa das suas experiências e trajetórias de vida.

Na primeira parte deste trabalho, é feito o enquadramento teórico conceptual, que se subdivide em duas secções: a primeira explora as relações entre envelhecimento e idadismo e a segunda entre sexualidade e velhice. Na segunda parte, de enquadramento e exploração empírica, é detalhada a metodologia do estudo e apresentada a análise e discussão de resultados. Por fim é apresentada a conclusão, seguida das referências bibliográficas e apêndices.

Parte I
Enquadramento Teórico-Conceptual

1. "Envelhecimento e Idadismo: Um Olhar Sociológico"

Este capítulo intitulado “Envelhecimento e Idadismo: Um Olhar Sociológico” destaca-se como uma exploração aprofundada das complexas interseções entre envelhecimento, sexualidade e o fenómeno do idadismo. Posicionado estrategicamente na dissertação, este capítulo procura contextualizar e compreender o envelhecimento populacional à luz de dados demográficos atuais. Acentua-se a crescente relevância deste fenómeno no cenário sociológico contemporâneo, onde a população idosa representa uma fatia substancial da sociedade.

A contextualização do envelhecimento como um processo multifacetado, influenciado por diversos fatores biológicos, socioeconómicos e culturais, serve como ponto de partida para abordar a complexidade dessa fase da vida. Neste contexto, destaca-se a Estratégia Nacional para o Envelhecimento Ativo e Saudável 2017-2025, evidenciando a necessidade de políticas que promovam a qualidade de vida dos idosos.

Ao introduzir a temática do idadismo, o capítulo explora as suas diferentes dimensões, enfatizando estereótipos, preconceitos e discriminações intergeracionais. Reconhece-se a influência dessas atitudes nas diversas esferas da vida, desde a saúde física e mental até às relações interpessoais e à segurança económica.

No segmento subsequente, são apresentadas teorias sociológicas que enquadram o idadismo, contextualizando-as no âmbito do envelhecimento. A abordagem inclui teorias do conflito, aprendizagem social, seletividade socioemocional, representações, gerenciamento do terror, ameaça intergrupar, contato intergrupar e assimilação dos estereótipos. Cada teoria é explorada em relação à sua contribuição para a compreensão do fenómeno do idadismo na sociedade.

1.1 Envelhecimento

Importa contextualizar o envelhecimento, que deriva do latim “veclus” ou “vetulusm” que significa “velho” e de “mento” que significa “ação”, ou seja, ação de envelhecer (Silva, 2013). O envelhecimento corresponde a um processo temporal, natural e não uniforme, que se estende desde o nascimento até à morte (Dias, 2012). Em Portugal, esta temática tem vindo a assumir destaque ao longo do tempo, levando à necessidade de criação de uma Estratégia Nacional para o Envelhecimento Ativo e Saudável 2017-2025, cujos propósitos englobam a sensibilização do envelhecimento

ativo e da solidariedade intergeracional, que permita a mudança de atitudes face aos idosos, assim como o desenvolvimento de políticas facilitadoras da qualidade de vida dos idosos (Despacho nº 12427/2016, 2016).

Este processo é influenciado por diversos aspetos, nomeadamente, biológicos, socioeconómicos, culturais ou ambientais, assim como, as condições de vida que diferem em cada indivíduo (Azevedo, 2020). Nos aspetos biológicos destacam-se as perturbações a nível de saúde e o surgimento de patologias ou incapacidades funcionais, tais como, a perda de memória, a diminuição do funcionamento cognitivo, diminuição da capacidade motora. Nos aspetos socioeconómicos encontram-se os casos de isolamento, depressão, desvalorização, solidão, pobreza. Nos aspetos culturais ou ambientais salientam-se os estereótipos e preconceitos com a velhice, conflitos intergeracionais, o que lhe confere um aspeto único e subjetivo (Dias, 2012).

Estes aspetos estão interrelacionados com três idades: biológica, social e psicológica. A idade biológica corresponde ao funcionamento do organismo, ou seja, quanto maior a idade do indivíduo, maior a vulnerabilidade e incapacidade de autorregulação. A idade social refere-se ao que a sociedade espera que os idosos sejam, ou seja, a sociedade determina os papéis sociais, hábitos e comportamentos adequados que uma pessoa idosa deverá ter de acordo com a cultura em que está inserida. Por sua vez, a idade psicológica engloba as capacidades de natureza psicológica e comportamental, que se tornam essenciais para uma correta adaptação ao contexto (Fonseca, 2004).

Assim, cada pessoa idosa tem o seu próprio ritmo e forma de envelhecer, o qual depende das diferentes condições de vida e maneira de encarar o seu dia a dia. Todos estes fatores levam-nos a encarar o processo de envelhecimento “de uma forma positiva e como uma oportunidade...que pretende reabilitar a representação negativa do que é ser velho nas sociedades contemporâneas, por vezes retratados como um *“fardo”*, *“um peso”*” (Gil, 2007, p. 25). Isto mostra que as pessoas idosas devem ser consideradas como indivíduos aptos, possuidores de direitos e deveres e que necessitam de colmatar as suas necessidades, quer através dos cuidados de saúde quer através da criação de relações pessoais ou familiares. Para isso, é essencial criar recursos, tais como, os sistemas de proteção e de segurança social, equipamentos e serviços, cuidados de saúde, políticas de apoio à família, entre outros (Aboim, 2014; Feliciano & Galinha, 2017; Gois *et al.*, 2017; Silva, 2013).

Na opinião de Mendes (2017), o envelhecimento atual é algo muito positivo, uma conquista extraordinária da humanidade; embora a autora também expresse que, do ponto de vista demográfico, também representa uma preocupação, pois também é preciso aceitar que em poucos anos a sociedade estará cada vez mais envelhecida; no entanto, a reflexão de que o envelhecimento é algo positivo, baseia-se na melhoria das condições de vida da população. Envelhecer significa viver mais tempo e com mais saúde.

O envelhecimento da população está associado a um aumento da esperança de vida, a um aumento da longevidade, o que significa que as pessoas com 65 anos ou mais ainda têm muitos anos de vida. Mendes (2017) destaca que, simultaneamente ao aumento da longevidade, observa-se uma diminuição do número de jovens, principalmente devido à diminuição do número de filhos por família. A diminuição da taxa de natalidade gera, então, um desequilíbrio na taxa de crescimento populacional.

De acordo com dados do último Recenseamento Geral de População realizado em 2021, existiam 2,4 milhões de indivíduos com idade superior a 65 anos, o que representa 23,4% da população em Portugal (Instituto Nacional de Estatística e Pordata, 2023). A justificação para esta situação pode ser encontrada no aumento da esperança média de vida, diminuição da taxa de natalidade e de mortalidade, surgimento de novos medicamentos, cura para doenças (e.g. cancro) ou acessibilidade aos cuidados de saúde (Aboim, 2014). Desse modo, o envelhecimento populacional pode ser encarado como um dos principais desafios sociais do século XXI, refletindo-se a vários níveis, desde o económico, laboral, habitação, relações intergeracionais, até à saúde e proteção social (Organização das Nações Unidas, s.d.). A mesma entidade estima que este número irá duplicar até 2050 e triplicar até 2100, perfazendo um total de 2,1 mil milhões (2050) e 3,1 mil milhões (2100).

O envelhecimento, um fenómeno que abrange o individuo desde o nascimento até à morte, é influenciado por fatores biológicos, socioeconómicos e culturais, conferindo-lhe uma natureza única e subjetiva (Dias, 2012). Ao analisar a velhice neste contexto de envelhecimento social e demográfico, é crucial considerar o idadismo. O idadismo, preconceito associado à idade, torna-se particularmente relevante quando aplicado à sexualidade nesta fase da vida. Esta abordagem visa explorar como a sexualidade se torna um espaço de confronto não apenas com os outros, mas também com as próprias perceções e expectativas internalizadas.

O cerne deste trabalho de investigação reside na compreensão de como a sexualidade, na fase da velhice, pode servir como um espaço de confronto, influenciando a perceção do *self* e a dinâmica das interações sociais. O desafio reside não apenas na análise do que os outros pensam sobre a sexualidade na velhice, mas também na compreensão de como as expectativas internalizadas moldam as ações e interações individuais. Para a compreensão desta temática o conceito de envelhecimento é fundamental e que consiste em um processo temporal que abrange desde o nascimento até à morte. É influenciado por diversos níveis, sobretudo biológicos (e.g. diminuição da capacidade motora, diminuição do funcionamento cognitivo, etc.), socioeconómicos (e.g. solidão, depressão, isolamento, pobreza, etc.) e culturais (e.g. preconceitos com a velhice, conflitos intergeracionais, etc.), o que lhe atribui uma perspetiva única e pessoal (Dias, 2012). Isto significa que, cada idoso tem o seu próprio ritmo e forma de envelhecer, o qual depende das diferentes condições de vida e maneira de encarar o seu dia a dia.

1.2 Idadismo

Ao analisar a velhice neste contexto de envelhecimento social e demográfico, é crucial considerar o idadismo, que consiste no conjunto de estereótipos (forma de pensar), preconceitos (atitudes) e discriminações intergeracionais (forma de agir), relativamente a indivíduos em função de idade maior (Silva, 2013). Este tratamento resulta, em parte, da falta de frequência de contacto entre gerações, tanto no mesmo espaço como no mesmo contexto social, levando ao distanciamento intergeracional e à vulnerabilidade na criação de relações entre os mais jovens-mais idosos (Pimentel *et al.*, 2016; Vieira & Pimentel, 2016).

Detalhando as três dimensões do idadismo, verifica-se que os estereótipos correspondem a estruturas cognitivas onde se encontram as crenças e expectativas sobre determinadas características dos indivíduos pertencentes a grupos sociais (e.g. crenças religiosas e políticas, aptidões sociais, físicas e mentais), servindo de guia para o comportamento social (Kite & Whitley, 2016). Um exemplo de estereótipo refere-se ao facto de as pessoas idosas serem encaradas como frágeis, dependentes e amistosias. Os preconceitos correspondem a reações emocionais ou sentimentos (positivos ou negativos) direcionados a um indivíduo, consoante o grupo a que pertence (e.g. preconceito baseado na idade). Já, a discriminação corresponde ao conjunto de ações e

práticas direcionadas aos indivíduos consoante as suas ideologias sociais (percebidas ou reais), causando desvantagem (e.g. recusa de oportunidades laborais às pessoas idosas) ou vantagem (e.g. descontos atribuídos a pessoas idosas) (Altman, 2020).

O idadismo pode assumir uma vertente institucional, interpessoal ou autodirigida. A nível institucional, encontram-se as normas sociais, regras, leis, políticas e práticas institucionais, que limitam os indivíduos consoante a respetiva idade, no que se refere à atribuição de oportunidades (e.g. contratação discriminatória). A nível interpessoal, destacam-se as interações entre dois ou mais indivíduos (e.g. falta de respeito dos mais jovens para com as pessoas idosas), enquanto o idadismo contra si próprio ocorre quando o mesmo é internalizado pelo indivíduo e utilizado contra ele mesmo (Organização Pan-Americana da Saúde, 2022).

A complexidade e gravidade do idadismo leva ao surgimento de algumas consequências, nomeadamente a nível de saúde física, saúde mental, bem-estar social e económico. Uma das principais consequências do idadismo, sobretudo contra si próprio, passa pela morte precoce, a qual resulta da diminuição da saúde física, demora na recuperação de alguma incapacidade ou doença, prevalência de comportamentos de risco à saúde (e.g. falta de medicação, prescrição inadequada de medicação, abuso no consumo de álcool ou de outras substâncias, aumento de doenças sexualmente transmissíveis) (Organização Pan-Americana da Saúde, 2022). Na saúde mental, o idadismo encontra-se relacionado com doenças psiquiátricas, tais como, a depressão, ideação suicida, ansiedade, stress pós-traumático e aumento de deficiência cognitiva (Levy, 2014). No bem-estar social, destacam-se a diminuição da qualidade de vida, isolamento social, solidão, diminuição da sexualidade, preconceito sobre a expressão sexual das pessoas idosas, aumento da criminalidade, violência e abuso. Por sua vez, a nível económico, observa-se o aumento da pobreza, insegurança financeira ou dependência financeira (Organização Pan-Americana da Saúde, 2022).

Referindo-nos às relações intergeracionais, tanto sociais, amicais, como familiares, é possível observar que as mesmas sofrem alterações, que de forma voluntária ou involuntária, poderão levar à solidão, isolamento, tristeza, falta de aceitação ou abandono dos entes queridos. Ora, é na fase do envelhecimento, que estas relações são consideradas mais valiosas ou até mesmo âncoras de apoio e compreensão, uma vez que estas servem para estreitar os laços sociais, fortalecendo a integração na família e a aproximação à comunidade, através da desmistificação do preconceito de abandono e isolamento na velhice (Araújo & Melo, 2018).

De modo a estreitar os laços intergeracionais, é importante desmistificar alguns preconceitos relacionados ao envelhecimento, nomeadamente que os idosos são indivíduos débeis, doentes ou incapazes, que padecem de problemas de memória, que estão sempre tristes ou deprimidos, com falta de vitalidade e em declínio, improdutivos ou assexuados (Thornton, 2002). Para além destes preconceitos, os as pessoas idosas têm de lidar com o próprio preconceito, pois o corpo e a mente que apresentavam antigamente não é o mesmo com que se deparam atualmente, o que pode resultar em baixa autoestima, insatisfação com o corpo, repulsa do corpo ou negligência com o corpo, resistindo à ideia do seu processo de envelhecimento, das suas marcas e da sua futura morte (Ribeiro & Cerqueira, 2014).

Perante o exposto, de modo a atenuar ou evitar o idadismo, a Organização Pan-Americana da Saúde (2022) sugere algumas estratégias, tais como: Investir em estratégias com base científica, através da implementação de políticas e leis jurídicas que estimulem a igualdade de direitos de todos os indivíduos, independentemente da idade. Para o efeito, podem ser ratificados os tratados regionais que salvaguardam os direitos das pessoas idosas, assim como revistas as políticas existentes nessa área ou implementadas atividades que promovam a colaboração intergeracional; melhorar os dados obtidos (quantitativos e qualitativos) e as pesquisas realizadas em prol de uma melhor compreensão sobre a identificação do idadismo e a respetiva diminuição. Para o efeito, podem ser definidas parcerias com investigadores e académicos de modo a aprofundar a pesquisa sobre esta temática, assim como produzidas evidências sobre as experiências vivenciadas pelas pessoas idosas e sobre o impacto das mesmas nas suas trajetórias de vida; construir um movimento para mudar o discurso em torno do envelhecimento, através do aumento da consciencialização, da comunicação e cooperação entre todas as partes interessadas (governo, Nações Unidas, sociedade civil, setor privado e instituições académicas).

O idadismo surge como um desafio complexo que permeia diferentes dimensões da vida humana, com especial destaque na esfera da sexualidade na velhice. Este fenómeno, definido como o conjunto de preconceitos, estereótipos e discriminação associados à idade, reflete-se na forma como a sociedade percebe e aceita as relações íntimas dos idosos. (Aboim, S., 2014)

Ao abordar a sexualidade na velhice, é crucial considerar as interseções com o idadismo. A sociedade, muitas vezes, impõe normas e padrões que perpetuam a ideia de que a atividade sexual é uma prerrogativa da juventude, relegando os idosos a uma

invisibilidade afetiva e sexual. Este comportamento, muitas vezes internalizado, torna-se um espaço de confronto não apenas com os outros, mas também com as próprias percepções e expectativas internalizadas.

Estudos revelam uma dualidade de pensamentos em relação à aceitação do "*self*" na sexualidade na velhice. A aceitação promove conforto, autoestima e a disposição para manter ou iniciar relações íntimas. Em contrapartida, a não aceitação pode gerar diminuição da qualidade de vida, resistência ao envelhecimento e até mesmo a internalização de "*autoestereótipos*" que condicionam a vivência desta fase da vida. (Giddens, 1993)

O impacto do "idadismo" na sexualidade é evidenciado em pesquisas que exploram as percepções de homens e mulheres idosos. Estes estudos revelam que a sociedade muitas vezes marginaliza a sexualidade na velhice, perpetuando a ideia de que esta fase da vida está mais associada à renúncia do que à continuidade das relações afetivas e íntimas.

O desafio é, portanto, desconstruir os estereótipos associados ao envelhecimento e à sexualidade, reconhecendo os idosos como indivíduos capazes de vivenciar essa dimensão da vida de forma plena e significativa. É imperativo superar a dicotomia entre uma visão negativa dos idosos na esfera da sexualidade e a realidade multifacetada que cada pessoa enfrenta nessa fase da vida.

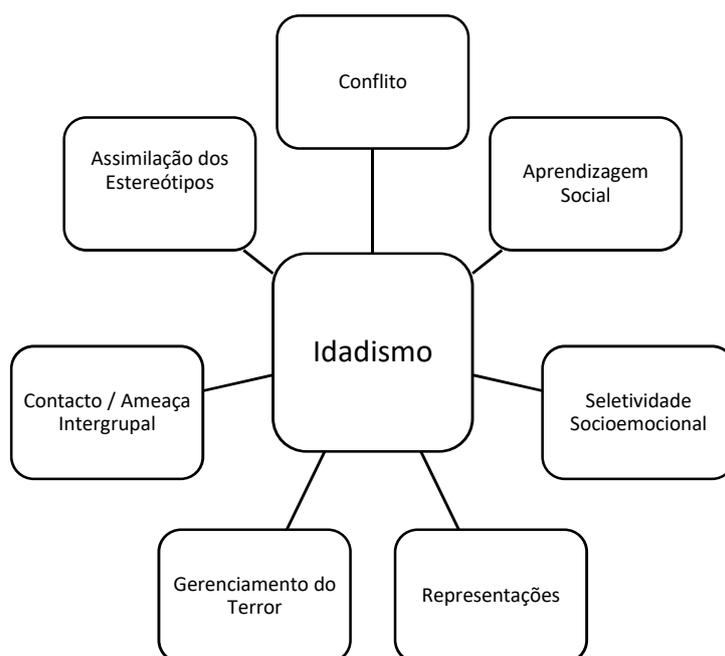
A sociologia desempenha um papel crucial na compreensão dessas questões. Além de explorar as relações íntimas na velhice, é essencial ampliar a análise para além das temáticas consideradas "banais", como o casamento e a família, abrangendo a "*sexualidade plástica*" (Bauman, 2003). Esta abordagem destaca a importância de separar a esfera familiar e a relação estável em prol da identidade individual, reconhecendo as trajetórias de vida únicas de cada indivíduo.

Em última análise, enfrentar o desafio do idadismo na sexualidade requer uma mudança de paradigma na sociedade. A aceitação, compreensão e promoção de relações íntimas saudáveis na velhice são fundamentais para garantir que os idosos sejam vistos não apenas como portadores de estereótipos, mas como indivíduos valiosos, com o direito à vivência plena e livre da sua sexualidade.

1.3 A construção sociológica do idadismo

Considerando a temática do envelhecimento e do idadismo, importa destacar as seguintes teorias; Teoria do Conflito; da Aprendizagem Social; da Seletividade Socioemocional; das Representações; Gerenciamento do Terror; Ameaça Intergrupala; Contacto Intergrupala e Assimilação dos Estereótipos.

Figura 1 – Teorias subjacentes ao idadismo



Fonte: Adaptado de Bergman e Bodner (2015), Carstensen *et al.* (1995), Costa (2006), Drury *et al.* (2017), Fawsitt e Setti (2017), Fuertes & Sánchez (1997, citados por Carreira, 2014), Levy (2009), Stephan e Stephan (2017).

As teorias antes mencionadas pertencem principalmente ao campo da psicologia social, com particular interesse em questões relacionadas à sexualidade, aprendizagem social, interação social, representações sociais, gerenciamento do terror, contato intergrupala, ameaça intergrupala e assimilação dos estereótipos. No entanto, estas teorias também têm implicações sociológicas, pois abordam fenômenos que ocorrem na interseção entre o indivíduo e a sociedade.

De acordo com a Teoria do Conflito, “as leis, normas e os padrões educativos no campo da sexualidade estariam ao serviço dos padrões dominantes” (Fuertes & Sánchez, 1997, p. 94, citados por Carreira, 2014). Isto reforça a ideia do ser “socialmente aceite” pelos outros, através da delimitação de condutas, leis, normas e padrões, impostas pelos grupos ou instituições com poderes mais influentes, de modo a

corresponder aos seus interesses e expectativas (Fuertes & Sánchez, 1997, citados por Carreira, 2014).

Assim do ponto de vista sociológico a Teoria do Conflito, aborda como as leis, norma e padrões educativos relacionados à sexualidade servem aos padrões dominantes na sociedade. Isso tem implicações tanto a nível individual quanto social, destacando a influência do poder e das estruturas sociais.

A Teoria da Aprendizagem Social preconiza que a conduta sexual é um comportamento social assimilado com recurso ao paradigma de aprendizagem e da observação da intimidade/sexualidade dos outros (Fuertes & Sánchez, 1997, citados por Carreira, 2014). Esta teoria social enfatiza que a conduta sexual é aprendida através da observação e aprendizagem com base nas interações sociais. Isso destaca a importância da modelagem de comportamentos e da influência do ambiente social na formação da conduta sexual.

Por seu lado, a Teoria da Seletividade Socioemocional defende que os contactos sociais diminuem ao longo do tempo, apesar de existir maior qualidade, emoções e significado nestas interações, levando a que os indivíduos sejam mais seletivos nas suas relações mais íntimas, perante o cenário da futura morte (Carstensen *et al.*, 1995). Esta teoria explora como os indivíduos, ao envelhecerem, se tornam mais seletivos nas suas interações sociais, procurando maior qualidade emocional e significado nas relações, uma perspectiva que pode ter implicações sociais e culturais.

Na Teoria das Representações, desenvolvida por Moscovici, depreende-se que os fenómenos sociais apenas podem ser analisados, se considerarmos determinadas situações, práticas diárias e os respetivos indivíduos e sociedade que delas fazem parte (Costa, 2006). Ou seja, os indivíduos ao interagirem e partilharem as suas ideias e crenças com os outros, tentam buscar soluções para as questões com que se deparam, como é o caso do idadismo, onde existem diversas representações sociais, consoante as ideologias e justificações individuais ou coletivas. A Teoria das Representações destaca a importância das representações sociais na análise de fenómenos sociais, considerando situações específicas, práticas diárias e as pessoas envolvidas. Ela sugere que as ideias e crenças partilhadas socialmente influenciam a forma como os fenómenos, como o idadismo, são percebidos.

É igualmente importante notar que a Teoria do Gerenciamento do Terror mostra que o idadismo é resultado do medo face à morte, o que leva os indivíduos na busca de um significado para a sua vida, através da proteção da consciencialização sobre a

mortalidade. De modo a evitar esta situação, os indivíduos devem saber aceitar, de forma natural e positiva, as alterações decorrentes do processo de envelhecimento, pois só assim poderão evitar futuros estereótipos, preconceitos e discriminações (Bergman & Bodner, 2015). Esta teoria relaciona o idadismo ao medo da morte e destaca a necessidade de aceitação positiva das mudanças associadas ao envelhecimento para evitar estereótipos, preconceitos e discriminações.

Sobre a Teoria do Contacto Intergrupar entende-se que as condições ideais (e.g. status, objetivos comuns) e o contacto entre os grupos poderão contribuir para a diminuição de estereótipos, preconceitos e discriminações, levando à diminuição da ansiedade, da ameaça intergrupar e ao aumento da empatia (Drury *et al.*, 2017). Assim, o contato entre grupos, sob condições ideais, pode reduzir estereótipos, preconceitos e discriminações, promovendo empatia.

Em contrapartida, a Teoria da Ameaça Intergrupar mostra que os indivíduos manifestam hostilidade face aos grupos exteriores, sobretudo se estes forem prejudiciais ou representarem uma ameaça real (e.g. poder, recursos, bem-estar do grupo) ou simbólica (crenças, valores). No caso do idadismo, os jovens consideram que as pessoas mais idosas são uma ameaça, criando assim preconceitos positivos ou negativos perante o seu grupo ou grupos exteriores (Stephan & Stephan, 2017). Esta teoria sugere que a hostilidade pode surgir em resposta a grupos percebidos como ameaçadores.

Por último, a Teoria da Assimilação dos Estereótipos baseia-se na ideia de que os estereótipos surgem na infância e acompanham o indivíduo até à sua morte, mesmo que inconscientemente. Assim, os estereótipos podem ser assimilados através de três vias: fisiológica, conduta e psicológica. Esta situação leva à diminuição da autoestima, stress fisiológico ou aparecimento de doenças, uma vez que a interiorização desses estereótipos vai deteriorando, tanto a saúde fisiológica como a saúde mental, afetando todo o organismo das vítimas (Fawsitt & Setti, 2017; Levy, 2009). A Teoria da Assimilação dos Estereótipos enfatiza que os estereótipos podem ser assimilados ao longo da vida, afetando a autoestima, a saúde mental, ... Isso destaca a persistência dos estereótipos ao longo do tempo e seu impacto na saúde física e mental das pessoas.

Como já referido, embora estas teorias tenham suas raízes na psicologia social, a sua aplicação e compreensão também tem implicações significativas no âmbito sociológico, considerando as dinâmicas sociais mais amplas e as estruturas que moldam o comportamento humano.

Em síntese, o envelhecimento e o idadismo são conceitos profundamente inter-relacionados. O idadismo, que se refere à discriminação e ao preconceito baseados na idade, não só afeta a forma como as pessoas mais velhas são vistas, mas está também intrinsecamente ligado à experiência do próprio envelhecimento.

Embora o envelhecimento seja um processo biológico e social que envolve mudanças físicas, emocionais e sociais, o idadismo manifesta-se em atitudes negativas em relação às pessoas mais velhas, vendo-as como frágeis ou incapazes. Esta percepção pode ser prejudicial, uma vez que contribui para a marginalização das pessoas idosas e limita as suas oportunidades de participação na sociedade. Neste sentido, o envelhecimento e o idadismo não são fenómenos independentes; o idadismo é uma construção social que influencia a forma como o envelhecimento é vivido. As percepções do envelhecimento podem afetar negativamente a qualidade de vida das pessoas idosas, limitando o seu acesso a serviços, oportunidades de trabalho e relações sociais significativas.

1.4 Um novo olhar para o envelhecimento e idadismo a partir da vida pessoal

No domínio da sociologia, a noção de “pessoal” tem sido objeto de intensa investigação. Há frequentemente uma tendência para pensar no pessoal como uma experiência única e imutável, enraizada na natureza humana ou nas características psicológicas individuais. No entanto, esta visão pode ser limitada e, por vezes, enganadora. A realidade é que aquilo que consideramos pessoal está profundamente interligado com as dinâmicas sociais, culturais e históricas que nos rodeiam.

A ideia de que “o pessoal” é uma construção social convida-nos a reexaminar as nossas percepções e a reconhecer que as nossas experiências individuais não são simplesmente o resultado de escolhas pessoais, mas são moldadas por uma rede mais vasta de influências. Desde normas culturais e valores comunitários a estruturas económicas e políticas, cada um destes elementos contribui para a forma como a individualidade é entendida e vivida em todas as esferas da existência, incluindo a sexualidade e o envelhecimento.

O que é “pessoal” pode ser visto como uma construção social, um conceito que é formado e redefinido em contextos culturais e históricos específicos. Esta perspetiva, normalmente explorada na investigação sociológica, sugere que o que entendemos por “pessoal” não é uma essência fixa ou uma característica inerente à natureza humana, à

biologia ou à psicologia individual. Em vez disso, convida-nos a considerar que o pessoal é intrinsecamente influenciado pelas circunstâncias sociais que nos rodeiam (Morgan, 2019).

Esta abordagem leva-nos a questionar os nossos pressupostos sobre a individualidade e a experiência pessoal. O que muitas vezes consideramos profundamente enraizado nas nossas vidas e experiências pode, na verdade, ser o resultado de interações e normas sociais específicas. Por exemplo, as expectativas sobre a intimidade, a identidade e as relações interpessoais são moldadas pela cultura em que vivemos, bem como pela dinâmica histórica que moldou as nossas sociedades.

Ao analisar a forma como as sociedades modernas moldam a nossa compreensão do pessoal, podem ser identificadas duas vias principais de influência. Em primeiro lugar, é importante reconhecer que as economias capitalistas assentam em conceções específicas do indivíduo e da propriedade. Esta perspetiva manifesta-se nos valores que envolvem o empresário, o consumidor ou o trabalhador individual. Embora estes conceitos tenham enfrentado desafios e críticas ao longo do tempo, a noção de “individualidade” e de “escolha pessoal” continua a ter um impacto significativo nas nossas vidas (Morgan, 2019).

A individualidade, neste contexto, é apresentada como um ideal poderoso que promove a autonomia e a responsabilidade pessoal. No entanto, esta exaltação do indivíduo pode ser enganadora, pois muitas vezes obscurece as estruturas sociais e económicas que influenciam as nossas escolhas e experiências. Numa sociedade que valoriza a autossuficiência, é fácil ignorar como as dinâmicas de poder e as condições económicas limitam frequentemente as escolhas reais disponíveis para os indivíduos (Morgan, 2019). Em suma, o termo “pessoal” no trabalho de Morgan (2019) refere-se à individualidade e às características específicas que definem um ser, enfatizando a importância de compreender os indivíduos no seu contexto único e não apenas através de generalizações.

Por outro lado, Smart (2007) aplica o conceito de “vida pessoal”, que se centra na esfera privada e emocional do indivíduo. Esta noção engloba as relações interpessoais, os interesses pessoais e as atividades que fazem parte da vida quotidiana de uma pessoa. A vida pessoal é essencial para o bem-estar emocional e mental, pois permite que os indivíduos desenvolvam a sua identidade e encontrem um sentido de objetivo fora da esfera profissional.

Tanto o conceito de “pessoal” como o de “vida pessoal” realçam a importância da individualidade. O foco de Morgan (2019) no “pessoal” implica que cada ser tem características únicas que devem ser consideradas ao interpretar o seu comportamento. Do mesmo modo, a “vida pessoal” de Smart (2007) realça a forma como as experiências individuais moldam a identidade e o bem-estar.

Compreender o ser humano numa perspectiva pessoal (Morgan, 2019) complementa a ideia de vida pessoal (Smart, 2007) ao enfatizar que, para alcançar um desenvolvimento holístico, é necessário reconhecer tanto as características individuais como as experiências vividas na esfera privada. Desta forma, é possível compreender como a identidade é formada e como as experiências humanas se manifestam em diferentes domínios, destacando a importância de reconhecer o indivíduo tanto no seu comportamento como na sua vida quotidiana.

Em essência, Smart (2007) identifica quatro características-chave da vida pessoal que influenciam a forma como o curso de vida é entendido desde a imersão no social em que ele vê a pessoa como “sempre parte do social”. Isto implica que estamos imersos em tradições, significados socioculturais e estruturas sociais (como a classe, a etnia e o género) que moldam a nossa perceção de como a vida deve ser vivida. As ligações interpessoais, isto é, fazer parte do social significa estar ligado a outras pessoas. A existência está profundamente interligada com as relações com os pais, irmãos, professores, amigos, entre outros. Onde as memórias, histórias e experiências são uma parte importante da vida. O contexto cultural e social em que a vida pessoal se desenrola num contexto cultural e social. As normas, os valores e as expectativas da nossa sociedade influenciam as nossas escolhas e experiências. A identidade na relação em que a identidade é em grande parte construída através das nossas interações com os outros. As ligações pessoais e sociais ajudam a definir quem somos e como vivemos a vida. Isto implica que a vida pessoal é flexível e não está preocupada em estabelecer limites.

A vida pessoal engloba uma grande variedade de aspetos que influenciam a nossa existência. Alguns desses aspetos incluem as relações, a importância da amizade, a forma como a vida pessoal evolui ao longo do tempo, o impacto da cultura material e a forma como os padrões de consumo afetam a relação com o corpo, o que ajuda a compreender como todos estes elementos se entrelaçam na experiência quotidiana (May e Nordqvist, 2019).

A sociologia da vida pessoal dedica-se a explorar os aspetos sociais que influenciam a vida das pessoas. Trata-se de estudar como são as vidas de indivíduos específicos e como essas experiências refletem a sociedade como um todo. O objetivo deste ramo da sociologia é compreender não só as experiências de cada pessoa, mas também identificar padrões comuns que possam surgir entre elas. Nas sociedades ocidentais atuais, a maioria das pessoas passa pela transição para a idade adulta por volta da mesma idade, embora os pormenores de como vivenciam cada fase, a ordem em que as vivenciam e as idades específicas possam variar de país para país. Neste contexto, May (2019) observa que várias questões “públicas”, como a política e a economia, afetam a vida pessoal, mas também são influenciadas pelas experiências individuais. Por outras palavras, a vida pessoal é relevante não só na esfera privada do indivíduo, mas também, num sentido mais amplo, na esfera “pública” (May, 2019).

Por este motivo, a vida pessoal dos indivíduos não deve ser vista como um domínio isolado ou privado. Isto implica que as experiências e decisões pessoais estão interligadas com questões sociais, políticas e económicas. As experiências individuais e coletivas podem moldar os movimentos sociais, as mudanças nas políticas públicas e os debates económicos. A voz das pessoas na sua vida quotidiana pode ser um motor de mudança social. O reconhecimento desta interligação permite uma visão mais holística do bem-estar humano e do impacto das políticas na vida quotidiana (May, 2019).

Isto aplica-se a todas as esferas e momentos do percurso de vida dos indivíduos. Especificamente em torno da velhice, os guiões culturais ocidentais tendem a representar esta fase da vida como um período vazio à espera da morte, levando a que os idosos sejam vistos como um grupo homogéneo definido apenas pela sua idade (Spector, 2006). Esta abordagem tende a homogeneizar as pessoas idosas, vendo-as principalmente como “velhas” e minimizando as distinções sociais que são relevantes para outras fases da vida, como o género, a etnia e a sexualidade (Spector, 2006). Esta visão pode ter um impacto negativo na “vida pessoal” dos indivíduos mais velhos, uma vez que limita a sua capacidade de serem vistos e reconhecidos como pessoas com identidades únicas e experiências diversas. A narrativa cultural que associa a velhice à perda de valor pode afetar a autoestima e a auto-perceção dos idosos. A vida pessoal é influenciada pela forma como os indivíduos se veem a si próprios em relação a estas perceções sociais. Quando a sua individualidade é reconhecida e os seus contributos são valorizados, podem experimentar um maior sentido de objetivo e satisfação (May, 2019).

2. Sexualidade e velhice

Uma vez que o idadismo cruza dimensões relacionadas com vários aspetos, corpo, estilos de vida, sexualidade, esta secção abordará questões relacionadas com os mitos e estigmas da sexualidade na terceira idade, impactos positivos da sexualidade na qualidade de vida, e barreiras culturais e sociais à expressão sexual na terceira idade. A sexualidade na velhice é um tópico relevante e muitas vezes subestimado. À medida que as pessoas envelhecem, as mudanças físicas e emocionais podem afetar a sua vida sexual. Tanto os homens como as mulheres enfrentam desafios, mas também existem oportunidades para manter uma vida sexual saudável e prazerosa.

2.1 Mitos e estigmas sobre a sexualidade na terceira idade

A sexualidade, uma dimensão vital na vida dos indivíduos, desempenha um papel crucial na formação da identidade ao longo das várias idades e fases da vida. O cerne deste trabalho reside na compreensão de como a sexualidade, na fase da velhice, pode servir como um espaço de confronto, influenciando a perceção do *self* e a dinâmica das interações sociais. O desafio passa não apenas pela análise do que os outros pensam sobre a sexualidade na velhice, mas também pela compreensão de como as expectativas internalizadas moldam as ações e interações individuais.

As interações e relações afetivas podem basear-se na intimidade ou sexualidade, que apenas serão usufruídas na sua plenitude, se as mesmas forem iniciadas a partir de relações de confiança e na aceitação do *self*, sem necessidade de autojulgamentos ou julgamentos vindos de terceiros. Quanto maior a aceitação dos idosos, maior o conforto, autoestima, vontade de manter ou iniciar uma relação com o outro e de “procurar contacto, afeto, prazer, bem-estar e que influencia sentimentos, pensamentos, ações e interações” (Palha, 2012, p. 138). Em contrapartida, a não aceitação dos idosos poderá levar à diminuição da autoestima, descontentamento, diminuição da qualidade de vida, ou resistência à ideia do seu processo de envelhecimento e da futura morte (Gomes *et al.*, 2008; Ribeiro & Cerqueira, 2014; Silva, 2013). A não aceitação do “*self*” pode surgir durante a infância, agravando-se ao longo do tempo, até que se transformem em “auto- estereótipos que condicionam toda a vivência desta fase da vida e mais especificamente, a forma como vivenciam a sua própria sexualidade.” (Nunes *et al.*, 2020, p. 190).

Esta dualidade de pensamentos (aceitação / não aceitação do “*self*” - preconceitos / liberdade de sentimentos) pode ser encontrada na diversa literatura existente sobre esta temática. Veja se o estudo realizado por Aboim (2014), que aplicou um método narrativo com o intuito de conhecer a história de vida e as percepções sobre a sexualidade de uma amostra de idosos. Os principais resultados mostram que, para homens e mulheres, a sexualidade é “mais memória do que realidade presente”, sendo que as mulheres apresentam mais vontade de desistir da sexualidade face aos homens, tanto pela indisponibilidade do parceiro como pela menopausa e a existência de doenças (histerectomias ou de foro sexual). Já nos homens, verifica-se a perda da capacidade sexual, levando a necessidade de medicação (Viagra) ou outros estimulantes sexuais.

No estudo de Sousa (2013), foi aplicada uma entrevista semiestruturada com o intuito de compreender de que forma a sexualidade e intimidade são vivenciadas pelas mulheres idosas. Os principais resultados mostraram que, para estas idosas, a intimidade está diretamente relacionada com a sexualidade, sendo influenciadas pela cultura, história e experiência de vida, religião (católica) e casamento. Também se verificou a existência de uma dicotomia entre a vivência e percepção sobre a sexualidade e intimidade durante a juventude e durante a velhice. De modo geral, para estas mulheres, as relações íntimas deveriam basear-se no amor, carinho, confiança, compreensão, respeito, lealdade e proximidade para com o outro. Em contrapartida, o estudo realizado por Gois *et al.* (2017) que foi baseado na perspectiva masculina, recorrendo a uma entrevista semiestruturada, com o intuito de conhecer a percepção dos homens idosos sobre a sexualidade. As principais conclusões mostram que os idosos têm pouco conhecimento sobre a sexualidade, levando a atribuição de pouca importância à atividade sexual e ao destaque da intimidade, sobretudo a sentimentos como o carinho e companheirismo. Para além disso, a sexualidade é influenciada pelas alterações biológicas, fisiológicas, patologias e preconceito familiar.

Também o estudo realizado por Domingues (2020) incidiu sobre a perspectiva masculina, onde através da aplicação de uma entrevista semiestruturada, se pretendia compreender de que forma a sexualidade e intimidade são vivenciadas pelos homens idosos. As principais conclusões mostraram que a sexualidade e a intimidade se complementam, apesar da existência de aspetos diferenciadores, considerando que a sexualidade é uma “interação próxima entre o casal”, diferindo ao longo da vida, enquanto a intimidade é mais benéfica na fase da velhice. Isto significa que, na juventude, os entrevistados procuravam o prazer imediato e individual, sendo que na

velhice procuram a partilha de prazer com o(a) seu(sua) parceiro(a). Também se verificou que a educação, cultura e saúde, influenciam a sexualidade e a intimidade, sobretudo na velhice.

Outros estudos analisaram a percepção, em torno do gênero, como é o caso do estudo realizado por Valente (2008), onde se aferiu que os homens abordam a sexualidade de forma mais direta e detalhada, mantendo uma atividade sexual mais ativa, face às mulheres que apresentam um discurso e atividade sexual mais ponderada e discreta. De modo geral, homens e mulheres mantêm atividades sexuais até aos 70-79 anos, sendo esta influenciada pela idade, gênero, estado civil, experiências e doenças.

No estudo realizado por DeLamater (2012), também se verifica a manutenção da atividade sexual dos idosos até aos 80 anos, devido à boa saúde física e mental, atitudes positivas perante a sexualidade e a existência de um(a) parceiro(a) saudável. O bem-estar físico e psicológico reflete-se na diminuição dos problemas de saúde, a nível físico e mental, subjacentes ao envelhecimento.

O estudo de Feliciano (2013) mostra que a sexualidade engloba muito mais do que apenas a atividade sexual, nomeadamente as relações de amizade, intimidade e cumplicidade entre os parceiros. Para as mulheres, o mais importante é a dimensão afetiva e emocional, enquanto para os homens é o desejo sexual e a satisfação pessoal. Ambos os gêneros, sentem tristeza e solidão devido à ausência do(a) parceiro(a), referindo que o amor é transversal a todas as idades, não sentindo preconceitos a este respeito.

No estudo realizado por Feliciano e Galinha (2017) também se afere que a sexualidade engloba muito mais do que apenas a atividade sexual, evidenciando a relação afetiva, assim como que o amor é transversal a todas as idades. De modo geral, os idosos importam-se com a aparência física e autoestima, sendo predominante nos homens em detrimento das mulheres que preferem a relação afetiva.

O estudo realizado por Cambão *et al.* (2019) mostra que metade dos idosos tem uma vida sexual ativa, sobretudo os homens. Para os homens, o aspeto mais valorizado na satisfação sexual é a atividade sexual, enquanto para as mulheres é a saúde mental.

Por último, no estudo de Costa (2019) afere-se que quanto maior a importância dada à atividade sexual, maior a importância da relação afetiva. Por sua vez, quanto maior a idade, maior a probabilidade de ausência ou de doença do(a) parceiro(a), o que irá implicar a diminuição da importância da atividade sexual. Quanto maior a satisfação

com a atividade sexual e a respetiva frequência até aos 65 anos, maior a importância da relação afetiva e da atividade sexual.

Em síntese, pode-se aferir pelos estudos analisados que o envelhecimento não está diretamente associado com a diminuição da intimidade e da sexualidade, pois cada situação é única e depende de diversos fatores, tanto internos como externos. A este respeito, Palha (2012) exemplifica que a diminuição da relação sexual não significa que a capacidade de desejo, de compromisso e de intimidade também diminuam, podendo ocorrer o inverso, privilegiando a qualidade da relação em detrimento da quantidade de vezes em que a mesma se concretiza.

2.2 Impactos positivos da sexualidade na qualidade de vida

Os avanços na saúde ampliaram a expectativa de vida, mas agora enfrentam um desafio ainda maior: garantir que esses anos adicionais sejam vividos com qualidade e bem-estar (Govindaraju *et al.*, 2018). Neste cenário, a qualidade de vida passa a ser um objetivo para as pessoas idosas. Não é apenas o número de anos que importa, mas como esses anos são vividos. A qualidade de vida é como uma sinfonia, onde os acordes da satisfação, da saúde física e das conexões sociais se entrelaçam (Oliveira *et al.*, 2019). A qualidade de vida não é apenas um indicador abstrato; considera os fatores físicos e psicossociais que acompanham o envelhecimento, representando assim um indicador global de como os anos são vividos (Govindaraju *et al.*, 2018; Vagetti *et al.*, 2019).

A qualidade de vida é definida como a percepção que um indivíduo tem da sua posição na vida. Esta é avaliada em relação à cultura, aos sistemas de valores, aos objetivos, às expectativas e às normas (The Whoqol Group, 1998). Para além disso, a qualidade de vida também engloba experiências saudáveis relacionadas com a sexualidade. A sexualidade é um conceito complexo que engloba uma variedade de aspetos, como comportamentos, funções, motivações, relações, atitudes, intimidade, prazer, reprodução, crenças, valores, fantasias e papéis (Heath, 2019).

A sexualidade vai para além do físico e do sexual. É um mosaico de experiências que engloba aspetos qualitativos. Na velhice, continua a ser relevante e pode ser enriquecedora, afirmativa e positiva (Heath, 2019). No entanto, a investigação centra-se frequentemente na resposta fisiológica e sexual (Srinivasan *et al.*, 2019), sem considerar todo o seu alcance e impacto na satisfação, bem-estar e Qualidade de Vida das pessoas idosas (Heath, 2019).

A sexualidade nas pessoas idosas é uma questão relevante que afeta a sua qualidade de vida. Embora poucos estudos específicos tenham sido realizados sobre este tema, sabe-se que a manutenção de uma vida sexual ativa está relacionada com um melhor estado de saúde mental e física (DeLamater, 2012). No entanto, a literatura aborda frequentemente a sexualidade numa perspectiva fisiológica, centrando-se nas alterações que ocorrem com o envelhecimento. Outros fatores, como a aceitação do corpo, o sedentarismo, o estado civil e as relações sociais, também influenciam a satisfação sexual das pessoas idosas, mas também estes têm sido pouco estudados (Trudel *et al.*, 2008). Para além disso, é importante reconhecer que a experiência da sexualidade varia entre homens e mulheres à medida que envelhecem (Fernandes, 2006).

Estudos revelam que, embora a atividade sexual tenda a diminuir com a idade, um número significativo de pessoas idosas continua a praticar sexo vaginal, sexo oral ou masturbação, mesmo na oitava e nona décadas de vida (Baldwin *et al.*, 2003). Apesar dos problemas sexuais comuns nesta população (prevalência superior a 50%), a frequência da atividade sexual não diminui substancialmente mesmo em idades mais avançadas, como os 74 anos (Delamater, 2012; Baldwin *et al.*, 2003). De facto, entre os 75 e os 85 anos, 54% das pessoas sexualmente ativas referem ter relações sexuais entre duas e três vezes por mês (Baldwin *et al.*, 2003). Além disso, estudos sugerem que a atividade, o desejo e a função sexual continuam presentes em pessoas com mais de 50 anos, embora diminuam após os 60 anos, especialmente nas mulheres (Ponholzer *et al.*, 2005).

A maioria das mulheres com mais de 60 anos que têm um parceiro são sexualmente ativas. É interessante notar que os fatores psicossociais, como a qualidade da relação e a comunicação com o parceiro, parecem ter mais influência na satisfação sexual do que o próprio envelhecimento. O estudo de Rohde *et al.* (2014), que envolveu homens e mulheres com mais de 50 anos (com uma média de idades de 67 anos), mostrou que apenas uma minoria teve um impacto negativo na atividade sexual devido ao seu estado de saúde. Quando tal acontecia, os fatores associados eram a idade mais avançada, o sexo masculino, o peso e uma pontuação baixa nas dimensões física e mental do questionário SF-36. Embora existam inúmeros estudos que avaliam o impacto negativo de doenças e medicamentos na função sexual em pessoas com mais de 50 anos, ainda há pouca pesquisa sobre como a sexualidade é vivenciada na terceira

idade, o que representa uma lacuna no conhecimento científico (Cambão *et al.*, 2019; DeLamater, 2012).

2.3 Barreiras culturais e sociais para a expressão sexual na velhice

Em 2002, a Organização Mundial de Saúde refere-se ao conceito de "envelhecimento ativo" para definir o processo de otimização das oportunidades de saúde, participação e segurança das pessoas idosas, a fim de melhorar a sua qualidade de vida (OMS, 2002, p. 12). Esta é uma forma positiva de perceber o envelhecimento, transformando assim a visão negativa das sociedades que tendem a considerar as pessoas idosas como um fardo para as suas economias, como socialmente improdutivas, doentes ou deficientes, como geralmente se considera uma pessoa com mais de 65 anos (Ennuyer, 2002). Em vez disso, o convite é para valorizar a idade adulta como uma fase rica em experiências, e que isso é possível com saúde e boa qualidade de vida; onde as pessoas têm o direito à informação, à participação e a estilos de vida mais ativos (Gil, 2007).

Foucault (1994), o influente filósofo e teórico social francês, convida-nos a explorar a sexualidade a partir de uma perspectiva discursiva e poderosa. Sugere que a sexualidade não é simplesmente um conjunto de atos físicos ou emocionais, mas antes um campo de conhecimento e controlo. Naquilo a que Foucault chamou "um grande arquivo de prazeres do sexo" (Foucault, 1999, p. 62), este é o lugar onde, na sua opinião, a ciência e a sexualidade convergem. Aqui, a confissão torna-se um ato de revelação, uma forma de libertar a verdade oculta sobre os desejos e experiências sexuais. No entanto, este arquivo não é apenas um espaço de libertação. Está também sujeito a uma regulamentação meticulosa. À medida que o conhecimento e a análise são institucionalmente encorajados, são também estabelecidas normas rigorosas para definir a inteligibilidade do sexo. Estas normas, codificadas e refinadas, limitam a compreensão e a experiência da sexualidade.

A forma concreta como os indivíduos se constroem como seres sexuais está sujeita às provas impostas pela sociedade, que vão desde a crescente feminização, à educação, ao maior papel das mulheres no mercado de trabalho, à diminuição da fertilidade, aos valores mais igualitários nas relações, etc. Estas provas sociais transformam-se em crises para os indivíduos, que tentam articular as diferentes esferas da sua vida, ou seja, pessoal, afetiva e profissional. Estes momentos críticos na vida dos

indivíduos podem apresentar-se como perigos para uma vida sexual saudável; embora existam diferentes formas de lidar com eles, que a longo prazo darão origem à construção de um sujeito sexual contemporâneo e reflexivo (Policarpo, 2011).

As lógicas de ação de cada um dos indivíduos são descritas a três níveis; as dimensões da vida pessoal, onde tudo tem um lugar (profissão, família, afetos, sexo); a adesão à lógica de ação, representada pelo compromisso individual com cada uma das dimensões e os modos de ação, que resultam da combinação dos diferentes graus de adesão às lógicas de ação.

Com base na posição do indivíduo em cada um destes eixos, são identificados seis ideais padrão de experiência sexual (Policarpo, 2011); abordagem convencional caracteriza-se por uma integração tradicional, estratégias limitadas e uma identidade padrão. Neste contexto, há pouca reflexividade e corresponde ao domínio mais restrito ou tradicional da experiência, incluindo um menor grau de individualização em geral e na sexualidade em particular. A abordagem singular alternativa caracteriza-se por uma identidade singular e por estratégias limitadas. O sujeito situa-se fora da norma da vida privada, que geralmente envolve um casal heterossexual monogâmico com ou sem filhos. Embora a sua posição no eixo das estratégias seja secundária, pode assumir formas limitadas ou ocasionais, consoante o caso. A abordagem marginal diversificada caracteriza-se pela tensão entre as lógicas de integração e de estratégia. A orientação individual prevalece, independentemente do facto de os indivíduos viverem ou não em conjugalidade. A sexualidade, nesta abordagem, centra-se principalmente na satisfação dos desejos individuais. A abordagem alternativa-diversa, numa perspetiva social e sexual, caracteriza-se por estratégias diversificadas. O indivíduo encontra novas formas de se posicionar em papéis antigos ou constrói novos papéis, o que revela uma forma alternativa de integração em várias esferas, como a família, o trabalho, a afetividade e a sexualidade. A abordagem ambivalente caracteriza-se por um nível médio de individualização e um nível médio nos três eixos da ação individual. Os indivíduos experimentam uma integração marginal em diferentes tipos de corpos e papéis, utilizam estratégias ocasionais e a sua identidade é problematizada. Embora tendam para uma experiência sexual mais diversificada, estão em conflito com as normas e valores tradicionais que ainda tomam como referência. A abordagem plural caracteriza-se por permitir que o indivíduo encontre na experiência sexual uma singularidade a partir da qual se define. Aqui, o sujeito gere de forma complexa valores e práticas mais diversos e heterodoxos. Esta abordagem ilustra a forma como o indivíduo é confrontado com a

necessidade de construir uma identidade original a partir de elementos plurais e contraditórios. A sexualidade desempenha um papel crucial neste processo de auto-descoberta e autenticidade.

Foucault (1994) alerta para o facto de os dispositivos de poder não operarem apenas a partir do exterior, como a censura ou a repressão. Ao contrário, eles infiltram-se na subjetividade e na própria sexualidade. São omnipresentes, saturando as relações e moldando a compreensão do mundo. Assim, a sexualidade torna-se um domínio do conhecimento, onde o poder e a verdade se entrelaçam numa dança complexa. Foucault convida-nos a olhar para além dos atos sexuais individuais e apela à reflexão crítica e à exploração constante da própria verdade neste vasto arquivo de prazeres e conhecimentos (Morgado Neves, 2019).

Diversos estudos mostram a existência de alguma diminuição do desejo e da frequência sexual nos idosos, apesar de os mesmos se encontrarem presentes no seu quotidiano (DeLamater, 2012; Feliciano & Galinha, 2017). Outras limitações que dificultam ou impedem a vivência plena da sexualidade passam pela solidão, incapacidade do(a) companheiro(a), desinteresse do(a) companheiro(a), censura direta ou indireta dos familiares, amigos, ou falta de espaço e intimidade para a atividade sexual (Jacob, 2011).

Assim, na criação ou manutenção de relações pessoais, o conceito de “idadismo” torna-se particularmente relevante quando aplicado à sexualidade nesta fase da vida. Esta abordagem visa explorar como a sexualidade se torna um espaço de confronto não apenas com os outros, mas também com as próprias percepções e expectativas internalizadas. Este tipo de comportamento não pode ser generalizado, pois uma parte da sociedade julga que a relação entre idosos é “socialmente aceite”, enquanto para a outra parte esta relação é considerada como alvo de repulsa e indignação (Gomes *et al.*, 2008; Silva, 2013).

Perante o exposto, a nível sociológico, é importante o aumento de atenção e interesse sobre a sexualidade na velhice, na medida em que se pretende compreender a existência ou não de preconceitos sobre o processo da intimidade e sexualidade nesta fase da vida. Também é necessária uma análise mais aprofundada que consiga abranger muito mais do que as temáticas consideradas “banais”, tais como as “relações pré-nupciais, na escolha de cônjuges, no funcionamento das famílias, no divórcio, na análise das famílias recomposées (...) parentesco, do casamento, da família e à proibição do incesto” (Valente, 2008, p. 3). Isto mostra que “sendo a agenda da investigação

sociológica um processo em aberto, sujeito a múltiplas determinações internas e externas ao campo científico, é normal que vão surgindo regularmente novos temas de pesquisa.” (Machado, 2009, p.320). Um dos “novos temas de pesquisa” refere-se à “sexualidade plástica”, ou seja, uma sexualidade “descentralizada, liberta das necessidades de reprodução...traço da personalidade” que está subjacente ao “*self*” (Giddens, 1993, p. 10) e o seu lugar na vida pessoal (Smart, 2007; May & Nordqvist, 2019) dos indivíduos, hoje.

A expressão “sexualidade plástica”, preconizada por Giddens (1993), evidencia o “*self*” e a construção de identidade, separando a esfera familiar e uma relação estável em prol da identidade dos indivíduos, pois cada pessoa tem as suas próprias trajetórias de vida e experiências subjetivas e únicas, às quais vai dando significado e construindo socialmente, sobretudo no respetivo processo de intimidade e sexualidade. Esta construção pode assumir uma vertente positiva, onde as pessoas idosas são apreciadas e reconhecidas socialmente, servindo de exemplo para as gerações mais novas, sobretudo em zonas rurais. Por sua vez, também tem uma vertente negativa, onde as pessoas idosas são vistas como vulneráveis, pois apresentam diminuição das suas capacidades e perda da sua saúde, independência e juventude (Maia, 2021).

A sociedade desenvolveu uma perceção negativa do processo de envelhecimento, relacionando-o com o fim de uma fase da vida. A velhice é frequentemente associada ao sofrimento, à solidão, à doença e à morte (Jardim *et al.*, 2006). Além disso, o envelhecimento tende a ser visto como sinónimo de incapacidade, seja ela física ou mental, o que leva a que as pessoas idosas sejam vistas como improdutivas do ponto de vista financeiro e social. No entanto, é importante reconhecer que o processo de envelhecimento é natural e não se define aos 60 anos. Apesar disso, muitas vezes a sociedade ignora essa realidade e perpetua preconceitos contra os idosos, dificultando a implementação de políticas específicas para esse grupo. Neste âmbito, é necessário salientar que a sexualidade não se perde na idade adulta e que uma pessoa idosa não deve necessariamente resignar-se a viver sem usufruir da sua sexualidade, embora ainda existam mitos e tabus socioculturais a este respeito (Santos *et al.*, 2023).

A sexualidade é uma construção social que envolve o uso do corpo e dos órgãos genitais para buscar prazer físico e mental. No entanto, essa dimensão da vida é muitas vezes reprimida devido à crença de que a velhice é um processo de decadência. Para além disso, as pessoas idosas enfrentam pressões sociais que as levam a pôr de lado os seus próprios desejos e vontades por medo e sentimentos de culpa perante a sociedade.

Apesar dos avanços na área da saúde que contribuem para o aumento da longevidade, ainda persistem fortes preconceitos em relação a essa fase da vida (De Lima *et al.*, 2022).

Os mitos e preconceitos em torno da sexualidade na velhice têm origem na crença de que essa dimensão da vida é reservada exclusivamente aos jovens. Esse imaginário contribui para que a sexualidade dos idosos seja vista como algo incomum e imoral. Além disso, a relutância dos idosos em falar sobre o assunto é preocupante, pois reflete situações de vergonha, medo e angústia relacionadas com a experiência sexual durante o processo de envelhecimento (Santos *et al.*, 2023).

Com este trabalho pretende-se desmistificar o processo do envelhecimento nas sociedades atuais, onde as pessoas idosas são alvo de “estereótipo socialmente produzido e facilmente reconhecível...normalmente identificadas com isolamento, solidão, doença, pobreza e mesmo exclusão social.” (Fernandes, 2001, p. 39). Face a um cenário onde se assiste cada vez mais ao aumento do envelhecimento demográfico, ao aumento da esperança média de vida e a diminuição da taxa de natalidade, é essencial passar a observar estes indivíduos como seres aptos, capazes e que, para além de terem deveres também têm direitos, sendo que um desses direitos se refere à vivência da sua sexualidade de forma livre, pelo que o mesmo não deve ser negligenciado nem considerado como um desafio para todos (Nunes *et al.*, 2020).

Em conclusão, o envelhecimento, a vida pessoal e a sexualidade estão significativamente interligados, especialmente no contexto da forma como estas experiências são percebidas e vividas na velhice. O envelhecimento está frequentemente associado a uma série de mudanças físicas, emocionais e sociais que podem influenciar a vida pessoal dos indivíduos. Na velhice, as pessoas podem enfrentar desafios como a reforma, a perda de entes queridos e alterações na sua saúde, que podem afetar a sua autoestima e bem-estar emocional. No entanto, esta fase também oferece oportunidades para redescobrir interesses e reforçar relações significativas, que contribuem para uma vida pessoal rica e gratificante.

Importa sublinhar que a sexualidade é parte integrante da vida pessoal em todas as fases, incluindo a velhice. Apesar dos mitos que sugerem que o desejo sexual diminui ou desaparece com a idade, muitas pessoas idosas mantêm a sua capacidade de sentir desejo e prazer sexual. A sexualidade não só contribui para o bem-estar físico, como também é vital para a saúde emocional e psicológica. Uma vida sexual ativa pode

melhorar a autoestima, reduzir o risco de depressão e promover ligações interpessoais mais profundas.

No entanto, a sociedade tende a ver as pessoas idosas como um grupo homogêneo que perde a sua individualidade, o que pode levar a uma falta de reconhecimento das suas necessidades sexuais e emocionais. Esta percepção pode afetar negativamente a sua vida pessoal, limitando as oportunidades de desfrutar de relações íntimas e de cuidados, porque a intimidade física e emocional continua a ser importante na velhice. As relações íntimas podem proporcionar apoio emocional e um sentimento de pertença, que é fundamental para uma vida pessoal plena. A sexualidade pode ser uma forma de expressar esta intimidade, promovendo uma ligação mais profunda entre os parceiros. À medida que as pessoas envelhecem, podem redefinir o significado de intimidade e prazer, o que pode incluir formas não sexuais de ligação, como carícias ou mimos, que são igualmente valiosas para o bem-estar emocional.

Parte II
Enquadramento Empírico

Esta secção inicia com a explicitação da problemática que sustenta o desenho do estudo. Igualmente, é detalhado o trabalho de pesquisa que foi feito, designadamente, quanto ao tipo de estudo, seleção de casos, recolha, tratamento e análise de dados e interpretação de resultados. O cerne da secção compreende a análise de dados recolhidos durante o trabalho e campo e respetiva discussão crítica em face da literatura antes revista.

3. Desenho da investigação

3.1 Da problematização ao modelo de análise: conceptualização e operacionalização

De acordo com a literatura, é importante desmistificar conceitos relacionados ao envelhecimento, como o de que os idosos são fracos, doentes e não têm vida sexual (Thornton, 2022). Estudos como o de Costa (2019) afirmam que, em idades superiores a 65 anos, a maior frequência de atividades sexuais confere maior importância às relações afetivas. Neste sentido, a sexualidade é um fator relevante que tem um impacto positivo na qualidade de vida das pessoas idosas.

Neste sentido, dado que a teoria indica que a sexualidade é importante para todas as pessoas, independentemente da idade, que entre adultos mais velhos parece estar envolta em preconceitos que levam a uma certa invisibilidade da vida sexual nesta idade, é importante perguntar qual é na perspetiva das pessoas mais velhas, o lugar do envelhecimento e das trajetórias de vida na construção da sua experiência atual da sexualidade. Com base nesta questão, este trabalho propôs-se desenvolver um estudo com o objetivo de analisar e compreender, na perspetiva das pessoas idosas, o lugar do idadismo e das trajetórias de vida na construção da sua experiência atual da sexualidade no contexto mais amplo das sociedades envelhecidas.

Para definir o âmbito dos objetivos, foram colocadas diversas questões que contextualizam o problema de investigação, com o objetivo de compreender os fatores associados ao imaginário da sexualidade na velhice. Entre as dimensões que integram as questões de investigação encontram-se a vivência atual da sexualidade, bem como as atitudes e comportamentos em relação à sexualidade na velhice, o "cumprimento" ou incumprimento das normas culturais e sociais, os desafios derivados da expressão da sexualidade, a perceção de determinadas entidades (família, instituições sociais, instituições de saúde e meios de comunicação social), o reconhecimento ou não

reconhecimento da sexualidade na velhice e as respectivas estratégias adotadas pelos principais atores (pessoas idosas) para fazer face a este conjunto de vantagens ou limitações.

A síntese da problematização, concetualização e operacionalização pode ser vista na perspectiva dos objetivos, problema/conceito (perfil das pessoas idosas, identidade, trajetórias de vida (experiência), intimidade, pessoas idosas e sexualidade), dimensão (sócio-demográfica, sócio-familiar, sócio-cultural, familiar, ligação afetiva e proximidade pessoal entre os indivíduos, comunicação e confiança, vida sexual na velhice, relações afetivas e sociais, abertura para discutir questões relacionadas com a sexualidade na velhice e procura de informação sobre saúde sexual), indicadores e questões incluídas no guião de entrevista. As questões que deram origem a estes indicadores são as seguintes; Qual é a perceção das pessoas idosas em relação ao "idadismo" e como isso influencia a sua experiência atual da sexualidade? Como as trajetórias de vida das pessoas idosas moldam as suas atitudes e comportamentos em relação à sexualidade na velhice? De que forma as normas culturais e sociais sobre envelhecimento e sexualidade afetam a vivência da sexualidade pelas pessoas idosas? Quais são os principais desafios enfrentados pelas pessoas idosas na expressão da sua sexualidade em sociedades envelhecidas? Como as instituições sociais, como a família, as instituições de cuidados de saúde e os meios de comunicação, influenciam a perceção e vivência da sexualidade das pessoas idosas? Em que medida a falta de reconhecimento da sexualidade na velhice contribui para o isolamento social e a diminuição da qualidade de vida das pessoas idosas? Quais são as estratégias adotadas pelas pessoas idosas para lidar com a discriminação relacionada com a idade e expressar a sua sexualidade de forma positiva?

No final, espera-se que esta investigação permita analisar e compreender, na perspectiva das pessoas idosas, o lugar do idadismo e das trajetórias de vida na construção da sua experiência atual da sexualidade no contexto mais amplo de sociedades envelhecidas.

A fim de atingir este objetivo geral, foram definidos os seguintes objetivos específicos: refletir, através da voz das pessoas idosas, sobre a importância da sexualidade na vida pessoal quotidiana destes indivíduos; descrever e analisar a construção da experiência atual da sexualidade das pessoas idosas por associação às trajetórias de vida e identificar eventuais preconceitos e compreender o seu lugar na

construção da experiência individual e social da sexualidade por parte das pessoas idosas.

3.2 Tipo de estudo

A fim de alcançar estes objetivos foi desenhado um estudo transversal baseado nas trajetórias de vida de pessoas idosas, com enfoque no seu processo de sexualidade. Para o efeito, optou-se por uma abordagem qualitativa e compreensiva, com base numa técnica de entrevista semi-estruturada. Para além disso, trata-se de uma investigação de estudo de caso múltiplo, com uma abordagem de homogeneização, considerando diversas variáveis (grupo etário ≥ 65 anos) e condição de autonomia das pessoas idosas (não institucionalizadas). A perspetiva metodológica é de natureza criativa (Kara, 2015), conjugando a análise de documentos da imprensa escrita e realizadas entrevistas em profundidade. Com a aplicação destas técnicas, foi possível interpretar os dados, situando-os num contexto histórico e social específico, em termos das situações, significados e experiências dos participantes (Creswell, 2014). Inicialmente, foi considerada a possibilidade de utilizar questionários como instrumento de recolha de dados para complementar as entrevistas. No entanto, esta ideia foi descartada por não acrescentar informação relevante que não pudesse ser transmitida através das entrevistas em maior profundidade.

O modelo de análise subjacente à recolha e análise de dados era constituído por três componentes que se complementam entre si: 1) rutura; 2) construção; e 3) verificação (Quivy & Campenhout, 2017). Para estes autores, a rutura refere-se ao primeiro passo do procedimento científico, onde é colocada a pergunta de partida e os objetivos de investigação, que serão respondidos a partir da pesquisa e análise documental (estado da arte) e dos resultados obtidos através das entrevistas exploratórias.

De seguida, foi aprofundada a problemática de investigação e construído o modelo de análise, onde foram delimitados as dimensões e os respetivos indicadores. Após a construção do modelo foi essencial desenvolver o instrumento de recolha de dados, de modo a proceder à recolha das informações e a posterior análise e comparação/confrontação dos resultados observados. Por último, foram apuradas as conclusões do trabalho de investigação, que contribuíram para a apresentação de novos conhecimentos e contributos teórico-práticos.

No caso deste trabalho de investigação, este incide sobre quatro problemáticas, que permitiram definir os principais conceitos da investigação: perfil sociodemográfico, perceção individual, curso de vida. Por sua vez, na conceptualização/operacionalização foram consideradas as seguintes dimensões: perfil sociodemográfico individual e familiar e curso de vida (familiar, educacional e profissional).

Destas dimensões surgiram indicadores, que contribuem para a recolha de informação sobre uma determinada amostra, como é o caso da caracterização sociodemográfica (e.g. género, identidade de género, idade, escolaridade, profissão, agregado familiar atual, situação conjugal, situação parental, etc.), contextualização da sexualidade (e.g. memórias, descrição de sentimentos, particularidades distintivas, etc.), contextualização da sexualidade (e.g. descrição dos sentimentos, perceção do corpo, avaliação das mudanças, representação de riscos/benefícios, representação da função, e curso de vida (e.g. fases de mudança familiar, alterações ao longo do tempo, fases de mudança educacional e profissional).

Após a elaboração e aplicação da entrevista semiestruturada foi o momento de analisar e tratar a informação obtida, de modo a encontrar os principais resultados e verificar se os mesmos respondiam às questões de investigação e aos objetivos previamente definidos. O guião adaptado da entrevista encontra-se no Apêndice 1.

A recolha de dados, foi feita através da elaboração de um guião de entrevistas (Apêndice 2), que é constituído por perguntas abertas e perguntas fechadas, de modo a garantir uma maior liberdade ao entrevistado, para que este possa manifestar a sua perceção e experiência (Minayo, 2010). As entrevistas foram aplicadas de forma individual e presencial.

As entrevistas foram registadas em gravação áudio, com a devida autorização do(a) entrevistado(a), e submetidas à transcrição *verbatim* integral, recorrendo ao software livre *Express Scribe Transcription* da NCH e seguido as convenções científicas para o efeito (Costa, 2014).

3.2.1 Vantagens e limitações da investigação qualitativa

A investigação qualitativa baseada em entrevistas com pessoas idosas oferece uma perspetiva valiosa para compreender a experiência da sexualidade do seu ponto de vista. Este tipo de investigação fornece dados aprofundados e enriquecedores sobre este tópico específico. Através de entrevistas em profundidade, é possível recolher dados

contextuais e significativos (Minayo, M., 2010). Esta abordagem enfatiza a importância do contexto, permitindo ao investigador compreender os fatores sociais, culturais e ambientais que influenciam o comportamento e as percepções das pessoas idosas sobre a sua sexualidade

O método adotado é adaptável, uma vez que o investigador pode ajustar a abordagem e as questões de acordo com as percepções geradas pelo estudo. Este tipo de investigação permite a descoberta de resultados inesperados ou novos, ao dar prioridade às vozes e perspectivas das pessoas mais velhas, permitindo uma visão das suas experiências vividas, crenças e visões do mundo. Neste sentido, é captada a complexidade dos comportamentos e experiências humanas, incluindo emoções, motivações e dinâmicas interpessoais (Mayring, P., 2014)

Por outro lado, a técnica selecionada para a recolha de dados, neste caso a entrevista, devido à sua duração, é eficaz para amostras pequenas como a utilizada nesta investigação. Cada entrevista teve uma duração que variou entre os 30 e os 60 minutos, tempo o suficiente para falar calmamente com o entrevistado e para que este se sentisse confortável. Por último, a investigação qualitativa permite estabelecer a validade e a autenticidade dos resultados, privilegiando o rigor e a transparência do estudo.

Embora existam vantagens no método escolhido, algumas das limitações que podem ser consideradas são; a subjetividade do investigador, que pode influenciar os resultados, quer devido a interpretações pessoais, quer a valores pessoais; a dimensão reduzida da amostra e a especificidade do contexto podem dificultar a generalização dos resultados a populações maiores; a recolha de dados através de entrevistas pode ser trabalhosa e morosa.

Embora existam algumas limitações evidentes no método escolhido, mas as vantagens da sua aplicação são maiores, razão pela qual foi estabelecido como guia para este trabalho.

Na sociedade atual, o envelhecimento da população é uma realidade inegável. Os avanços científicos e médicos prolongaram a esperança de vida, resultando num aumento significativo do número de pessoas idosas nas sociedades desenvolvidas. Neste contexto, a sexualidade na velhice torna-se uma questão relevante e necessária a abordar. A sexualidade é uma componente fundamental do bem-estar e da qualidade de vida. Promover o envelhecimento ativo implica considerar todos os aspetos da vida, incluindo a sexualidade. Ao compreender como as pessoas idosas experimentam e

vivem a sua sexualidade, é possível conceber estratégias para melhorar o seu bem-estar geral.

Historicamente, a sexualidade na velhice tem sido um assunto tabu. No entanto, é crucial desafiar estas percepções e reconhecer que as pessoas idosas também têm necessidades afetivas e sexuais legítimas. Investigar e falar abertamente sobre este tema ajuda a esbater o estigma e a promover uma visão mais positiva e realista do envelhecimento.

Esta investigação constitui uma oportunidade para aprofundar o conhecimento sobre a sexualidade nas pessoas idosas. Ao refletir sobre as vozes deste grupo etário, é possível compreender melhor as suas experiências e necessidades. Isto, por sua vez, sensibiliza a sociedade e os profissionais para a importância de abordar esta questão de uma forma holística.

De acordo com as ideias de Michel Foucault (1994), o sexo tornou-se cada vez mais visível desde o século XVIII. Esta visibilidade não é acidental; está enraizada no discurso e na fala através de um mandato de (auto)revelação, uma espécie de confissão. Este processo esteve no centro das sociedades ocidentais durante séculos, mesmo em contextos religiosos onde a confissão era um ritual. Ora, de acordo com esta linha de pensamento, a tarefa de suscitar narrativas sobre experiências sexuais individuais torna-se mais fácil porque este mandato de confissão está profundamente enraizado na humanidade. Por outro lado, é importante considerar que, enquanto cientistas sociais, os académicos estão do lado daqueles que detêm o poder do discurso sobre o sexo.

Foucault, nas suas reflexões (1994, 1984, 1982), convida-nos a considerar a curiosidade como uma ferramenta essencial para o conhecimento. Não é a curiosidade superficial que procura acumular dados, mas aquela que nos permite libertarmo-nos das nossas próprias limitações. O trabalho intelectual, segundo Foucault, está intimamente ligado ao esteticismo. Não se refere à beleza superficial, mas à transformação do eu através do conhecimento. Quando descobrimos a verdade, não só deciframos o mundo, mas também nos transformamos. É como se ele tivesse o poder de nos redimir, de nos salvar da ignorância e das trevas. Esta metamorfose pessoal, impulsionada pelo próprio conhecimento, assemelha-se a uma experiência estética de conhecimento: uma dança entre a mente e a verdade.

Assim, ao ouvir diretamente as pessoas idosas, é possível refletir sobre a relevância da sexualidade no seu quotidiano, analisar de que forma as experiências passadas, as relações e os acontecimentos de vida influenciam a vivência atual da

sexualidade, bem como identificar e compreender preconceitos relacionados com a sexualidade na velhice. Em suma, esta dissertação de mestrado tem como objetivo lançar luz sobre uma temática essencial para o bem-estar das pessoas idosas e contribuir para uma visão mais inclusiva e enriquecedora do envelhecimento.

3.2.2 Especificações sobre o desenho do estudo misto

No âmbito da planificação e do enquadramento teórico, a primeira tarefa consistiu em definir o título e os objetivos da investigação. É de salientar que, à medida que as tarefas foram evoluindo, foi necessário reformulá-las para melhor compreender o tema, bem como analisar e "olhar para dentro" da identidade e experiência individual de cada pessoa idosa no contexto mais alargado das sociedades envelhecidas.

Após a definição do título e dos objetivos, procedeu-se à análise documental do jornal 'Público', que serviu de suporte à contextualização e confronto das representações sociais veiculadas na esfera mediática com as narrativas pessoais obtidas nas entrevistas, proporcionando uma visão abrangente e enriquecedora da temática da sexualidade na velhice. Posteriormente, deu-se continuidade à execução do cronograma inicialmente previsto, designadamente com a aplicação do guião final das entrevistas, a gravação áudio e a respetiva análise e tratamento dos dados obtidos. Esta análise dividiu-se numa análise de conteúdo resultante das entrevistas semiestruturadas e numa análise das edições do jornal "Público" desde o ano civil mais recente do estudo até maio de 2024 (2023/2024).

Para a análise de imprensa, a técnica de análise de dados utilizada foi a análise de conteúdo qualitativa de tipo categorial, procedimento fechado. Esta análise consiste num "(...) conjunto de técnicas de análise das comunicações" (Bardin, 1977, p. 31), sendo que a sua inferência é feita "sobre a presença do índice (tema, palavra, carácter, etc.) e não sobre a frequência da sua ocorrência em cada comunicação individual" (Bardin, 1977, pp. 115-116). Quanto ao procedimento fechado, é utilizado quando as categorias de análise são definidas *a priori*, ou seja, baseiam-se num quadro constituído por outros estudos ou pesquisas pré-existentes (Mayring, 2014).

Em qualquer processo de investigação, o objetivo do investigador é "caminhar para um melhor conhecimento e deve ser aceite como tal, com todas as hesitações, desvios e incertezas que isso implica" (Quivy & Campenhoudt, 1998, p. 29). Isto significa que, durante o processo de investigação, existiu a liberdade e a possibilidade

de adaptar o percurso, de forma a ir ao encontro das expectativas e necessidades do investigador, tendo em conta todas as limitações e vantagens daí decorrentes, com o objetivo de obter o resultado pretendido (dissertação de mestrado).

Desde a planificação do projeto de dissertação até ao final da dissertação, houve a preocupação de não deturpar deliberadamente interesses ou convicções, bem como de explicitar na análise os pressupostos existentes, com base na objetividade na análise da realidade social, conforme estabelece o princípio n.º 4 do Código Deontológico da Associação Portuguesa de Sociologia (APS, 1992).

Foi também essencial adotar uma postura imparcial na relação, de modo a que "(...) não fossem adotados propósitos estranhos à profissão de sociólogo ou, em geral, com fins fraudulentos" (APS, 1992, princípio n.º 5). Antes da aplicação dos instrumentos de recolha de dados, foram comunicados os objetivos e as questões de investigação, de modo a averiguar o interesse dos participantes em colaborar neste trabalho (princípio n.º 10). Insistiu-se sempre em não violar o carácter voluntário da prestação de informação por parte dos indivíduos ou amostra em estudo (princípio n.º 6), tendo sido solicitada autorização verbal para a gravação áudio da conversa, evitando a recolha, utilização e divulgação de informação que pudesse ser prejudicial ao entrevistado (princípio n.º 8). Foi ainda salientado que os dados obtidos seriam apenas utilizados para fins académicos, garantindo o direito à privacidade, ao anonimato e à confidencialidade dos resultados (princípio n.º 9). Como estratégia de anonimização, optou-se por atribuir pseudónimos, identificar apenas o número da entrevista, o sexo, escolaridade e a idade do inquirido. Na redação da dissertação, foram utilizados documentos, manuais e artigos científicos devidamente referenciados de acordo com as normas de citação da APA (princípio n.º 28). Em suma, a elaboração de toda a escrita e elaboração da dissertação foi orientada pelos princípios do Código Deontológico, na medida em que a atividade dos sociólogos se reflete a um "(...) nível teórico, metodológico, técnico e relacional" (APS, 1992, p.1).

3.2.3 Amostra, seleção e recrutamento de casos para a entrevista em profundidade

Para efeitos de aplicação das entrevistas, foi construída uma amostra de casos múltiplos, conforme os critérios definidos por Isabel Guerra (2006). Foram incluídos no estudo indivíduos com idades compreendidas entre 65 e 83 anos, todos não

institucionalizados, diversificados em função de trajetórias conjugais, habilitações literárias e género. Essa homogeneização, baseada na faixa etária e na condição de autonomia, permitiu aprofundar a análise das experiências relacionadas com intimidade e sexualidade.

O processo de seleção e recrutamento seguiu critérios rigorosos: inicialmente, foram contactadas 20 pessoas através da rede pessoal e profissional da investigadora, das quais se vieram a realizar 11 entrevistas. A escolha dos participantes respeitou os parâmetros estabelecidos para garantir a diversidade e a representatividade das diferentes experiências sexuais na velhice, incluindo variáveis como género, estado civil e nível de escolaridade.

As entrevistas foram conduzidas por forma a se atingir o ponto de saturação teórica, ou seja, até o momento em que novas entrevistas deixassem de fornecer informações significativas e passaram a repetir os dados já obtidos. (Quivy & Campenhoudt, 2017). Esse processo otimizou os recursos e assegurou que a amostra representasse adequadamente a diversidade de experiências de vida dos participantes, sendo os critérios de inclusão e exclusão apresentados na Tabela 1.

Tabela 1. Critérios de inclusão e exclusão da amostra

Critérios	Inclusão	Exclusão
Idade	Idade igual ou superior a 65 anos	Menos de 65 anos de idade
Sexo	Ambos os sexos	----
Condição	Não institucionalizados	Institucionalizados
Estado civil	Casais, solteiros, divorciados, viúvos, união de facto	---
País de residência	Portugal	Outros países estão excluídos.
Estado de saúde	Pleno uso das suas faculdades mentais	Exclui as pessoas incapazes de utilizar as suas faculdades mentais.

Fonte: Elaboração própria

A amostra é constituída por 11 pessoas que cumprem os critérios de inclusão descritos na Tabela 1. As características da amostra são apresentadas na Tabela 2:

Tabela 2. Descrição da amostra

Entrevista/Participante	Sexo	Nome fictício	Idade
E1	Masculino	Miguel	67
E2	Masculino	Luís	72
E3	Feminino	Fátima	66
E4	Feminino	Maria	65
E5	Masculino	Fernando	79
E6	Feminino	Angelina	74
E7	Feminino	Andreia	83
E8	Masculino	Tiago	77
E9	Feminino	Beatriz	80
E10	Feminino	Lúcia	67
E11	Masculino	Mateus	69

Fonte: Elaboração própria

Para a investigação documental¹, optou-se pela análise do jornal ‘Público’ que se revelou uma fonte adequada para a pesquisa. Para garantir o acesso completo ao conteúdo digital do jornal, foi necessário realizar uma assinatura, o que permitiu uma pesquisa aprofundada através de palavras-chave relacionadas ao tema em questão. Somente após esta etapa foi possível obter as informações necessárias para a análise. Posteriormente, iniciaram-se as entrevistas.

Quanto aos artigos de imprensa, foram analisados do jornal Público, entre 1 de janeiro de 2023 e 30 de junho de 2024 (2023/2024), digitalmente, o que permitiu uma pesquisa aprofundada através de palavras-chave relacionadas ao tema. Somente após O jornal Público é classificado como um jornal generalista dirigido a um público amplo. Esta classificação baseia-se nas características do jornal, que dá frequentemente ênfase a notícias de grande impacto, utiliza uma linguagem acessível ao grande público e aborda temas atuais para atrair a atenção dos leitores. (Marktest,2005)

As notícias foram selecionadas utilizando as palavras-chave “envelhecimento”, “idadismo”, “sexualidade”, “idosos”.

Em relação ao recrutamento intencional, esta fase foi um tanto complexa, pois foi crucial organizar os dados iniciais, como sexo e idade. Para que fosse possível

¹ Inicialmente o jornal escolhido havia sido o correio da manhã, por ser um jornal de cariz generalista e populista e foi necessário fazer vários contactos para recolher informação, nomeadamente com o serviço de apoio ao cliente do Correio da Manhã, uma vez que o objetivo era analisar todas as edições de 1 de junho de 2023 a 31 de maio de 2024 para saber como obter jornais mais antigos. A única alternativa para obter jornais mais antigos era a subscrição da versão digital. Também não foi possível obter jornais mais antigos na biblioteca municipal de Évora. Os jornais mais antigos foram recolhidos em cafés e clínicas. Após pesquisa exaustiva, este jornal não foi considerado para a análise pois a informação sobre a pesquisa em análise era inexistente ou tinha pouco conteúdo.

identificar a unidade de análise que poderia enriquecer as entrevistas, permitindo explorar a trajetória de vida dos participantes de maneira mais aprofundada.

O primeiro contacto foi feito. Esta abordagem foi intencional, uma vez que a pessoa em questão já tinha sido informada do trabalho e estava disposta a ajudar. O primeiro indivíduo a ser entrevistado foi um homem, de 86 anos, a quem foram explicados detalhadamente os objetivos e as questões a que deveria responder (Apêndice 1). O participante mostrou-se recetivo e interessado numa entrevista, que foi marcada para o dia seguinte. No entanto, no decurso da entrevista, esta não foi bem sucedida, pois as respostas foram monossilábicas, não fundamentadas e parcas. Apesar disso, tentou-se recolher mais informação para otimizar a entrevista, mas sem sucesso. A esposa do indivíduo encontrava-se em casa e não se mostrou recetiva desde o início, o que condicionou a entrevista e terminou com a desistência do indivíduo e o pedido de eliminação da gravação. Assim, esta entrevista não se realizou devido à ausência/insuficiência de informação e ao pedido de eliminação, o que me levou a continuar a procurar novos indivíduos.

Outros contactos foram feitos através de elementos da rede pessoal que forneceram os contactos de potenciais entrevistados. Depois de explicados os objectivos e as questões da investigação, as entrevistas eram agendadas, sempre por telefone ou através de mensagens, sendo aceites e agendadas, consoante a disponibilidade das partes. Antes de se deslocarem a casa dos entrevistados, estes eram contactados para saber se ainda estavam disponíveis nesse dia. No decurso deste processo, cinco pessoas desistiram da entrevista (três homens e duas mulheres) por razões diversas, desde motivos de saúde a outros. Quatro das pessoas contactadas recusaram logo à partida a realização da entrevista uma vez que não se sentiam confortáveis em abordar o tema.

3.3 Técnicas de recolha de dados e produção de dados

Foram duas as técnicas de recolha de dados em que se baseia esta dissertação: a recolha documental e a entrevista semiestruturada, realizada de forma individual e presencial.

As etapas metodológicas para a recolha de dados do jornal ‘Público’ ao longo de um período de tempo considerado, implicaram a definição do período de análise e pesquisa de artigos em função de palavras-chave que se pretendiam relacionadas com o tema de investigação em questão. De seguida, organizaram-se os artigos recolhidos de

acordo com a sua ordem cronológica, sendo que cumprido este passo, se procedeu à exploração. Foi analisada a frequência com que os artigos sobre o tema são abordados e atendeu-se ao enquadramento dos mesmos como disposto em Bardin (1977).

A técnica da entrevista semi-estruturada consiste num instrumento de recolha de dados que se desenvolve em várias etapas: validação do guião realizada por peritos externos, aplicação da entrevista-modelo para validação própria, reformulação do guião, aplicação da entrevista, transcrição, validação por parte do inquirido e análise de conteúdo da entrevista (Silvestre *et al.*, 2014).

A escolha da entrevista semiestruturada foi uma opção ajustada tendo em conta os objetivos traçados, uma vez que se pretendia conhecer em profundidade a trajetória de vida das pessoas idosas. Assim, a entrevista semiestruturada iria garantir uma maior liberdade ao inquirido, para que este pudesse manifestar a sua perceção e experiência, sem necessidade de limitação à formulação da pergunta de partida. Para isso, o guião da entrevista foi constituído por perguntas abertas e perguntas fechadas (Minayo, 2010).

Quanto à recolha propriamente dita, esta remete-se ao primeiro contacto com o primeiro inquirido, onde foram apresentados os objetivos e questões de investigação, para posteriormente proceder à marcação da data e do local da entrevista. Antecipadamente à entrevista testei o meio de gravação e estudei o guião, de modo a interiorizar o mesmo. Comecei por apresentar a entrevista, adaptando à oralidade o texto que acompanha o guião. Após a obtenção de autorização oral por parte do inquirido para a gravação áudio da entrevista, deu-se início à mesma com recurso ao telemóvel. No final, despedi-me do inquirido e agradei a sua disponibilidade e dedicação, as quais foram essenciais para o desenvolvimento do meu trabalho.

De modo geral, as entrevistas foram pautadas pela simpatia, respeito, entusiasmo pela partilha de acontecimentos pessoais dos inquiridos, tendo-se revelado produtiva e interessante. Após o registo áudio das entrevistas, estas foram submetidas à transcrição *verbatim* integral, tendo sido apoiada pelo *software* livre *Express Scribe Transcription* da NCH e seguido as convenções científicas para o efeito (Costa, 2014).

Esta fase exigiu muito esforço e dedicação, de modo a obter um retrato fiel da oralidade, incluindo alterações no tom de voz ou gestos. Relativamente aos dados, estes foram explorados através de uma análise qualitativa de conteúdo de tipo categorial, procedimento fechado. Esta análise consiste em “(...) um conjunto de técnicas de análise das comunicações.” (Bardin, 1977, p. 31).

Quanto mais complexa for a comunicação, maior o esforço por parte do entrevistador/investigador para o tratamento da mesma. Segundo o mesmo autor, a análise de conteúdo engloba três etapas: pré-análise, exploração do material, tratamento dos resultados, inferência e interpretação. Na primeira etapa, foram agrupadas as principais ideias com recurso à escolha dos documentos para análise, a partir dos quais formuladas as hipóteses, os objetivos e os indicadores que contribuem para a última interpretação. Na segunda etapa, os dados foram codificados e enumerados, enquanto que na terceira etapa se procedeu ao tratamento dos resultados, quer através de quadros quer através de figuras ou modelos. Por último, a interpretação dos resultados poderá gerar outras orientações para uma nova análise ou uso dos resultados para finalidades teóricas ou pragmáticas.

Através do software NVivo, as etapas foram adaptadas para um processo mais eficiente. O NVivo foi útil não apenas para organizar os dados, mas também para realizar análises complexas com base em categorias, subtemas e códigos. Permitiu o uso de métodos mistos, ou seja, a combinação de dados quantitativos e qualitativos, facilitando a integração de várias fontes de informação. Além disso, ao gerar visualizações, gráficos, nuvens, o NVivo auxiliou na construção de uma interpretação mais sólida e fundamentada das informações recolhidas.

Desde o planeamento inicial deste trabalho que o mesmo é pautado pela objetividade na análise da realidade social, de modo a não deturpar deliberadamente os interesses ou convicções, assim como explicitar os pressupostos existentes na análise, tal como consta no princípio n.º 4 do Código Deontológico da Associação Portuguesa de Sociologia (1992). Para além disso, procurou-se manter uma postura isenta no relacionamento, quer durante a pesquisa e análise documental quer durante a aplicação da entrevista ao inquirido, pelo que não foram adotados “(...) fins alheios à profissão de sociólogo nem, em geral, para fins fraudulentos.” (Associação Portuguesa de Sociologia, 1992, princípio n.º 5).

Antes da aplicação da entrevista, existiu o zelo de transmitir os objetivos e questões de investigação que se pretendiam alcançar a cada um dos inquiridos, de modo a perceber o seu interesse de colaboração face a este trabalho (princípio n.º 10). Atendendo ao momento do primeiro contacto com os potenciais inquiridos e no momento da aplicação da entrevista, cumpriu-se com o princípio n.º 6 do Código supracitado, que preconiza a não violação da voluntariedade do fornecimento de informação por parte dos indivíduos ou amostra alvo de estudo. Para o efeito, foi

solicitada autorização oral para o registo áudio da entrevista. Também foi considerado o princípio n.º 8, onde se evidencia que se deve evitar a recolha, utilização e divulgação de informação que prejudique o inquirido ou outros indivíduos sobre quem a informação é disponibilizada. Nesse sentido, foi reforçado que os dados obtidos serviriam apenas para uso nesta unidade curricular, assegurando o direito à privacidade, ao anonimato e à confidencialidade dos resultados, tanto na gravação áudio da entrevista e no tratamento dos dados obtidos como no posterior arquivo da mesma (princípio n.º 9). Como estratégia de anonimização, optou-se por apenas identificar o género e idade do inquirido, não colocando pseudónimos.

No momento da redação deste trabalho foram utilizadas publicações, relatórios e documentos, tendo sido devidamente referenciados consoante as normas de citação bibliográfica APA (princípio n.º 28). Em suma, a elaboração do presente trabalho norteou-se pelos princípios do Código Deontológico, na medida em que a atividade dos sociólogos reflete-se a nível “(...) teórico, metodológico, técnico e relacional.” (Associação Portuguesa de Sociologia, 1992).

3.4 Processo de organização dos dados

Para a organização e análise dos dados, foi utilizado o software NVIVO para atribuir códigos às narrativas das respostas dos inquiridos. Para obter uma visão global das perspectivas dos inquiridos, foram definidas três categorias com as respectivas unidades de análise e códigos: “Vida pessoal”; “Sexualidade e idadeismo” e “Sexualidade na velhice”.

Essas categorias permitiram uma análise estruturada dos diferentes temas abordados pelos entrevistados, respeitando as particularidades de cada um.

A primeira categoria, “Vida pessoal”, reuniu códigos relacionados com as experiências pessoais dos inquiridos, como o estado civil, relações afetivas e a vivência da intimidade ao longo da vida. A segunda, “Sexualidade e idadeismo”, centrou-se nas perceções dos participantes acerca dos preconceitos relacionados com a idade e a sua influência nas suas experiências sexuais. Finalmente, a categoria “Sexualidade na velhice” analisou as especificidades da vivência da sexualidade na terceira idade, explorando tanto os desafios quanto as oportunidades que surgem com o envelhecimento.

A aplicação do NVIVO permitiu não apenas a organização eficiente dos dados, mas também a identificação de padrões e tendências emergentes nas entrevistas. Além disso, possibilitou a visualização de correlações entre as diferentes categorias, enriquecendo a compreensão das narrativas. Esse processo de codificação foi essencial para garantir que a análise respeitasse a complexidade das respostas e a diversidade de experiências partilhadas pelos participantes.

De acordo com Bazeley e Jackson (2013), o uso do NVivo facilita a organização e análise de dados qualitativos, permitindo uma codificação mais estruturada e a criação de categorias adequadas para o estudo das narrativas dos entrevistados. Além disso, Silver e Lewins (2014) destacam a eficiência do software na identificação de padrões e tendências, o que melhora a consistência e rigor da análise de dados.

Deste modo, o uso do NVIVO não só otimizou a gestão dos dados como também assegurou a transparência e a consistência da análise, permitindo que a interpretação dos resultados fossem os mais rigorosos e contextualizados possível.

Categoria: Vida pessoal

Unidade de análise: Perfil sócio-demográfico e história de vida

Os códigos associados a esta categoria são apresentados na Tabela 3:

Tabela 3. Códigos associados à categoria Perfil sociodemográfico e história de vida

Código	Arquivo	Referência
Viver em conjunto	2	2
Vive sozinho	4	4
Viúva	2	2
Solteiro (a) não casado	2	2
Relações com os vizinhos:	5	5
- Muito poucas	1	2
- Boas relações com os vizinhos	5	5
Reformado	3	4
Nível de educação	9	9
Mudanças profissionais	2	2
Mudanças de cidades o país	3	3
Divorciado	2	3
Cordialidade	1	1
Casado casada	2	2
Atividade	5	5
Nascimento dos netos	1	1
Nascimento de filhos	6	6
Divorcio	3	3
Casamento	4	4

Fonte: elaboração própria

Categoria: Sexualidade e idadismo

Unidade de análise: Representações sexuais

Os códigos associados a esta categoria são apresentados na Tabela 4:

Tabela 4. Códigos associados à categoria Representações sexuais

Código	Arquivo	Referência
Tabu para falar de sexualidade	5	6
Sexualidade complicada	1	1
Sexualidade é muito importante	1	1
Linguagem científica	4	4
Falar sobre sexualidades com os amigos	3	3
Falar de sexualidade é mais fácil hoje em dia.	3	3
Falar de sexualidade com o cônjuge.	2	2
É uma parte da vida.	5	6
É uma necessidade	1	1

Fonte: elaboração própria

Categoria: Sexualidade na velhice

Unidade de análise: Sexualidade na velhice

Os códigos associados a esta categoria são apresentados na Tabela 5:

Tabela 5. Códigos associados à categoria Sexualidade na velhice

Código	Arquivo	Referência
Riscos na sexualidade dos idosos	8	9
Mudanças na sexualidade, melhor à medida que envelhece ou melhor quando é jovem	7	8
Falar sobre o problema e pedir ajuda	8	8
Existem diferenças na sexualidade entre jovens e idosos e entre homens e mulheres.	8	9
Benefícios da sexualidade nas pessoas idosas	10	15
Atualmente sem vida sexual.	4	4
As rotinas mudam de sexualidade na velhice	1	2
A sexualidade produz bem-estar físico e emocional	1	1
Mudanças na sexualidade	5	6

Fonte: elaboração própria

3.5 Análise de dados e interpretação de resultados

A análise dos dados foi efetuada segundo uma categorização minuciosa que permite uma compreensão global da sexualidade na velhice. Esta categorização divide-se em três componentes principais; análise das notícias relacionadas com a sexualidade na velhice. Esta primeira componente envolveu uma revisão exaustiva das notícias contidas no jornal ‘Público’ no período de tempo selecionado, de modo a identificar as narrativas, estigmas e representações sociais predominantes em torno desta questão. O objetivo foi detetar como a sexualidade na velhice tem sido tratada ao longo do tempo, observando se houve mudanças na perceção pública e na cobertura mediática. Procurou-se que a análise da linguagem e dos enquadramentos narrativos utilizados nas notícias revelasse atitudes subjacentes à sexualidade na velhice, bem como possíveis estereótipos que perpetuam a desinformação ou o tabu. Outra componente é a da análise de entrevistas com pessoas idosas. Nesta segunda componente, foi efetuada uma análise qualitativa das entrevistas com pessoas idosas. Este processo envolveu a transcrição das entrevistas e a aplicação de técnicas de codificação para identificar temas e padrões recorrentes nas respostas dos participantes. Foi dada particular atenção às narrativas individuais sobre a sexualidade, permitindo aos participantes partilhar as suas experiências, preocupações e desejos, bem como os obstáculos que enfrentam na sua vida sexual. Através desta análise, procurámos compreender as necessidades emocionais e físicas das pessoas idosas em relação à sua sexualidade, bem como as suas expectativas sobre o amor e a intimidade nesta fase da vida. Por fim a componente da relação entre as informações encontradas na imprensa e as fornecidas pelos participantes do estudo. A terceira componente da análise centrou-se na inter-relação entre os dados obtidos a partir das notícias e as perspetivas dos participantes. Esta abordagem comparativa permitiu identificar discrepâncias, sobreposições e possíveis influências entre o retrato mediático e a realidade vivida pelos idosos. Ao comparar as narrativas dos meios de comunicação social com as experiências pessoais, é possível avaliar se os artigos noticiosos refletem adequadamente a realidade da sexualidade na velhice ou se perpetuam estigmas e mal-entendidos.

Esperamos que esta análise possa abrir novas linhas de investigação e discussão sobre como melhorar a representação da sexualidade na velhice nos media, contribuindo assim para uma maior visibilidade e aceitação social.

3.6 Questões éticas: Temas e desafios

Uma das primeiras questões éticas que se colocaram na realização deste trabalho foi a de garantir o consentimento informado. Era essencial que todos os participantes compreendessem plenamente o objetivo do estudo, os seus direitos e as possíveis implicações da sua participação. Para tal, foi necessário utilizar uma linguagem clara e acessível e assegurar que os participantes sabiam que podiam desistir a qualquer momento sem qualquer prejuízo. Embora o estudo não tenha incluído pessoas idosas institucionalizadas ou pessoas com deficiências cognitivas, o consentimento informado e a capacidade de compreender plenamente o processo continuaram a ser uma prioridade.

Outro desafio foi a privacidade e a confidencialidade, uma vez que o tema da sexualidade, especialmente na velhice, é uma questão sensível e potencialmente embaraçosa. Garantir a proteção da identidade dos participantes e a confidencialidade da informação recolhida foi crucial para evitar o embaraço e preservar o anonimato. (Flick, 2009)

Uma mulher de 83 anos, que participou nesta investigação, expressou o receio de que as suas respostas pudessem ser reconhecidas por familiares ou amigos, dada a sensibilidade do tema. Para garantir sua privacidade, foi explicado que todas as entrevistas seriam codificadas, sem qualquer referência ao nome ou informações pessoais identificáveis. Além disso, que as gravações e transcrições serão armazenadas em locais protegidos e de acesso da investigadora, garantindo que sua identidade e respostas permanecerão completamente reservadas e anónimas.

Falar sobre sexualidade pode ser desconfortável, especialmente quando as entrevistas tratam de temas íntimos ou difíceis. Foi essencial criar um ambiente acolhedor em que os participantes se sentissem à vontade para falar livremente. Além disso, foi necessário estar atento às reações emocionais dos entrevistados e, se necessário, interromper a entrevista para garantir que ninguém se sentisse desconfortável ou pressionado a continuar (Kvale, 1996).

Outra questão ética importante foi a saturação teórica. Foi necessário ter cuidado com as possíveis consequências emocionais das entrevistas, uma vez que falar de memórias pessoais poderia trazer à tona sentimentos dolorosos ou questões emocionais não resolvidas.

Além disso, era essencial garantir a equidade e a inclusão na seleção da amostra. Embora o estudo tenha incluído pessoas idosas com diferentes trajetórias conjugais, habilitações literárias e gênero, o critério de exclusão de idosos institucionalizados ou com deficiências cognitivas justificou-se pela necessidade de garantir que todos os participantes pudessem refletir plenamente sobre as suas experiências. No entanto, foi necessário ser transparente sobre as razões da exclusão de determinados grupos, garantindo que o processo de recrutamento foi justo e refletiu as especificidades da população em estudo.

Por último, a gestão das expectativas constituiu também um desafio ético. Alguns participantes podem ter tido expectativas irrealistas sobre o impacto do estudo, como acreditar que as suas histórias poderiam levar a mudanças significativas nas suas vidas ou nas percepções sociais da sexualidade na velhice. Foi importante deixar claro desde o início quais eram os objetivos do estudo e o que os participantes podiam e não podiam esperar como resultado direto da sua participação.

4. Análise de imprensa sobre idadismo e sexualidade na velhice

Utilizando as palavras-chave "sexualidade", "sexo" e conjugando com a palavra "idosos", da pesquisa feita no jornal 'Público', de janeiro de 2023 a junho de 2024 resultaram os artigos da seguinte tabela:

Tabela 6. Artigos pesquisados e analisados no Jornal Público

Autor/Data	Título
Pereira, A., Miranda, T. Manso, M. e Santos, A. (6 de janeiro de 2023).	<i>Idosos LGBT+. Envelhecer pode ser uma libertação.</i>
Santos Silva, J. (15 de fevereiro de 2023).	<i>Nesta residência na Suécia, os idosos podem comprar brinquedos sexuais num “cesto do prazer”.</i>
Santos Morais, D. (13 de maio de 2024)	<i>Que famílias queremos para o século XXI?*</i>
Graça, T. (15 de maio de 2024)	<i>Homens e mulheres podem ser “só” amigos: será verdade?*</i>
Beauty, N. (5 de junho de 2024)	<i>Quando o preconceito passa pelas nossas redes sociais.</i>

*Excluídos da análise aprofundada.

Fonte: elaboração própria

A pesquisa com as palavras-chave "sexualidade" e "sexo" combinadas com "idosos" e/ou “velhice” resultou em apenas cinco artigos, o que sugere que o tema da sexualidade na velhice ainda é pouco discutido e pesquisado. Enquanto os temas de

sexualidade e sexo são amplamente abordados, ao cruzar com "velhice" ou "idosos", observa-se uma redução drástica de resultados. Isso reforça as ideias do enquadramento teórico, que aponta para o tabu social e o preconceito, que muitas vezes associam a sexualidade apenas a jovens, ignorando a relevância e as particularidades dessa dimensão na vida dos mais velhos.

As duas notícias assinaladas não foram consideradas para a análise aprofundada, pois numa há um foco principal nas mudanças legislativas em Portugal sobre casamento e adoção por casais do mesmo sexo, o que está relacionado com os direitos familiares e a inclusão social. Embora esses temas estejam ligados a questões de discriminação e igualdade, não abordam diretamente o idadismo, nem a sexualidade na velhice. (Santos Morais, 13 de maio de 2024). A outra notícia sobre a possibilidade de homens e mulheres serem "só" amigos não está também ela diretamente relacionada com o idadismo e a sexualidade na velhice. Porque enquanto o artigo aborda dinâmicas de gênero e estereótipos patriarcais sobre relações de amizade e amor entre homens e mulheres, o idadismo lida com preconceitos associados à idade, especialmente na terceira idade, e a sexualidade na velhice refere-se às experiências íntimas dos idosos, que são temáticas bastante diferentes do que é discutido no artigo (Graça, 15 de maio de 2024).

Assim, as notícias selecionadas foram de três artigos de formato digital Público, relacionados com os temas da sexualidade, do idadismo e da velhice.

A notícia sobre o programa de saúde sexual para pessoas idosas num lar de idosos na Suécia suscita uma abordagem inovadora e necessária da sexualidade na velhice. Este projeto não só aborda a necessidade de satisfazer desejos e necessidades sexuais, como também promove um espaço seguro para discutir temas que são frequentemente considerados tabu, como a intimidade e o desejo.

A concepção de que os indivíduos mais velhos são incapazes de sentir desejo sexual ou que a sua sexualidade é irrelevante tem sido historicamente prejudicial, uma vez que desumaniza as pessoas mais velhas, ignorando a sua capacidade de prazer e de ligação emocional. A iniciativa na Suécia desafia a noção de preconceito de idade, reconhecendo que a sexualidade é parte integrante da vida humana em todas as fases, incluindo a velhice.

A diretora da residência, Liselott Klang, sublinha que o objetivo é “permitir que o indivíduo continue a ser um indivíduo”, o que é fundamental para manter a dignidade e o bem-estar emocional dos residentes. A criação de um “cesto do prazer” e a formação

do pessoal sobre saúde sexual são passos significativos para normalizar estas conversas e práticas num ambiente em que os idosos se podem sentir à vontade para explorar a sua sexualidade sem serem julgados.

O programa tem mostrado resultados positivos, com os residentes a envolverem-se em discussões informais sobre as suas necessidades sexuais. Isto não só ajuda a abordar o desejo sexual, como também abre a porta a conversas sobre outras questões emocionais importantes, como o luto ou a perda de um parceiro.

A iniciativa sueca representa um avanço significativo na forma como a sexualidade é percecionada e abordada pelos idosos. Ao quebrar tabus e encorajar um diálogo aberto sobre estas questões, contribui não só para o bem-estar físico, mas também para o bem-estar emocional dos residentes. Este modelo poderia servir de exemplo a seguir noutras partes do mundo, onde os preconceitos sobre a sexualidade na velhice ainda persistem. (Santos Silva, 15 de fevereiro de 2023).

Um dos artigos aborda ainda a discriminação nas redes sociais, incluindo o preconceito de idade, que menospreza a experiência das pessoas mais velhas e promove o ideal da eterna juventude. Os comentários depreciativos sobre a aparência dos adultos mais velhos perpetuam estereótipos negativos, afetando a sua autoestima e dignidade. (Beauty, 5 de junho de 2024).

Há também uma abordagem sobre os mitos e as realidades sobre a sexualidade e o idealismo das pessoas idosas, especialmente no contexto da comunidade LGBTQ+.

Muitas pessoas idosas escondem a sua identidade sexual por medo de serem discriminadas em serviços específicos para a idade. Alguns, como os *baby boomers*, viveram no “armário” devido a pressões sociais e culturais, enquanto outros começam a assumir-se na sua velhice.

A homossexualidade deixou de ser crime em Portugal há 40 anos, o que permitiu a uma nova geração de pessoas LGBTQ+ começar a viver abertamente. Esta mudança contrasta com as experiências das gerações anteriores que enfrentaram uma forte repressão social e legal. As pessoas LGBTQ+ mais velhas enfrentam desafios únicos relacionados com a sua orientação sexual e identidade de género. Muitos viveram vidas de dupla identidade ou reprimiram o seu verdadeiro “eu”, o que levou a crises pessoais significativas. A história de Joana Lancastre ilustra a forma como as expectativas sociais e o medo da rejeição podem levar as pessoas a esconder a sua verdadeira identidade até uma fase tardia da vida. A Geração X (nascidos entre 1965 e 1980)

mostra uma maior vontade de viver abertamente, desafiando as normas tradicionais e procurando a aceitação em ambientes onde anteriormente se sentiam obrigados a esconder-se. (Pereira, Miranda, Manso e Santos, 6 de janeiro de 2023).

Em conclusão, a pesquisa de artigos sobre a sexualidade na velhice, apesar de reduzida, conduz-nos refletir em torno dessa temática, desde logo sobre a (in)visibilidade do tema. Enquanto há uma vasta produção científica sobre sexualidade em geral, o cruzamento com "idosos" revela lacunas significativas, sugerindo que a sexualidade na terceira idade ainda é um tabu. As notícias que não se enquadram diretamente nesta temática reforçam a ideia de que a sociedade se foca em questões de juventude e discriminação, ignorando as particularidades da vivência sexual dos idosos e as suas necessidades específicas.

5. Análise das entrevistas

5.1 Perfil das pessoas entrevistadas

Para melhor compreender o perfil das pessoas entrevistadas, foi-lhes perguntado sobre as suas características sócio-demográficas (tabela 3).

Quando questionados sobre com quem viviam, os participantes Fátima, Andreia, Tiago e Beatriz afirmaram que viviam sozinhos; Andreia ficou viúva aos 37 anos e Beatriz é viúva há 10 anos. Maria e Tiago afirmam que sempre foram solteiros. Por outro lado, Luís afirmou que,

“vivo em casal. Nunca fui casado, tive (pausa) várias relações, mas principalmente tive duas grandes relações com quem, a primeira e agora esta minha última companheira, estamos juntas há cerca de [####]² anos, portanto a outra relação estou há mais de 40 anos”

[Luís, 72 anos]

Lúcia referiu que,

² Impercetível pela transcritora.

“Vivo com o meu atual companheiro, com quem estou há 10 anos. Não temos filhos juntos, mas tenho uma filha do meu primeiro casamento que vive em Setúbal.”.

[Lúcia, 67 anos]

Quando questionados sobre as suas relações com os vizinhos, Miguel diz que têm

“Muito pouco, aaa... as relações normais de cordialidade. Eu não gosto muito de relacionar-me com os meus vizinhos”

[Miguel, 67 anos]

enquanto Lúcia, Mateus, Fernando, Andreia e Tiago disseram que têm boas relações com os seus vizinhos.

Quanto à situação perante o trabalho, Fátima, Angelina e Andreia disseram que são reformados. Em termos de habilitações literárias, Miguel disse ter estudado até ao 12º ano; Luís referiu ter curso “Profissional pelo IEFP”; Lúcia tem Doutoramento em pediatria, Mateus curso “técnico de informática” e, “ao longo da sua profissão, tem recebido formação...”, Maria tem “licenciatura, em cardiopneumologia”; Angelina foi “professora de artes” tem licenciatura, Andreia tem a 4ª classe, Tiago tem o curso de teatro “feito no Cendrev” e Beatriz tem o 4º ano de escolaridade.

5.2 Exploração dos resultados

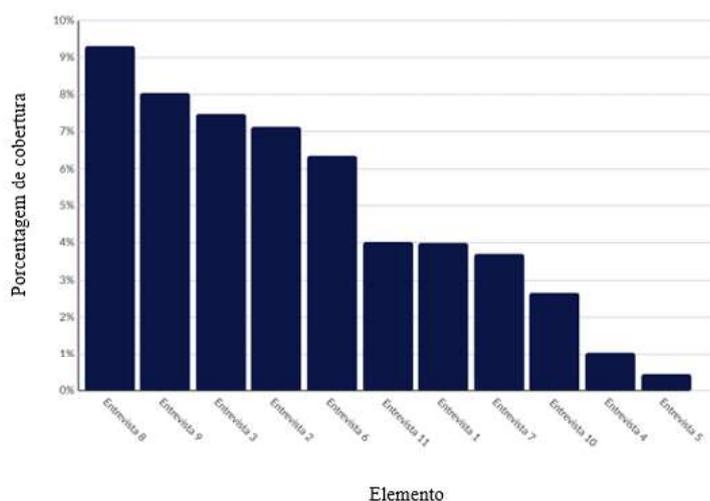
Para iniciar a análise, foi feita uma representação das 200 palavras mais comuns que emergiram das entrevistas realizadas com os participantes. Os resultados podem ser vistos na marca da nuvem apresentada na Figura 1:

5.2.1 Vida pessoal

Unidade de análise: Perfil sócio-demográfico e história de vida

O gráfico da Figura 2 mostra a representação dos códigos correspondentes a esta unidade de análise por entrevista.

Figura 2. Representação dos códigos da unidade de análise “Perfil sócio-demográfico e história de vida”



Fonte: Elaboração própria com recurso a NVivo14³.

De acordo com a informação disponibilizada, verifica-se que a entrevista 8 se destaca por ter o maior número de códigos presentes na categoria de perfil sociodemográfico e história de vida. Este facto indica que o participante desta entrevista forneceu uma quantidade significativa de informação relevante para esta categoria em particular. Depois da entrevista 8, as entrevistas que forneceram uma quantidade significativa de informação para a categoria analisada são: entrevista 9, entrevista 3, entrevista 2 e entrevista 6. Estas entrevistas também se destacam por terem uma representação considerável de códigos na categoria perfil sócio-demográfico e história de vida. Em contrapartida, as entrevistas 11 e 1 têm uma menor representatividade nesta categoria, seguidas da entrevista 10. As entrevistas 4 e 5 apresentam a menor

³ Onde está “porcentagem” deverá ler-se “percentagem”, já que a especificação do NVivo14, não tem disponível a escolha de português de Portugal.

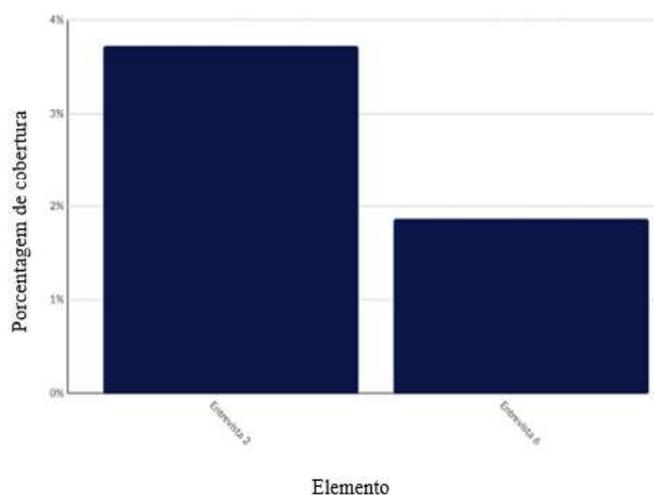
quantidade de códigos presentes, o que se interpreta que os participantes dessas entrevistas forneceram menos informações em comparação com as demais.

Esta classificação dos códigos dentro das entrevistas de acordo com a quantidade de informação fornecida, na categoria de perfil sociodemográfico e história de vida foi importante para analisar a qualidade e a profundidade da informação recolhida durante o processo de entrevista. Ao identificar as entrevistas com maior e menor representatividade, é possível avaliar se foi obtida informação suficiente para cada participante e determinar se são necessárias entrevistas adicionais ou entrevistas mais aprofundadas para obter uma imagem mais completa, identificar padrões e tendências na informação recolhida, o que facilita a avaliação da qualidade e consistência dos dados obtidos durante o processo de investigação.

As informações fornecidas, desta vez para cada um dos códigos definidos, são apresentadas de seguida:

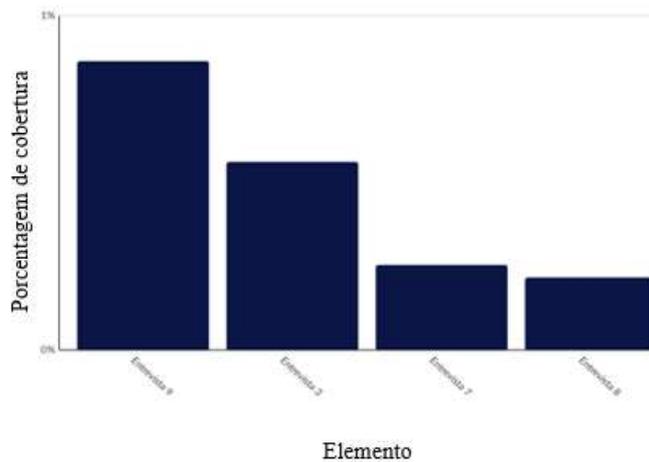
A Figura 2 representa o Código "Viver em conjunto" e o gráfico da Figura 3 mostra a representação do Código "Viver sozinho" nas entrevistas efectuadas:

Figura 3. Representação do código “Viver em conjunto”



Fonte: Elaboração própria com recurso a NVivo14.

Figura 4. Representação do código "Viver sozinho"

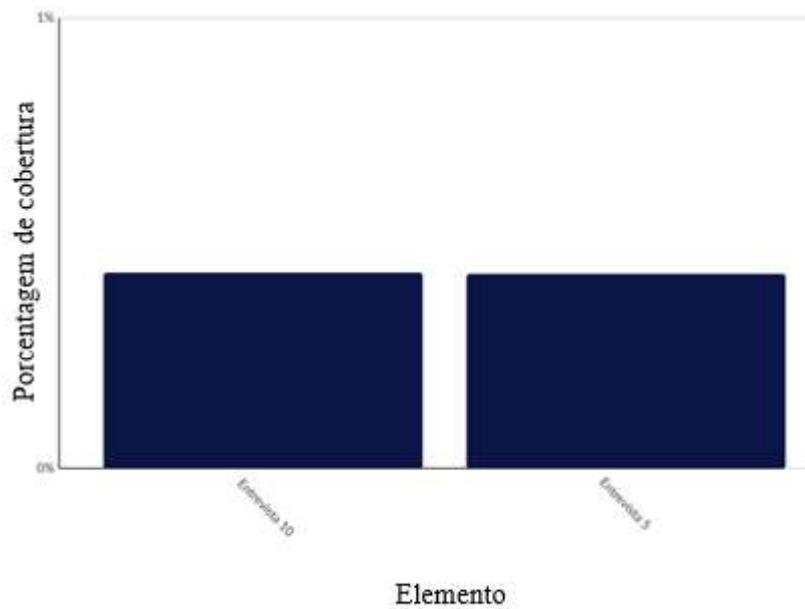


Fonte: Elaboração própria com recurso a NVivo14.

Os participantes que vivem com um parceiro dizem que vivem com um parceiro, mas não são casados. De acordo com os resultados obtidos, há mais participantes que vivem sozinhos do que aqueles que vivem juntos. A informação dada por aqueles que vivem sozinhos é por razões de divórcio, são solteiros, nunca quiseram ter filhos, ou os filhos já formaram as suas próprias famílias e vivem separados. Outras razões para viverem sozinhos são a decisão de não quererem formar outra relação depois de a anterior ter terminado.

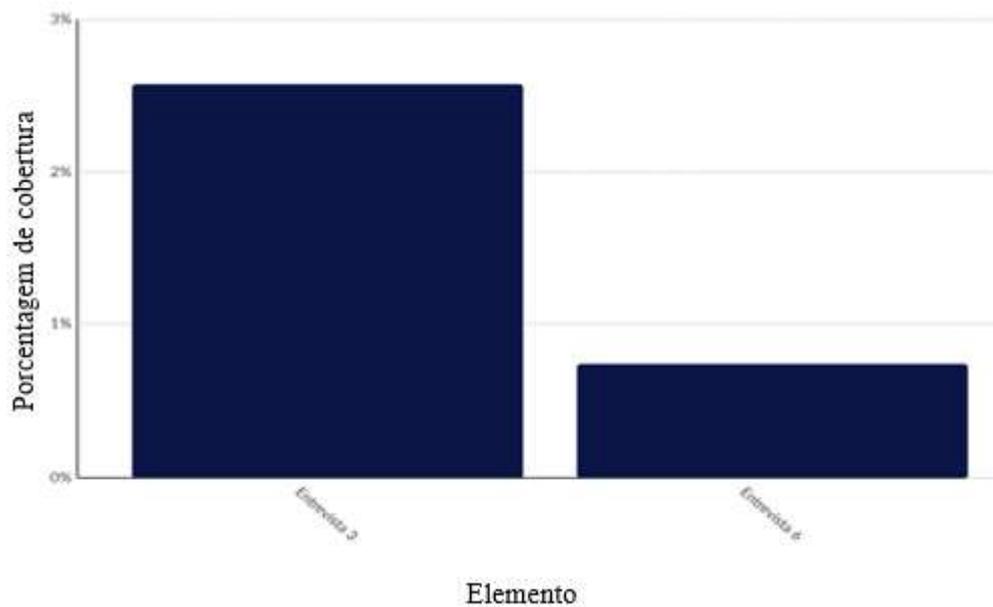
Todavia o peso da sexualidade pode divergir consoante o ser casado ou ser divorciado dentre os entrevistados. Desta forma, em baixo referencia-se essa análise.

Figura 5. Representação do código "Casado"



Fonte: Elaboração própria com recurso a NVivo14.

Figura 6. Representação do código “Divorciado”



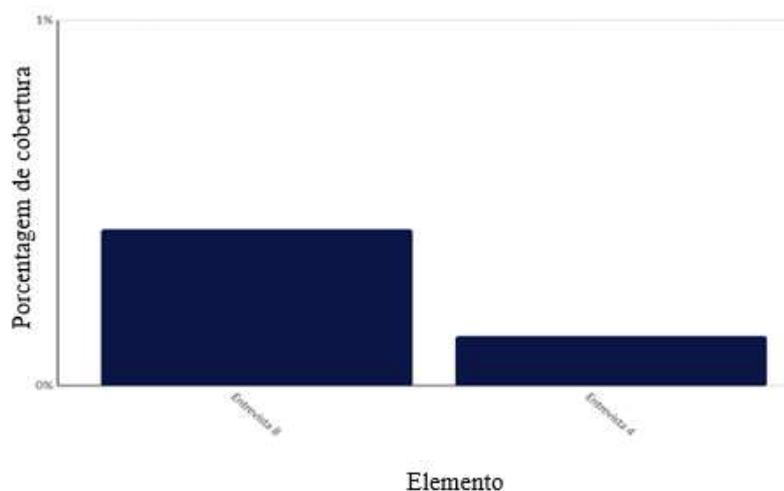
Fonte: Elaboração própria com recurso a NVivo14.

As figuras 5 e 6 mostram a representação dos códigos "casado" e "divorciado", respetivamente. A Figura 5 mostra que o código "casado" está igualmente representado

nas entrevistas 10 (Lúcia) e 5 (Fernando); a participante 10 (Lúcia) indica que ela é casada há 37 anos e o participante 5 apenas refere que é casado. Quanto ao código "divorciado" representado na Figura 5, o participante 3 (Fátima) acrescenta que se divorciou duas vezes, acrescentando assim mais informação do que o participante 6 (Angelina), razão pela qual tem um maior peso. O termo "peso" é frequentemente utilizado para indicar a relevância ou a intensidade de um código ou categoria, conforme o número de referências ou a profundidade do conteúdo associado a ele, que é o caso.

“As principais mudanças, olhe tive dois divórcios, saí de Portugal tinha 26 anos, foram o nascimento dos meus dois filhos que uma tem 46 e outro tem 36 e foi o meu regresso a Portugal agora, foi um dos grandes acontecimentos”
 [Fátima, 66 anos]

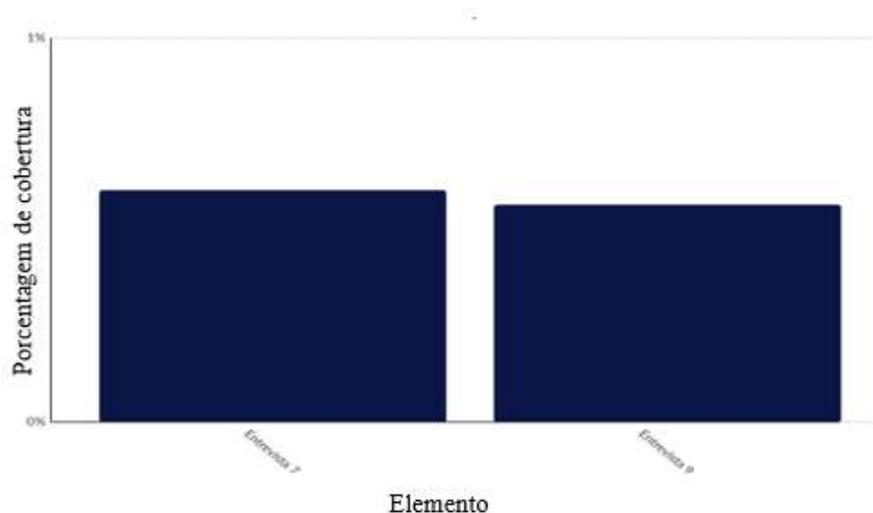
Figura 7. Representação do código: Solteiro(a) não casado(a)



Fonte: Elaboração própria com recurso a NVivo14.

A Figura 7 mostra que o código "solteiro, não casado" é representado por dois participantes; mesmo o participante 8 (Tiago) afirma “Sou solteiro e sempre fui”, pelo que tem mais representação, devido à informação agregada.

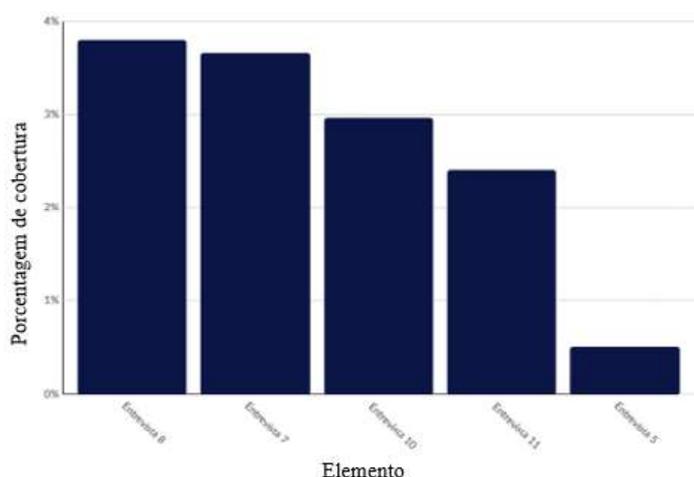
Figura 8. Representação do código "Viúvo"



Fonte: Elaboração própria com recurso a NVivo14.

A Figura 8 mostra que o código "viúvo" está representado em proporções iguais nos participantes 7 (Andreia) e 9 (Beatriz), ambos indicando há quanto tempo são viúvos, com o participante 7 (Andreia) disse que “viúva muito cedo, aos 37 anos”, e o participante 9 (Beatriz) disse que é “viúva há 10 anos”.

Figura 9. Representação do código “Boas relações com vizinhos”



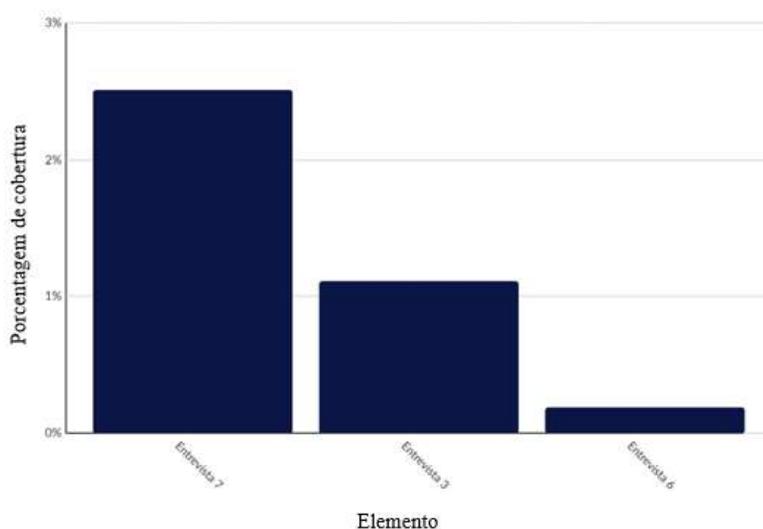
Fonte: Elaboração própria com recurso a NVivo14.

Cinco dos entrevistados expressaram que têm boas relações com os seus vizinhos; no entanto, aquele que forneceu mais informações foi o participante 8 (Tiago), que expressou que existem muitas actividades na sua comunidade que facilitam a

interação entre vizinhos. O participante 7 (Beatriz) afirmou que as relações com os seus vizinhos são muito próximas; o participante 10 disse que, embora tenha boas relações com os seus vizinhos, não tem muito tempo para partilhar com eles devido ao trabalho; o participante 11 (Mateus) também afirmou que tem uma relação muito próxima com os seus vizinhos; e o participante 5 (Fernando) disse simplesmente que as relações com os seus vizinhos são boas. Em geral, as respostas mostram um resultado positivo em termos das relações de vizinhança dos participantes. Destaca-se a resposta de Luís (participante 2), quando questionado se tem boas relações com os seus vizinhos:

“Sim, sim, mais ou menos. É mais ou menos isso, há um vizinho ou outro com quem tenho mais contacto, mas não é de frequentarmos as casas uns dos outros. É um tratamento cordial, urbano. [###] Temos um conhecimento superficial uns dos outros, não é assim relações estranhas”
 [Luís, 72 anos]

Figura 10. Representação do código “Reformado”

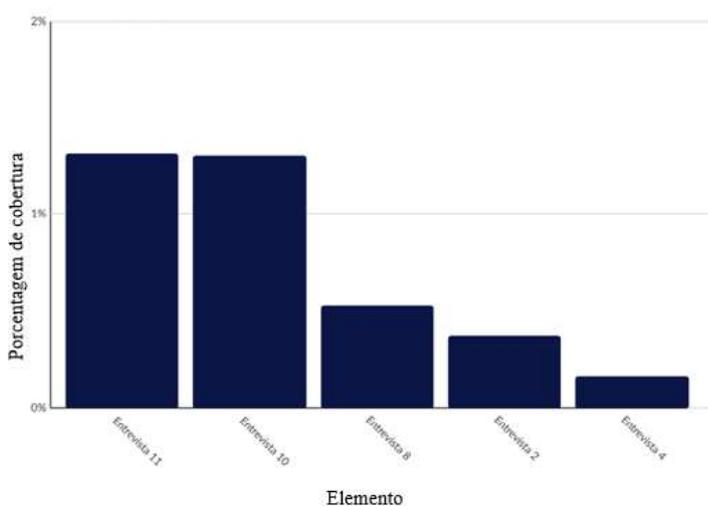


Fonte: Elaboração própria com recurso a NVivo14.

A Figura 10 mostra que três participantes afirmam estar reformados. O participante 7 (Andreia) fornece mais informações, acrescentando que se reformou aos 70 anos.

“Trabalhei como cozinheira de profissão e trabalhei muitos anos no lar da Santa Casa da Misericórdia, até me reformar aos 70 anos”.
 [Andreia, 83 anos]

Figura 11. Representação do código “Actividade”

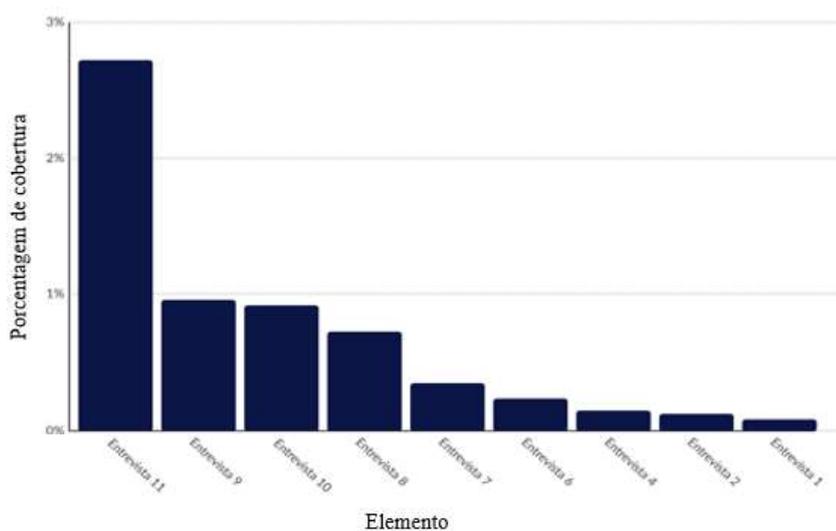


Fonte: Elaboração própria com recurso a NVivo14.

A Figura 11 mostra que cinco inquiridos afirmam ainda estar a trabalhar.

O gráfico da Figura 12 mostra que nove dos onze participantes têm formação académica. Dois dos entrevistados referiram que o seu nível de escolaridade é o 4º ano, um participante tem o 12º ano, dois participantes são profissionais técnicos e quatro são profissionais de nível universitário.

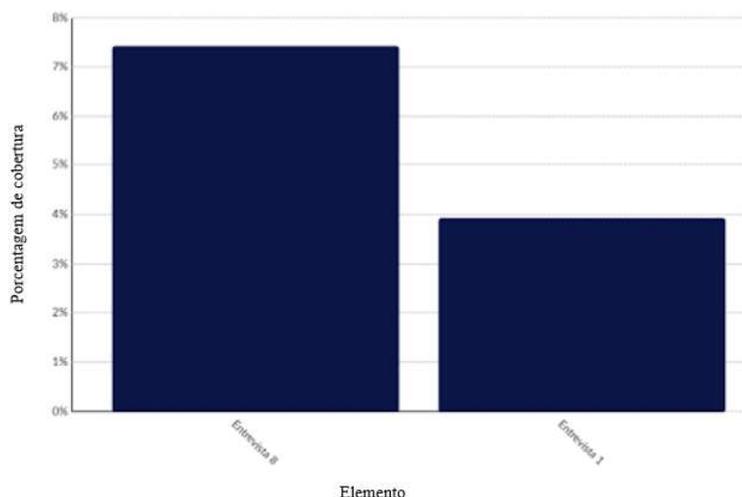
Figura 12. Representação do código “Nível de educação”



Fonte: Elaboração própria com recurso a NVivo14.

Ao longo das suas vidas tiveram mudanças que consideraram relevantes. Os gráficos das figuras seguintes descrevem a informação fornecida pelos entrevistados relativamente a essas mudanças:

Figura 13. Representação do código “Mudanças profissionais”



Fonte: Elaboração própria com recurso a NVivo14.

Como se pode ver na Figura 13, duas pessoas afirmam que entre as mudanças mais importantes nas suas vidas estão as profissionais. O participante 8 (Tiago) disse:

“As principais mudanças na minha vida foram relacionadas ao meu trabalho no teatro. Comecei jovem e tive a sorte de trabalhar em diversos projetos, tanto em Portugal como no estrangeiro. A cidade para Évora trouxe-me oportunidades e uma comunidade muito próxima. Optar por uma vida sem uma parceira fixa, nunca foi bem visto pelos meus familiares mais próximos. Sempre tive múltiplas relações que me trouxeram diferentes experiências e aprendizagens”.

[Tiago, 77 anos]

O participante 1 (Miguel) disse que ao longo da sua vida exerceu várias profissões, entre as quais técnico de audiovisuais, operador de fábrica e vendedor de publicidade.

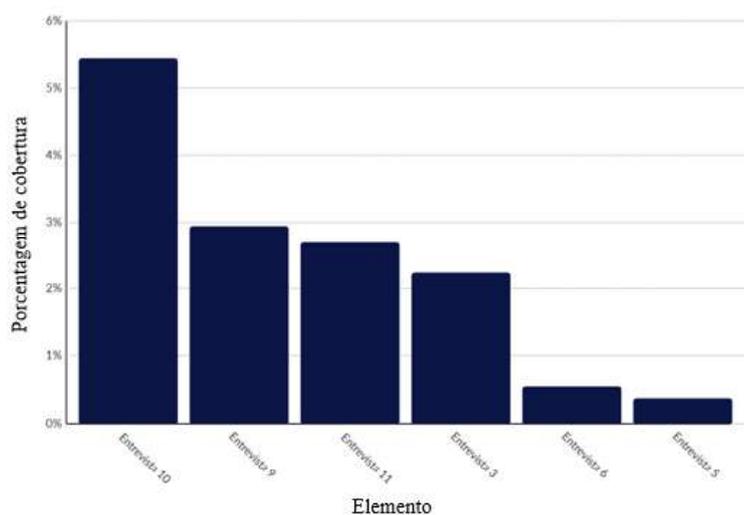
“Enfim, profissionalmente tive profissões muito diferentes. Fui técnico audiovisual, terminei como operário fabril, fui vendedor de publicidade. Desse ponto de vista sim, houve grandes diferenças. Ao nível de relacionamento, a minha companheira, já..., já estamos juntos há mais de 40 anos. Talvez no início tenha sido

um pouco mais movimentada a minha vida, mas depois quando encontrei a minha mulher não houve grande alteração. Com o aparecimento das filhas, isso sim, alterou bastante as nossas rotinas”.

[Miguel, 67 anos]

No gráfico da Figura 14, em baixo, pode-se observar que seis dos onze participantes afirmam que entre as mudanças mais importantes em suas vidas está o nascimento dos filhos.

Figura 14. Representação do código “Nascimento de filhos”



Fonte: Elaboração própria com recurso a NVivo14.

As trajetórias de vida das pessoas entrevistadas moldam as suas atitudes em relação à sexualidade. Isto é visível no facto de, por exemplo, a maioria dos entrevistados, devido às circunstâncias da vida, viver sozinho e não ter um parceiro. Por outro lado, as mudanças ocorridas ao longo das suas vidas também influenciaram a visão que têm de si próprios, o que é possível observar quando, para alguns dos participantes, as mudanças mais importantes são o casamento, o nascimento de filhos e netos, o que sugere que as maiores manifestações nas suas vidas estão associadas a outras pessoas, mais do que à satisfação pessoal, o que poderia ter influência na sua

representação da sexualidade. A opinião de Beatriz destaca-se, quando questionada sobre os acontecimentos mais importantes da sua vida, responde:

“As principais mudanças a minha vida foram o casamento aos 15 anos, a maternidade aos 17 e a viuvez”

[Beatriz, 80 anos]

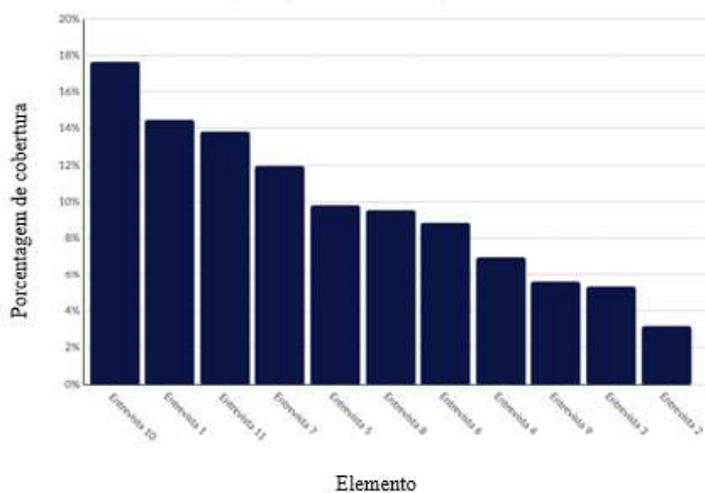
As entrevistas analisadas mostram que a vida pessoal engloba não só as decisões que tomamos individualmente, mas também as consequências do impacto do meio ambiente na escolha de diferentes caminhos. A vida pessoal do grupo de idosos entrevistados é regida pelos acontecimentos mais importantes que ocorreram nas suas vidas: mudanças, escolhas de estudos, divórcios, casamentos, nascimento de filhos, netos, etc. Todos estes elementos estão ligados no quotidiano e determinam a relação que estabelecem entre as outras pessoas que os rodeiam e consigo próprios. Neste sentido, são estes aspetos da vida pessoal que vão determinar as atitudes das pessoas e que nos vão permitir compreender os padrões comuns que se identificam de acordo com as experiências vividas, pois como refere May (2019), o ambiente e as experiências individuais afetam a vida pessoal, e no contexto que diz respeito à presente investigação, vão determinar as crenças e posições em torno da questão da sexualidade na velhice.

5.2.2 Sexualidade e idadismo

Unidade de análise: Representações sexuais em torno da sexualidade

O gráfico da Figura 15 apresenta a representação dos códigos correspondentes à unidade de análise “Representações sexuais” por entrevista.

Figura 15. Representação dos códigos correspondentes à unidade de análise Representações sexuais

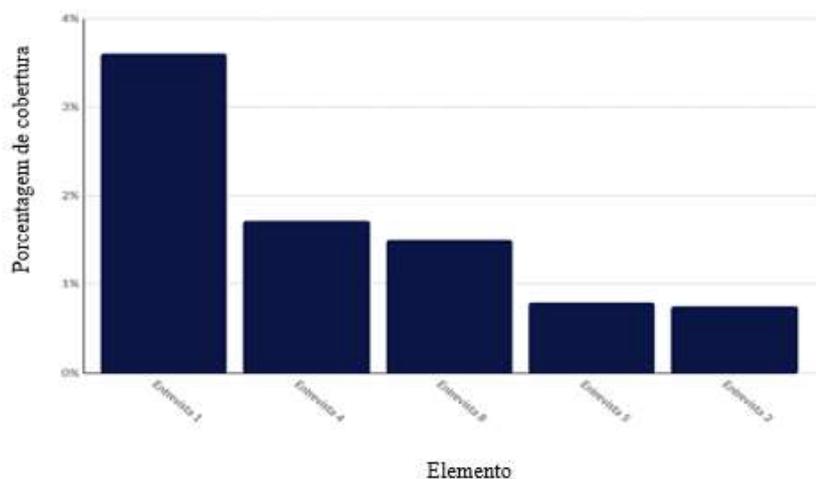


Fonte: Elaboração própria com recurso a NVivo14.

A informação que se pode extrair do gráfico da Figura 15 é que a entrevista 10 (Lúcia) se destaca como a que tem o maior número de códigos presentes na categoria. Isso indica que o participante dessa entrevista forneceu uma quantidade significativa de informações importantes para essa categoria. O próximo participante a fornecer informações relevantes é o 1 (Miguel), seguido pelo 11 (Mateus). A informação diminui nas entrevistas seguintes representadas no gráfico, com a entrevista 2 (Luís) a fornecer a menor quantidade de informação nesta unidade de análise.

De seguida, apresenta-se a informação relativa a cada um dos códigos definidos para esta unidade. Em primeiro lugar, analisa-se o código que se refere à sexualidade como "uma parte da vida". Cinco das onze pessoas entrevistadas são da opinião que sim, como se pode ver no gráfico da Figura 16:

Figura 16. Representação do código “É uma parte da vida” referente à sexualidade



Fonte: Elaboração própria com recurso a NVivo14.

Como se pode ver no gráfico da Figura 16, a maior representação deste código encontra-se na entrevista 1 (Miguel), onde o participante acrescenta que é uma necessidade e uma forma de mostrar sentimentos e emoções. Os demais participantes também expressam que a sexualidade é importante e também natural na vida das pessoas.

E: Para si o que é a sexualidade?

e: É uma parte da vida.

E: E isso em que é que consiste? Que significado é que dá? Que sentimentos é que lhe transmite?

e: Como uma parte da vida que é... é uma necessidade que temos, é uma vontade e um desejo que nos ajuda a transmitir sentimentos e emoções para com outras pessoas, nomeadamente a minha companheira, e é uma forma de demonstração de emoções e de sentimentos para com outros ou outras, aqui não faço distinção.

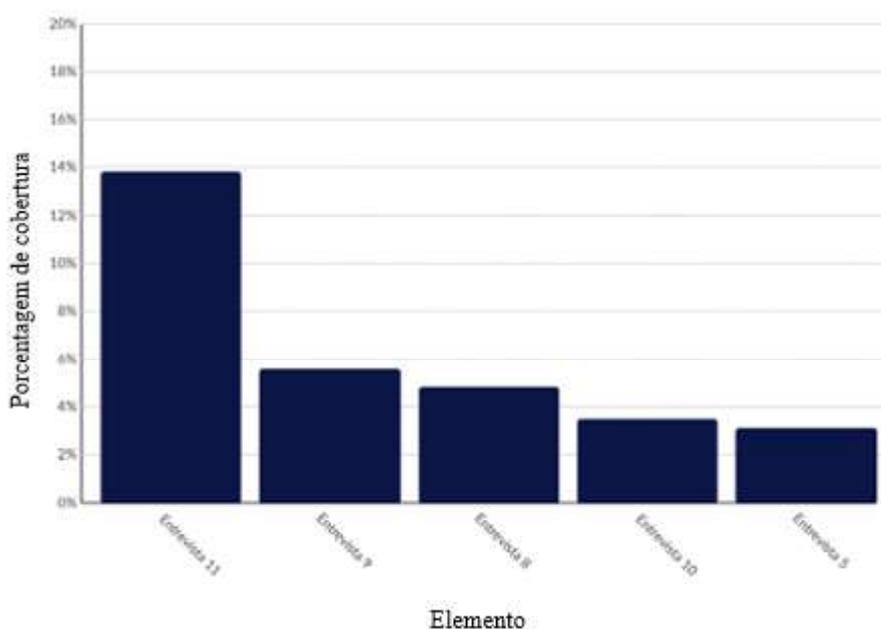
[Miguel, 67 anos]

A este respeito, é importante ter em conta os pontos de vista Santos *et al.* (2023), que expressam que o processo de envelhecimento é uma parte natural da vida e não se limita à idade de 60 anos. É importante sublinhar que a sexualidade não se perde na

idade adulta e que os idosos não se devem resignar a viver sem desfrutar da sua sexualidade. Embora ainda existam mitos e tabus socioculturais, é essencial reconhecer que a sexualidade continua a ser relevante em todas as fases da vida.

A exploração do código "Tabu para falar sobre sexualidade", que se observa em baixo (Figura 17) vem mostrar que os entrevistados revelam existir tabus para com a sexualidade na velhice.

Figura 17. Representação do código "Tabu para falar sobre sexualidade na velhice"



Fonte: Elaboração própria com recurso a NVivo14.

A análise da figura permite concluir que o participante 11 (Mateus) forneceu mais informação para o código "Tabu para falar sobre sexualidade na velhice", expressando que este tabu se deve a preconceitos que não são aceitáveis para o século atual. A participante 10 (Lúcia) também expressa que o tabu é um produto de preconceitos; enquanto a participante 9 (Beatriz), com a sua resposta, afirma a existência do tabu ao mencionar que o tema da sexualidade na velhice não deve ser discutido em público, mas em privado. Quando lhes foi perguntado se falavam muito ou pouco sobre a sexualidade das pessoas idosas, responderam da seguinte forma:

“Algumas pessoas têm preconceitos sobre o assunto, mesmo no século XXI e com todos os avanços tecnológicos que existem atualmente. Se alguém quiser falar ou aprender sobre sexualidade, tem à sua disposição uma grande quantidade de informação, incluindo online, pelo que é inaceitável que ainda haja relutância em falar sobre sexualidade na nossa idade”.

[Mateus, 69 anos]

“Não compreendo porque é que ainda existem tantos preconceitos sobre o assunto. A sexualidade é uma parte natural do ser humano e é ilógico pensar que alguém deve deixar de lidar com a sua sexualidade ao atingir os 65 anos. Eu não me sinto, idosa, velha ou gasta... (risos)”

[Lúcia, 67 anos]

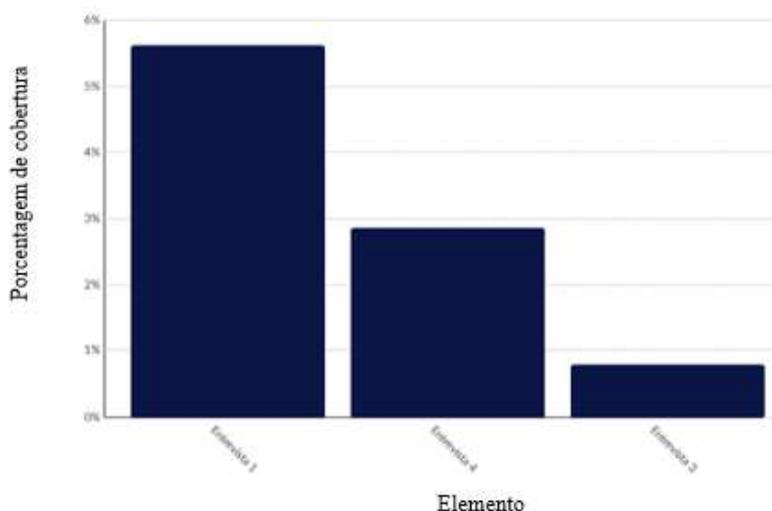
“Olhe isso é um assunto privado. Na minha idade, já não se pensa nessas coisas. Não gosto de falar nisso tenho vergonha”.

[Beatriz, 80 anos]

Em relação a este ponto, é importante ter em conta a opinião de Tortosa e Motte (2002), que afirmam que os estereótipos reduzem as diferenças individuais e tendem a homogeneizar todas as pessoas idosas, ignorando as suas características pessoais e formas únicas de envelhecer. Estes estereótipos podem também gerar rejeição quando determinados fenómenos são observados nas pessoas idosas. É importante sublinhar que o envelhecimento é um processo individual e diversificado, e que muitas das mudanças associadas podem ser tratadas terapêuticamente.

A figura seguinte mostra a representação do código "Falar sobre sexualidade na velhice é agora mais fácil":

Figura 18. Representação do código “Falar de sexualidade é mais fácil hoje em dia”



Fonte: Elaboração própria com recurso a NVivo14

De acordo com os resultados apresentados na Figura 18, três dos entrevistados são da opinião de que hoje em dia é mais fácil falar sobre a velhice. O Participante 1 (Miguel) acrescenta que atualmente há menos pressão social e que as redes sociais ajudam na divulgação de informação. Por outro lado, o Participante 4 (Maria) também acredita que a tecnologia tem ajudado a comunicar mais com os outros sobre este tema, embora possa ser que para aqueles que têm acesso limitado à tecnologia, falar sobre sexualidade na velhice não seja tão fácil. O Participante 3 (Fátima) pensa simplesmente que é fácil falar sobre sexualidade na velhice.

“Aaa... eu penso que hoje em dia é muito mais fácil fazer. As pessoas estão mais despertas, não há tanta pressão social, nós próprios e os jovens conseguimos ter uma proximidade de conversa que não é tão formal como eu tinha com os meus pais e isso ajuda muito. A difusão nas televisões, nas rádios, redes sociais, acaba quase por banalizar o discurso e às vezes até o ato, no entanto, penso que hoje em dia é muito mais até saudável a forma como nós nos relacionamos com os mais novos do ponto de vista do discurso e da forma como entre nós, das mesmas gerações, nos relacionamos entre nós mesmos”.

[Miguel, 67 anos]

“Penso que hoje em dia, principalmente, acredito nos últimos 5 anos, com o desenvolvimento de podcasts, de, e de videocasts também, no Youtube, no Spotify, que embora sejam ferramentas que por vezes podem ser pagas e que são mais difi(), nem toda a gente consegue ter tanta facilidade, eu acredito que hoje em dia, dentro desta faixa etária já se consegue ter mais acesso e já se vai vendo alguma troca, ainda assim acho que se fala pouco, não é? Até porque é uma geração que não é tão aberta como a geração atual, que não tem acesso às redes sociais, o que era uma rede social antes era uma conversa de café, uma conversa quando se partilhava no campo, enquanto se falava num grupo de jovens, enquanto... aaa enquanto se reuniam numa tarde, não é”

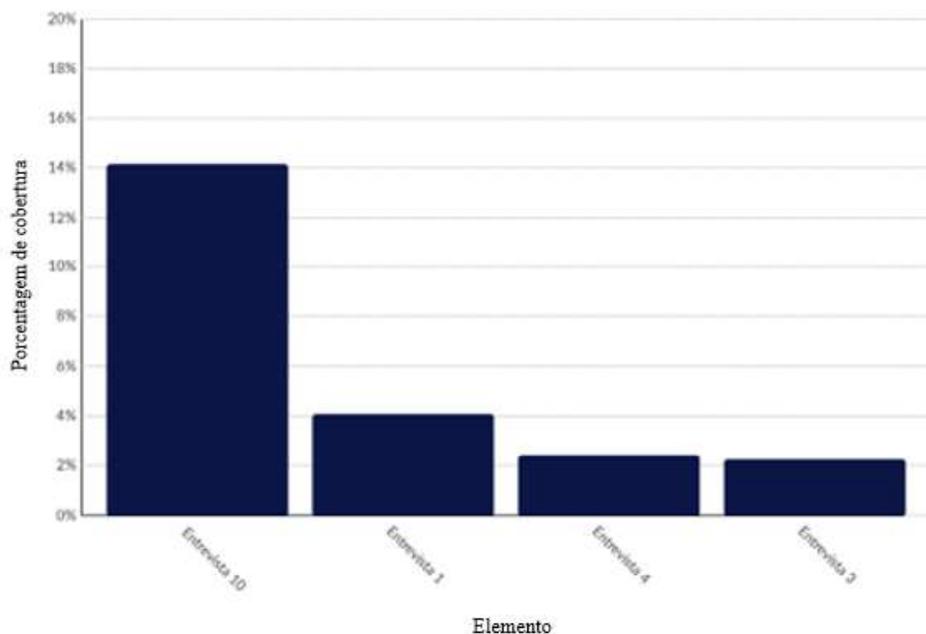
[Maria, 65 anos]

“Sim. [Pausa] epá eu [###] que as pessoas falam sobre sexualidade com facilidade”.

[Fátima, 66 anos]

A figura seguinte mostra o tipo de linguagem que alguns dos participantes dizem utilizar quando falam sobre sexualidade e com quem costumam falar sobre o assunto:

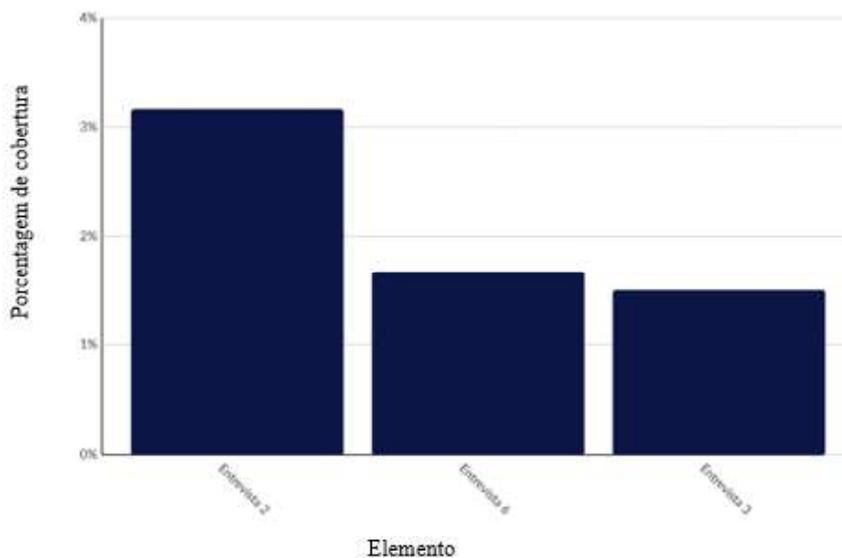
Figura 19. Representação do código “Linguagem Científica”



Fonte: Elaboração própria com recurso a NVivo14.

A Figura 19 mostra que quatro dos participantes afirmam que quando falam sobre sexualidade, fazem-no numa linguagem científica. Especificamente, o participante 10 (Lúcia) disse que quando a sua filha tinha 10 anos, explicou-lhe a biologia reprodutiva de uma forma científica. É de salientar que o nível de formação desta participante é superior em pediatria, pelo que é fácil para ela utilizar este tipo de linguagem. No entanto, os restantes participantes, que não são pediatras, também consideram que este é um assunto sério e que falar sobre ele requer uma linguagem apropriada.

Figura 20. Representação do código "Falar sobre sexualidade com os amigos"



Fonte: Elaboração própria com recurso a NVivo14.

Em relação às pessoas com quem falam sobre sexualidade, o código mais representativo nas entrevistas foi "Falar sobre sexualidade com os amigos", quando questionados sobre com quem falavam sobre sexualidade. A resposta foi mais representada na entrevista do participante 2 (Luís):

“Pois. É que por norma, principalmente os homens, não falam muito sobre essa coisa. Sexo é sempre uma coisa meio tabu, não partilhamos com os colegas, com os

amigos, não, não, isso é, guardamos as nossas dificuldades, as nossas misérias também, pronto costumamos esconder muito isso. Ah eu [pausa], no meu caso eu falo por mim, eu hoje praticamente, praticamente, aaa, a minha atividade sexual nesta altura é pouco mais de zero. Aaa há muitas razões desde algum cansaço, alguma saturação, algum, falta de [pausa], falta de interesse, não sei. E depois há situações [###] onde a gente se vai acomodando a elas”.

[Luís, 72 anos]

“Considero ser um assunto como qualquer outro, não me parece que não se fale com toda a gente. Com respeito não estou a ver porque não...”

[Angelina, 74 anos]

“Com os amigos, com os amigos sim, com os amigos e com, com a minha família. Sempre falamos de sexualidade, eu e os meus filhos, agora com os meus netos”

[Fátima, 66 anos]

A informação encontrada na categoria “Sexualidade e idadismo” é contrastada com o artigo intitulado: “Idosos LGBTQ+. Envelhecer pode ser uma libertação” publicado no jornal digital ‘Público’, que destaca o facto de, na idade adulta, na era atual, ser possível falar e libertar-se do tabu relativo à sexualidade na velhice, neste caso, foi libertador para uma pessoa transgénero chegar à velhice, pois assim pôde expressar-se como realmente era, sem medo de discriminação. Neste sentido, é mais fácil para a nova geração de adultos mais velhos viver a sua sexualidade abertamente.

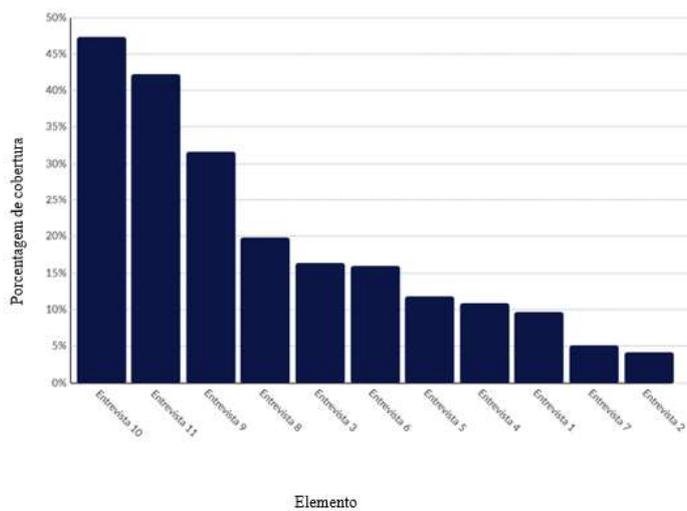
De acordo com a opinião de Mendes (2017), o envelhecimento é positivo, enquanto o idadismo é um preconceito social que tende a desvalorizar a importância das capacidades humanas quando o envelhecimento chega (Silva, 2013). Neste sentido, o desconforto ou tabu demonstrado por alguns entrevistados estaria mais relacionado com a sua própria ideia de idadismo do que com a sua capacidade de expressar a sua necessidade sexual. Como refere Palha (2012), o facto de uma pessoa não ter relações sexuais não significa que o desejo tenha desaparecido; além disso, a sexualidade também significa compromisso e intimidade.

5.2.3 Sexualidade na velhice

Unidade de análise: Sexualidade na velhice

O gráfico da Figura 21 mostra a representação dos códigos correspondentes a esta unidade de análise por entrevista.

Figura 21. Representação dos códigos correspondentes à unidade de análise "Sexualidade na velhice"



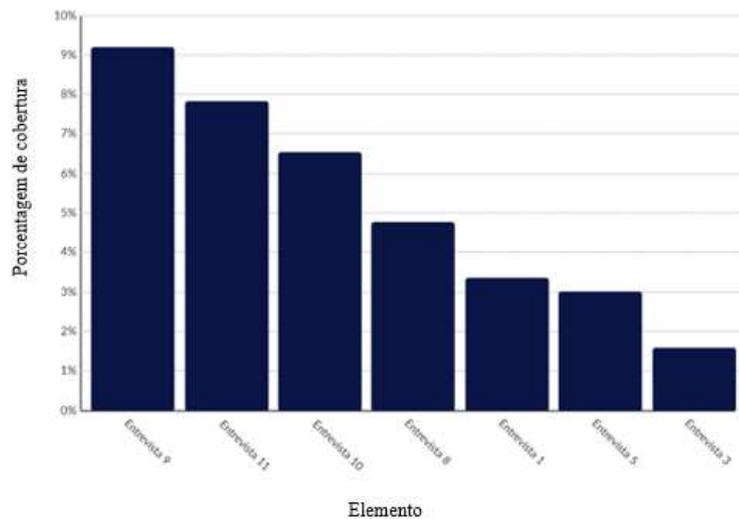
Fonte: Elaboração própria com recurso a NVivo14.

De acordo com a informação disponibilizada, verifica-se que a entrevista 10 se destaca por ter o maior número de códigos presentes na categoria da sexualidade na velhice. Este facto indica que o participante desta entrevista forneceu uma quantidade significativa de informação relevante para esta categoria em particular.

Depois da entrevista 10, as entrevistas que forneceram uma quantidade significativa de informações para a categoria analisada são: entrevista 11, entrevista 9, entrevista 7, entrevista 8, entrevista 6, entrevista 5, entrevista 4 e entrevista 1. Em contrapartida, a entrevista 2 tem uma menor representação nesta categoria, o que se interpreta como significando que este participante forneceu menos informação em comparação com os outros.

A informação fornecida por cada um dos códigos definidos é apresentada de seguida:

Figura 22. Representação do código “Mudanças na sexualidade”



Fonte: Elaboração própria com recurso a NVivo14.

De acordo com as informações fornecidas pelos participantes, nove em cada onze afirmam que a sua sexualidade mudou. Estas mudanças manifestam-se nas atitudes em relação à sexualidade, na frequência das relações sexuais e nas estratégias para manter a atividade. A este respeito, a participante 9 (Beatriz) afirma que era muito ativa quando era jovem, mas que a frequência das suas relações sexuais diminuiu devido à doença do marido. A participante 10 (Lúcia) também disse que, embora as suas relações sejam mais satisfatórias, a frequência diminuiu.

Tenho uma vida sexual ativa com o meu marido, e bastante satisfatória. Embora não tão frequente como quando éramos mais jovens, é muito satisfatória. Há amor e compreensão entre nós, comunicamos bem, encaixamos na perfeição, como sempre encaixámos. Quando há alguma questão, resolvemos a dois.

[Lúcia, 67 anos]

O participante 11 (Mateus) disse que tem relações sexuais mais calmas agora do que na juventude, assim como a participante 8 (Tiago).

Tenho uma vida sexual ativa e satisfatória. Acho que é ainda melhor do que quando era mais jovem. Podemos desfrutar do sexo com mais calma e intimidade, não temos a preocupação do corpo e dos defeitos, queremos ter e dar prazer.

[Mateus, 69 anos]

A minha sexualidade é ativa e variada. Tenho relações com várias parceiras, sem compromisso fixo. Gosto de explorar e experimentar, usando técnicas e objetos que nos dêem prazer. As práticas variam, mas o essencial é o respeito e a satisfação mútua.

Para mim, é uma parte importante da vida que me faz sentir vivo e ligado aos outros.

[Tiago, 77 anos]

O participante 1(Miguel) disse que a rotina e a dinâmica familiar influenciaram a sua sexualidade.

Não foi fácil, confesso. Inicialmente tivemos bastantes altos e baixos, até porque elas nasceram e isso criou grandes pressões no nosso relacionamento. Mas mais tarde as coisas estabilizaram e nós conseguimos ultrapassar isso. Aaa..., mas sim, no início não foi nada fácil. Depois por mais que a gente diga que é normal, mas sim, é difícil ser-se pai hoje em dia e nessa altura então mais ainda.

[Miguel,67 anos]

O participante 5 (Fernando) disse que agora a sua sexualidade é mais calma, mais satisfatória e que pensa estar em sintonia com a sua parceira.

Tenho uma vida sexual ativa e satisfatória. Tenho relações sexuais regulares, não é todos os dias eu já não tenho vinte anos, mas duas vezes por semana vamos dando o toquezinho embora não tenhamos dias fixos para a coisa (risos), é quando dá vontade, houve uma altura que embora tivesse prazer não conseguia ejacular e isso afectava-me muito psicologicamente, tinha a ver com a medicação que estava a fazer na altura. Com a mudança da medicação isso foi felizmente revertido em cerca de três meses. E Sim, houve mudanças. Em novo, não ligava muito ao que a minha mulher sentia ou ao que ela queria, era eu eu e só eu. Com os anos aprendi que o importante é os dois estarmos em sintonia. Agora, é tudo mais calmo, e diria eu mais satisfatório.

[Fernando,79 anos]

Por fim, a participante 3 (Fátima) disse que a evolução da sua sexualidade ao longo dos anos foi positiva, pois permitiu-lhe aproximar-se mais do seu parceiro.

Houve uma evolução muito positiva. Acho que as pessoas se conhecem melhor e sabem procurar o prazer com muito mais facilidade do que as pessoas mais novas.

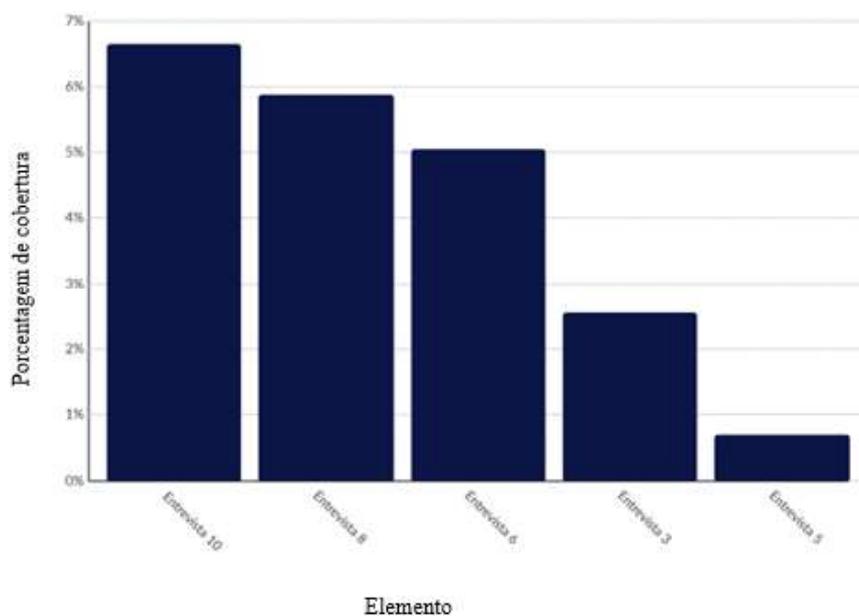
[Fátima,66 anos]

A interpretação das mudanças relacionadas com a idade, a imposição social de modelos de juventude e as mudanças fisiológicas e psicológicas associadas ao envelhecimento influenciam a sexualidade na população idosa (Sánchez e Ulacia, 2005). Apesar das mudanças normais na função sexual devido ao envelhecimento, uma boa saúde e um parceiro disponível podem permitir que a atividade sexual continue na velhice (Eliopoulus, 2014).

A este respeito, é de salientar a publicação do artigo “Quando o preconceito passa pelas nossas redes sociais”, no jornal ‘Público’ (Beauty, 2024), que inclui o conceito de idadismo, discriminando as populações mais velhas.

O gráfico da Figura 23 representa o código “A sexualidades é melhor na velhice do que na juventude”:

Figura 23. Representação do código “A sexualidades é melhor na velhice do que na juventude”



Fonte: Elaboração própria com recurso a NVivo14.

A informação fornecida pelo gráfico da Figura 23 é que, dos onze inquiridos, cinco pensam que a sexualidade na velhice é melhor do que na juventude. Em geral, as opiniões concordam que a sexualidade na velhice é mais gratificante porque há menos ansiedade do que quando se é jovem. Por outro lado, é mais satisfatória porque há mais confiança entre os parceiros para dizerem o que pensam ou sentem e não há pudor corporal. As opiniões reflectidas neste gráfico incluem aqueles que referiram ter uma vida sexual ativa na velhice. De seguida, apresentam-se algumas respostas a esta pergunta:

“Agora, é tudo mais calmo, e diria eu mais satisfatório”.

[Fernando, 79 anos]

“Quando era mais jovem, havia mais ansiedade. Agora, é mais relaxado. A experiência traz confiança e uma melhor compreensão do que funciona para mim e para os meus parceiros. A idade trouxe uma abordagem mais tranquila e apreciativa da sexualidade, vendo-a como um aspecto natural da vida”.

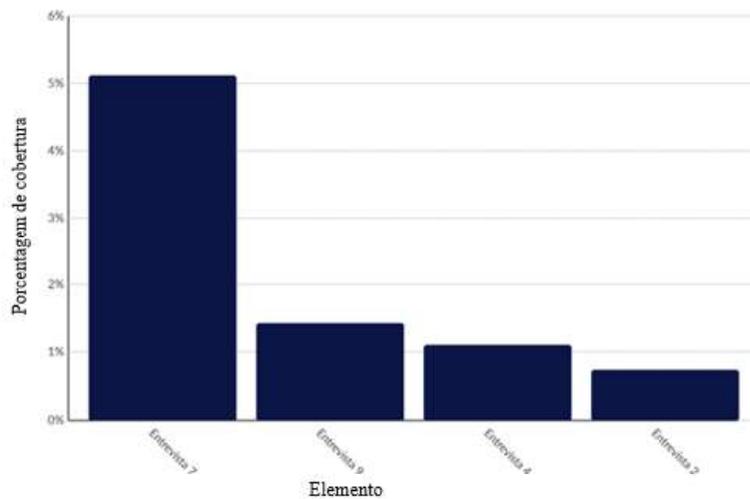
[Tiago, 77 anos]

“...a relação actual é mais próxima, mais aberta, mais unida, mais nossa, entende? Não tenho pudores com o corpo, com o dizer o que quero ou o que penso. Sou uma mulher resolvida”.

[Angelina, 74 anos]

A interpretação das mudanças relacionadas com a idade, a imposição social de modelos de juventude e as mudanças fisiológicas e psicológicas associadas ao envelhecimento influenciam a sexualidade na população idosa (Sánchez e Ulacia, 2005). Apesar das mudanças normais na função sexual devido ao envelhecimento, uma boa saúde e um parceiro disponível podem permitir que a atividade sexual continue na velhice (Eliopoulos, 2014).

Figura 24. Representação do código "Atualmente sem vida sexual"



Fonte: Elaboração própria com recurso a NVivo14.

O gráfico da Figura 24 mostra que quatro dos onze inquiridos declararam não ter vida sexual:

“Ah eu [pausa], no meu caso eu falo por mim, eu hoje praticamente, praticamente, aaa, a minha atividade sexual nesta altura é pouco mais de zero”

[Luís, 72 anos]

“Portanto, considerando que tenho uma sexualidade, sou ina(), ou seja, sou inativa, não tenho um parceiro sexual Aaa, mas tenho uma satisfação pessoal, portanto uso, portanto recorro à masturbação manual ou com vibrador. Aaa sempre que tenho vontade pronto, sempre que tenho desejo sexual”.

[Maria, 65 anos]

“Quando era mais nova e casada, mesmo com dor, fazia por obrigação e para ter os dois filhos. Depois que fiquei viúva, e essa parte da minha ficou resolvida, graças a deus, e nunca mais senti necessidade de voltar a ter coisa nenhuma nem com homens nem com nada...”

[Andreia, 83 anos]

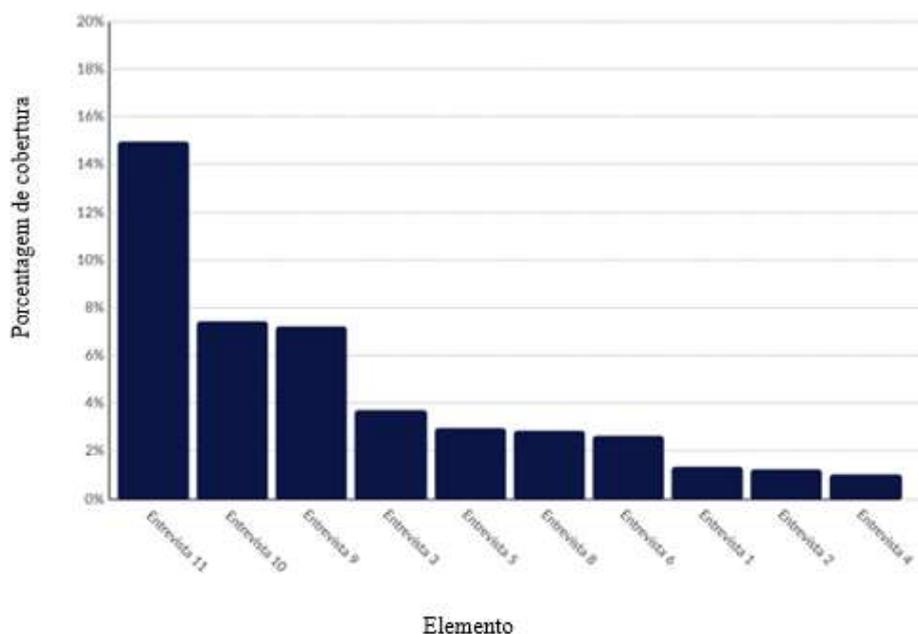
“Já não é sexualmente ativa e também não precisa”

[Beatriz, 80 anos]

Apesar destes resultados, é importante ter em conta a opinião de autores como Baldwin *et al.* (2003), para quem, embora o sexo tenda a diminuir com a idade, existe um número significativo de pessoas que praticam sexo vaginal, sexo oral ou masturbação, mesmo na oitava e nona décadas de vida.

O gráfico da Figura 25 mostra os benefícios da sexualidade para as pessoas idosas:

Figura 25. Representação do código "Benefícios da sexualidade nas pessoas idosas"



Fonte: Elaboração própria com recurso a NVivo14.

Os resultados apresentados no gráfico da Figura 25 mostram que dez dos onze participantes consideram que a sexualidade na velhice tem benefícios. É de salientar que apenas uma participante (Andreia, participante 7) não tem uma opinião formada sobre estes benefícios, porque a sua experiência com a sexualidade quando era jovem não foi satisfatória. Os principais benefícios descritos pelos participantes foram o bem-estar emocional, a saúde física e mental, o prazer, a expressão clara de sentimentos e desejos, o aumento da confiança e da consciência corporal, a sensação de vitalidade e o reforço da ligação com o parceiro:

“Para mim tem tudo a ver com bem-estar emocional, com uma partilha de sentimentos, com uma forma às vezes até de escape, porque não? Na pressão do dia a dia. Claro que sim”.

[Miguel, 67 anos]

“Eu acredito que seja para o prazer sexual, para a satisfação, o prazer sexual. aaa... ou para procriação para quem já tem filhos também”

[Maria, 65 anos]

“Para fortalecer laços emocionais, dar prazer, e também tem benefícios para a saúde mental e física”.

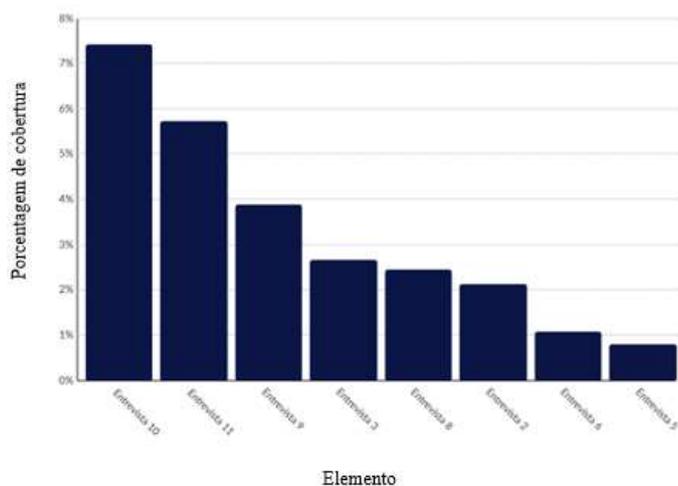
[Fernando, 79 anos]

Os participantes consideram mesmo que a sexualidade na velhice não tem riscos, mas sim benefícios. Os resultados obtidos estão em consonância com as perspetivas de Cambão *et al.* (2019) e DeLamater (2012), para quem a sexualidade na velhice tem claros efeitos positivos no bem-estar e na qualidade de vida das pessoas idosas.

Em comparação com a informação encontrada na imprensa escrita, destaca-se o artigo intitulado: Nesta residência na Suécia, os idosos podem comprar brinquedos sexuais num “cesto do prazer”, do jornal Público. O artigo reconhece a importância da sexualidade na velhice e coloca à disposição dos residentes de um lar de idosos dispositivos sexuais, bem como a oportunidade de falar e partilhar as suas expectativas em relação à sexualidade. O artigo destaca o reconhecimento dos benefícios para a saúde mental e emocional dos residentes mais velhos de terem uma vida sexual satisfatória.

Por outro lado, foram também analisadas as opiniões dos participantes sobre os riscos que a sexualidade na velhice pode ter. Os resultados são apresentados no gráfico da Figura 26:

Figura 26. Representação do código "Riscos na sexualidade das pessoas idosas"



Fonte: Elaboração própria com recurso a NVivo14.

Como se pode ver no gráfico da Figura 26, oito em cada onze inquiridos consideram que, para além de existirem benefícios, existem também riscos na sexualidade dos idosos. Os principais problemas podem estar relacionados com as doenças sexualmente transmissíveis, uma vez que os idosos, tal como os jovens, se tiverem parceiros casuais, também precisam de se proteger e fazer sexo seguro; neste sentido, a prostituição é um fator de risco. Outro risco mencionado é a condição física, por exemplo, doença cardíaca, que limita a atividade sexual. A automedicação também foi mencionada como um fator de risco, especialmente o uso de estimulantes da ereção nos homens.

“É assim, penso que o sexo... há sempre problemas. Se a pessoa tiver problemas de doenças de, de, principalmente do foro cardíaco poderá eventualmente, mas isso é se, não sei [pausa], se, se puder a [pausa] com práticas sexuais um bocadinho mais exigentes do ponto de vista físico”

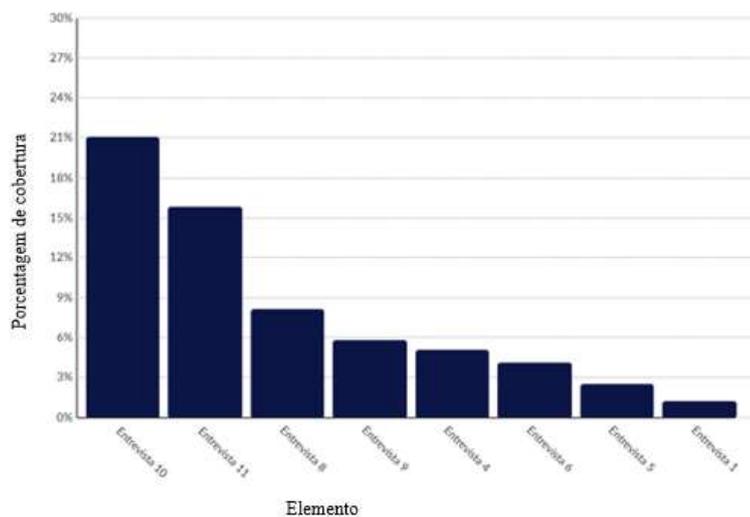
[Luís, 72 anos]

“Relativamente aos riscos da sexualidade em adultos mais velhos, diz que estes são normalmente condicionados pela condição física da pessoa, mas, na realidade, há mais benefícios”.

[Mateus, 69 anos]

Relativamente às diferenças na sexualidade entre jovens e idosos, e entre homens e mulheres, as representações deste código são apresentadas no gráfico da Figura 27:

Figura 27. Representação do código "Existem diferenças na sexualidade entre jovens e idosos e entre homens e mulheres"



Fonte: Elaboração própria com recurso a NVivo14.

Os resultados apresentados no gráfico da Figura 27 mostram que a maioria dos participantes considera que existem diferenças na sexualidade entre jovens e idosos e entre homens e mulheres. Algumas respostas a esta pergunta são apresentadas de seguida:

“Noto, noto que há uma abertura muito maior que há uma diversificação de parceiros muito maior, que faz parte da geração atual. aaaaa, Em que a vontade de experimentar é muito maior e em que a vontade provavelmente em que se fala muito mais sobre. E eu acho, acho que as miúdas hoje em dia falam muito mais abertamente sobre aquilo que querem comparativamente, na minha geração não havia essa voz, primeiro porque a emancipação feminina é uma coisa que é relativamente recente, portanto, foi se construindo o direito laboral, o direito da mulher, o direito de estar fora de casa, que é uma coisa que se pensarmos no tempo também é relativamente recente, que a mulher é independente e que a mulher vai trabalhar, que a mulher é ativa, é autónoma e tem os seus desejos e tem as suas vontades e têm os seus tempos e

esta geração atual, de quem nasceu a partir dos 2000 tem os seus desejos à vontade desde sempre e não pede licença, simplesmente diz “esta é a minha vontade, é assim, quem quer, quer, quem não quer ,não quer”.

[Maria, 65 anos]

“Sim, os mais jovens talvez sejam mais impulsivos, enquanto nós valorizamos mais a intimidade e as emoções. Pode haver diferenças na forma como homens e mulheres mas não noto muito isso sinceramente”.

[Fernando, 79 anos]

No entanto, é de salientar que para o participante 11 (Mateus) não existem diferenças, porque a sexualidade e o seu prazer não dependem necessariamente do género ou da idade.

“...não se apercebeu dessas diferenças; se existem, é porque a própria pessoa não teve a coragem de se impor e de exprimir ou fazer o que realmente quer. A idade e o género não devem condicionar o gozo da sexualidade. A sexualidade beneficia a vida do ser humano, reduz o stress e enche a pessoa de vitalidade, e isso é algo que todos devem saber e compreender”.

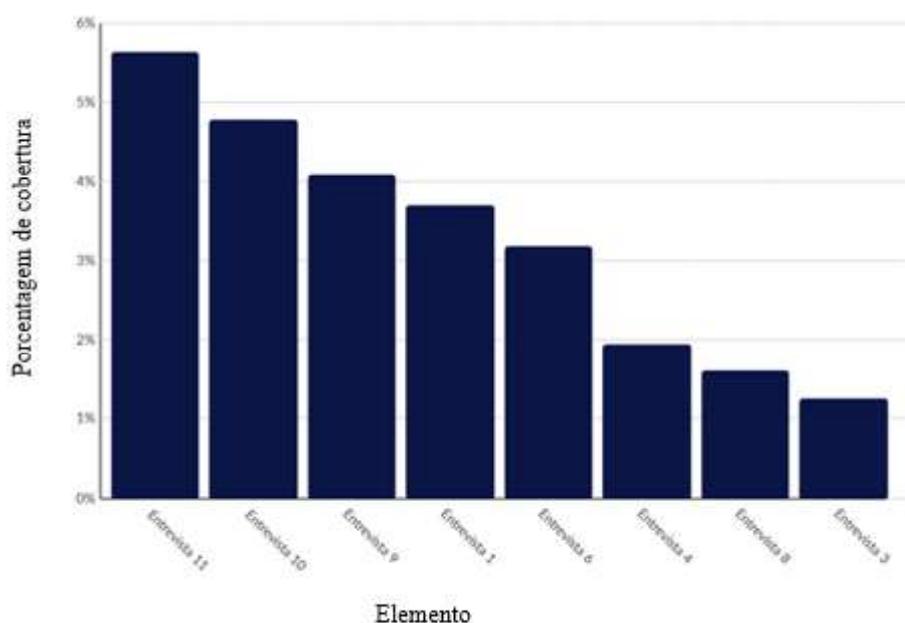
[Mateus, 69 anos]

Dos dados analisados as principais diferenças residem no facto de, na juventude, não se estar totalmente preparado para “abordar a sexualidade com calma”, pelo que há muita expectativa e ansiedade; ao passo que, com a idade, se “desfruta mais porque o foco está no prazer mútuo do casal”. No que diz respeito às diferenças de sexualidade entre homens e mulheres, as opiniões concordam que existe atualmente uma “maior abertura para as mulheres falarem de sexo, mais ainda do que para os homens, e que a diferença de sexualidade entre os dois é cada vez menor”. No entanto, as principais diferenças são que, para as mulheres, as emoções são mais importantes, enquanto os homens são mais diretos e visuais; mas as principais diferenças entre os dois são condicionadas pela biologia e não pela sociedade. Os resultados obtidos correspondem a experiências como as realizadas por Cambão *et al.* (2019), que mostram que metade das pessoas idosas tem uma vida sexual ativa, especialmente os homens. Para os

homens, o aspeto mais valorizado da satisfação sexual é a atividade sexual, enquanto para as mulheres é a saúde mental.

Para concluir esta unidade de análise, é estudado o código "Falar sobre o problema e pedir ajuda", que se refere à abordagem dos problemas sexuais que podem ocorrer na velhice. Os resultados são apresentados no gráfico da Figura 28.

Figura 28. Representação do código "Falar sobre o problema e pedir ajuda"



Fonte: Elaboração própria com recurso a NVivo14

Como se pode observar no gráfico da Figura 28, este código esteve representado em oito das onze entrevistas realizadas. Destes, sete participantes expressaram que a melhor forma de abordar o problema é falar sobre ele, seja com amigos, familiares ou equipa médica, mas que falar é importante, porque vale a pena cuidar e desfrutar da sexualidade na velhice:

“O conselho que dá a quem tem problemas com a sua sexualidade é encontrar formas de desfrutar sempre do sexo e, se tiverem de procurar ajuda, devem fazê-lo porque vale a pena”

[Mateus, 69 anos]

“Eu diria que partilhar, partilhar com outras amigas, outros amigos, aaa se não conseguirem partilhar com um profissional que possa orientar, que possa ajudar, porque o que dizem agora é que tudo é possível, não é? E todos os obstáculos podem ser superados e realmente acho que sim, acho que podem. É só uma questão de as pessoas terem à vontade e abertura, mas quanto mais se falar mais as pessoas entendem que é norma, não é moda, ninguém tem de forçar para nada, mas tem de se falar, tem de se partilhar”

[Maria, 65 anos]

Por outro lado, uma das participantes (Angelina) é da opinião de que não daria conselhos a ninguém com problemas de sexualidade na velhice, que “toda a gente sabe o que fazer”. A maioria dos inquiridos atribui importância à vida sexual na velhice. Isto corresponde à opinião de DeLamater (2012), que expressa que, na velhice, uma boa vida sexual está diretamente relacionada com uma boa saúde mental e física, porque influencia pensamentos que levam à autoestima e à compreensão do parceiro, o que, a longo prazo, influencia positivamente a sua autoestima.

Conclusão

Através deste trabalho de investigação foi possível identificar preconceitos e estereótipos que, na perspetiva das próprias pessoas idosas, afectam a experiência da sexualidade na velhice. Esses preconceitos incluem a crença de que as pessoas mais velhas não têm o direito de desfrutar da sua sexualidade, ou que a sexualidade na velhice (se existir) não é tão satisfatória como na juventude. Foi ainda possível constatar que, para as pessoas mais velhas, a sexualidade é importante; e para aqueles que são sexualmente ativos, é descrita como “ainda melhor” do que quando eram mais jovens. Estes resultados não apenas aprofundam o conhecimento sociológico afim como podem servir de base para a conceção de políticas, programas e serviços de saúde sexual mais inclusivos e adaptados às necessidades das pessoas idosas. Este trabalho contribui também para a visibilidade e normalização da sexualidade na terceira idade, o que pode vir a ter um impacto positivo no bem-estar e na qualidade de vida deste grupo de pessoas.

Relativamente às implicações teóricas, podem referir-se que, por um lado, este trabalho fornece uma perspetiva sociológica e fenomenológica ao estudo da sexualidade na velhice, complementando as abordagens biomédicas predominantes; aprofunda a compreensão do modo como as trajetórias de vida e o envelhecimento moldam a experiência da sexualidade na velhice; contribui para a teorização sobre a construção social da sexualidade ao longo do ciclo de vida. Por outro lado, desafia a visão tradicional da sexualidade na velhice como inexistente.

Em suma, este estudo tem o potencial de gerar conhecimentos valiosos para melhor compreender a sexualidade na velhice, para tornar esta dimensão da vida das pessoas idosas mais visível e para promover abordagens mais inclusivas e respeitadoras na investigação, na política e na prática.

Através da análise qualitativa das entrevistas realizadas, foi possível aceder à subjetividade dos participantes e conhecer as suas próprias perspetivas, experiências e sentimentos sobre a sexualidade na velhice. Este facto contribui para tornar visível uma dimensão fundamental da vida das pessoas idosas que é muitas vezes invisível ou estigmatizada. Além disso, foi possível identificar diferenças na importância dada à sexualidade de acordo com variáveis como género, orientação sexual, saúde, estado civil, entre outras. Os resultados servem de base para a compreensão da centralidade da sexualidade na construção da identidade e do bem-estar das pessoas idosas, bem como

para a consciencialização da sociedade para a necessidade de reconhecer e respeitar o direito a uma vida sexual plena na velhice.

De acordo com as narrativas dos entrevistados, a sua sexualidade não está sujeita às opiniões dos outros, nem às normas culturais e sociais sobre o envelhecimento. Cada pessoa vive e desfruta da sua sexualidade nos seus próprios termos, o que levou à decisão de ser ou não sexualmente ativo; e embora estejam conscientes de que ainda existe um tabu para falar sobre a sexualidade na velhice, e que fatores como a idade e o sexo desempenham um papel nas mudanças da sexualidade, a opinião geral é que o sexo na velhice tem mais benefícios do que riscos, pelo que é importante cuidar e manter a sexualidade nesta fase.

A análise das trajetórias de vida dos participantes permitiu desnaturalizar a visão da sexualidade como algo estático e universal, e compreender o seu carácter situado e dinâmico. Os resultados permitiram o desenvolvimento de uma perspetiva mais complexa e matizada sobre a sexualidade na velhice que transcende as visões reducionistas ou estereotipadas.

Ao tornar visível e analisar criticamente o impacto do envelhecimento na experiência da sexualidade das pessoas idosas, foi possível identificar a presença de preconceitos, estereótipos e discriminação relacionados com a idade, e compreender como estes afetam a construção da identidade sexual e as oportunidades de expressão e vivência da sexualidade. A este respeito, importa referir que, de um modo geral, a maioria das pessoas idosas entrevistadas não reconhece ser afetada pelo idadismo, pois consideram a sexualidade na velhice como algo natural, uma parte muito importante da vida e que deve ser cuidada. As trajetórias de vida influenciam a forma como a sexualidade é percebida.

Para a maioria das pessoas idosas entrevistadas, a inatividade sexual deve-se principalmente à ausência de um parceiro, seja por viuvez, divórcio ou condição solteira; mas não porque a sexualidade seja considerada pouco importante na velhice. Por outro lado, por vezes, a rotina, a presença de doenças ou a evolução da vida de outras pessoas ou acontecimentos (e.g. casamento, nascimento de filhos e netos, divórcio, mudança para outras cidades ou países, etc.), mais do que a evolução de si próprios enquanto indivíduos, podem influenciar as atitudes e os comportamentos em relação à sexualidade na velhice.

É importante destacar que o envelhecimento corresponde a um processo temporal, natural e não uniforme, que se estende desde o nascimento até à morte (Dias, 2012), como já referido no início deste trabalho.

As pessoas idosas que aceitaram participar neste estudo foram respeitadas enquanto indivíduos não apenas como um objeto de investigação. Foi importante ouvir as trajetórias de vida das pessoas idosas uma vez que conseguimos captar os relatos das suas vivências e experiências.

Ao analisar os dados recolhidos podemos verificar que quatro dos inquiridos revelaram não ter vida sexual, no entanto, diz-nos a literatura consultada que embora o sexo tenda a diminuir com a idade, existe um número significativo de pessoas que continuam a praticar sexo, mesmo com idades avançadas (Baldwin *et al.* 2003), o que pode querer dizer que há “silêncios”, ou seja, que embora exista, não se fala.

As principais limitações do presente estudo que, com base numa abordagem mista, procurou analisar a sexualidade das pessoas idosas a partir da sua própria perspectiva, foram o facto de as pessoas idosas, especialmente aquelas que apresentam diversidade sexual, sendo que a diversidade sexual é um conceito sociológico que abrange a variedade de orientações sexuais, identidades de género e expressões de sexualidade que existem na sociedade. Este reconhecimento é fundamental para entender as dinâmicas sociais, culturais e políticas que afetam as populações sexualmente diversas e para promover a igualdade e a inclusão (Hines, 2010), podem ter sido relutantes em participar de estudos sobre sua sexualidade devido ao estigma e preconceito social. E este facto pode limitar a amostra e a extrapolação teórica dos resultados.

Os participantes mais velhos podem ter tido tendência para dar respostas que considerem mais socialmente aceitáveis, em vez de expressarem abertamente as suas experiências reais e as experiências da sua sexualidade. A sexualidade na velhice é uma questão multidimensional que envolve aspetos biológicos, psicológicos, sociais e culturais. Captar esta complexidade através de um estudo misto foi um desafio.

As entrevistas, embora permitam uma exploração aprofundada de experiências subjetivas, não podendo estar sujeitas a preconceitos do investigador e a dificuldades de generalização dos resultados, levaram a um maior cuidado da investigadora.

Em suma, as principais limitações do estudo centraram-se em torno da acessibilidade e representatividade da amostra, dos enviesamentos inerentes aos

métodos, da complexidade do fenómeno e da sensibilidade do tema. Uma conceção cuidadosa ajudou a atenuar estas limitações.

O estudo tem importantes implicações práticas e teóricas, do ponto de vista prático, este trabalho de investigação permite compreender melhor a vivência da sexualidade na velhice a partir da perspectiva das próprias pessoas idosas, dando voz a um grupo cuja sexualidade é muitas vezes invisibilizada ou estigmatizada.

Assim, este estudo revela a complexidade e a relevância da sexualidade na velhice, desafiando preconceitos e promovendo uma compreensão mais profunda das experiências dos idosos.

Algumas linhas de investigação futuras para aprofundar o estudo da sexualidade nas pessoas idosas, com base nos objetivos definidos na investigação proposta, poderiam ser alargar o estudo a uma amostra mais diversificada de pessoas idosas, incluindo as que têm diversidade sexual (homossexuais, bissexuais, transexuais, etc.), de modo a compreender como o envelhecimento e a homofobia/transfobia interagem na construção da sua experiência sexual; a realização de estudos longitudinais para analisar a forma como as atitudes e experiências sexuais das pessoas evoluem à medida que envelhecem, e como as trajetórias de vida influenciam estas mudanças; explorar o papel dos profissionais de saúde (médicos, enfermeiros, psicólogos, etc.) na construção social da sexualidade na velhice, através de estudos qualitativos e quantitativos; desenvolver e avaliar a eficácia de programas de educação sexual dirigidos especificamente a pessoas idosas, para promover uma vivência mais positiva e saudável da sexualidade nesta fase da vida; analisar o impacto das políticas públicas e dos modelos de atendimento às pessoas idosas (residências, centros de dia, etc.) nas oportunidades e barreiras à vivência da sexualidade, na perspectiva dos próprios utentes; realizar estudos comparativos entre diferentes países e culturas, a fim de compreender como os fatores socioculturais influenciam a construção da sexualidade na velhice. As linhas de investigação futuras procuram gerar conhecimentos que permitam promover uma vivência mais positiva e saudável da sexualidade na velhice sem preconceitos nem estereótipos.

Em suma, este trabalho de investigação que iniciou com o intuito de compreender como é que as trajetórias de vida das pessoas idosas moldam as suas atitudes e comportamentos em relação à sexualidade na velhice e de que forma as normas culturais e sociais sobre envelhecimento e sexualidade afetam a vivência da sexualidade pelas pessoas idosas, ajudará sociologicamente a entender melhor a sexualidade na velhice, a tornar essa dimensão fundamental da vida de pessoas mais

velhas mais visível e a promover abordagens mais inclusivas e respeitadas em pesquisa, política e prática. Através da análise das vozes e experiências dos próprios participantes, uma compreensão mais profunda e matizada de um fenómeno complexo e multidimensional pode ser obtida, que vai além de visões reducionistas ou estereotipadas. Os resultados obtidos com este trabalho de pesquisa servirão como uma contribuição para intervenções que podem ser desenvolvidas para promover uma experiência mais positiva e saudável da sexualidade na velhice, bem como para construir uma sociedade mais inclusiva e respeitosa com a diversidade sexual ao longo do curso de vida.

Referências bibliográficas

- Aboim, S. (2014). Narrativas do envelhecimento – Ser velho na sociedade contemporânea. *Tempo Social, Revista de Sociologia da USP*, 26(1), 207-232. <https://doi.org/10.1590/S0103-20702014000100013>
- Altman, A. (2020). *Discrimination*. In Zalta, E. *Stanford encyclopedia of philosophy*. Stanford (CA): Center for the Study of Language and Information. <https://plato.stanford.edu/entries/discrimination/>
- Araújo, L., & Melo, S. (2018). Relacione-se com os outros. In Ribeiro, O., & Paúl, C. (Coord.). *Manual de envelhecimento ativo* (pp. 157-190). Lidel – Edições Técnicas.
- Associação Portuguesa de Sociologia. (1992). *Código Deontológico*. <https://aps.pt/pt/codigo-deontologico/>
- Azevedo, A. (2020). Envelhecimento nas comunidades no pós-covid-19. In Carmo, R., Tavares, I., & Cândido, A. (Orgs). *Um olhar sociológico sobre a Crise Covid-19 em livro* (pp. 158-169). Observatório das Desigualdades, CIES-ISCTE.
- Baldwin, K., Ginsberg, P., & Harkaway, R. C. (2003). Under-reporting of erectile dysfunction among men with unrelated urologic conditions. *Int J Impot Res.*, 15(2), 87-89.
- Bardin, L. (1977). *Análise de conteúdo*. Edições 70.
- Bauman, Z. (2003). *Amor líquido: Sobre a fragilidade dos laços humanos*. Jorge Zahar.
- Bazeley, P., & Jackson, K. (2013). *Qualitative data analysis with NVivo* (2nd ed.). Sage.
- Beauty, N. (5 de Junho de 2024). Quando o preconceito passa pelas nossas redes sociais. *Público*. <https://www.Público.pt/2024/06/05/impar/opiniao/preconceito-passa-redes-sociais-2092946>
- Bergman, Y., & Bodner, E. (2015). Ageist attitudes block young adults' ability for compassion toward incapacitated older adults. *International Psychogeriatrics*, 27(9), 1541–1550. <https://doi.org/10.1017/S1041610215000198>
- Cambão, M., Sousa, L., Santos, M., Mimoso, S., Correia, S., & Sobral, D. (2019). QualiSex: Estudo da associação entre a qualidade de vida e a sexualidade nos idosos numa população do Porto. *Revista Portuguesa de Medicina Geral e Familiar*, 35(1), 12-20. <https://doi.org/10.32385/rpmgf.v35i1.11932>

- Carreira, C. (2014). Sexualidade na terceira idade – Um estudo comparativo. *Psicologia*. <https://www.psicologia.pt/teses/textos/TE0009.pdf>
- Carstensen, L. (1995). Evidence for a Life-Span Theory of Socioemotional Selectivity. *Psychological Science*, 4(5), 151-156. <https://doi.org/10.1111/1467-8721.ep11512261>
- Costa, F. G. (2006). *A tomada de consciência e o grupo focal na transformação das representações sociais do envelhecimento: Uma pesquisa de intervenção*. [Tese de Doutoramento, Universidade de Brasília]. <http://repositorio.unb.br/handle/10482/6673>
- Costa, N. (2019). *Vivência da sexualidade na terceira idade: A importância do relacionamento amoroso e da atividade sexual*. [Dissertação de Mestrado, Universidade de Coimbra]. Repositório Científico da UC. <http://hdl.handle.net/10316/94920>
- Costa, P. (2017). *A casa: do espaço construído ao espaço vivido*. [Dissertação de Mestrado, Universidade de Lisboa]. Repositório da Universidade de Lisboa. <http://hdl.handle.net/10400.5/14429>
- Costa, R. (2014, abril 14-16). *Ridendo castigat mores. A transcrição de entrevistas e a (re)construção social da realidade*. Actas do VIII Congresso Português de Sociologia “40 anos de democracia(s): Progressos, contradições e prospetivas. Universidade de Évora. http://www.aps.pt/viii_congresso/VIII_ACTAS/VIII_COM0622.pdf
- Creswell, J.W. (2014). *A concise introduction to mixed methods research*. SAGE.
- De Lima, F.P.S., Dutra, L.N.L., Novaes, L.F., Fernandes, I.S., Brech, G.C., & Salles., RJ (2022). Corpo temporal e sexualidade atemporal: um conflito na viatura. *Research, Society and Development*, 11 (9), e10811931519-e10811931519.
- DeLamater, J. D. (2012). Sexual expression in later life: A review and synthesis. *Journal of Sex Research*, 49(2-3), 125-141. <https://doi.org/10.1080/00224499.2011.603168>
- Dias, I. (2012). O uso das tecnologias digitais entre os seniores: Motivações e interesses. *Sociologia Problemas e Práticas*, 68, 51-77. <https://journals.openedition.org/spp/686>
- Dias, S. (05 de janeiro de 2024). *Pornografia está mais ‘madura’*. *Televisão&Media*.

- Domingues, C. (2020). *Sexualidade e intimidade no processo de envelhecimento – Uma perspectiva masculina*. [Dissertação de Mestrado, Instituto Politécnico de Viana do Castelo]. Repositório Científico IPVC. <http://hdl.handle.net/20.500.11960/2502>
- Drury L., Abrams D, & Swift, H. (2017). *Making intergenerational connections – An evidence review*. Age UK.
- Eliopoulos, C. (2014). *Enfermería Gerontológica* (8ª ed). Barcelona: Wolters Kluwer España.
- Ennuyer, B. (2002). *Les malentendus de la dépendance- De l'incapacité au lien social*. Paris: Dunod.
- Fawsitt, F., & Setti, A. (2017). Extending the stereotype embodiment model: A targeted review. *Translational Issues in Psychological Science*, 3(4), 357-369.
- Feliciano, A. (2013). *Vivências e representações sociais dos idosos sobre a sexualidade na terceira e quarta idade: Estudo de caso*. [Dissertação de Mestrado, Instituto Politécnico de Santarém]. Repositório Científico do Instituto Politécnico de Santarém. <http://hdl.handle.net/10400.15/1116>
- Feliciano, A., & Galinha, S. (2017). Perceções dos idosos sobre a sexualidade em idades avançadas – Estudo exploratório. *Revista da UIIPS – Unidade de Investigação do Instituto Politécnico de Santarém*, 5(3), 160-169. <https://doi.org/10.25746/ruiips.v5.i3.14532>
- Fernandes, A. (2001). Velhice, solidariedades familiares e política social: Itinerário de pesquisa em torno do aumento da esperança de vida. *Sociologia, Problemas e Práticas*, 36, 39-52. <http://hdl.handle.net/10071/407>
- Fernandes, L. (2006). A sexualidade no idoso. *Rev Fac Med Lisboa*. 11(4), 225-231.
- Figueiredo, A. (2017). *Reativar e habitar a cidade – Novos modelos de habitar enquanto estratégia de regeneração de Marvila*. [Dissertação de Mestrado, Universidade de Lisboa]. Repositório da Universidade de Lisboa. <http://hdl.handle.net/10400.5/13928>
- Flick, U. (2009). *Uma introdução à pesquisa qualitativa* (4ª ed.)
- Fonseca, A. (2004). *O envelhecimento. Uma abordagem psicológica*. Universidade Católica Editora.
- Foucault, M. (1982). *Silêncio, sexo e verdade*. Uma entrevista com Michel Foucault, traduzido por Wanderson Flor do Nascimento a partir de de Foucault, Michel. Dits et Écrits, Paris: Gallimard, 1994, 525-538. In Espaço Foucault, <http://www.unb.br/fe/tef/filoesco/foucault>

- Foucault, M. 1994 [1984]. *História da Sexualidade – II. O Uso dos Prazeres*, Lisboa: Relógio d'Água.
- Foucault, M. (1999). *História da sexualidade I: A vontade de saber*. Edições 70.
- Giddens, A. (1993). *A transformação da intimidade – Sexualidade, amor e erotismo nas sociedades modernas*. (4ª ed.). Editora UNESP.
- Gil, A. P. (2007). Envelhecimento activo: complementariedades e contradições. *Forum Sociológico*, 17.
- Gois, A., Santos, R., Silva, T., & Aguiar, V. (2017). Percepção do homem idoso em relação a sua sexualidade. *Enfermagem em Foco*, 8(3), 14-18. <http://revista.cofen.gov.br/index.php/enfermagem/article/view/1024/392>
- Gomes, M. S., Jadir, L., & Sá, R. N. (2008). O papel do idoso nas dinâmicas sociais de realização do ser-no-mundo-com-o-outro. *Revista Transdisciplinar de Gerontologia*, 1.
- Govindaraju, T., Sahle, B., McCaffrey, TA, McNeil JJ, Owen AJ. (2018). Dietary patterns and quality of life in older adults: A systematic review. *Nutrients*, 10(8), 971. DOI: <https://doi.org/10.3390/nu10080971>
- Graça, T. (2024, 15 de maio). Homens e mulheres podem ser “só” amigos: será verdade? *Público*. <https://www.publico.pt/2024/05/15/estudiop/noticia/homens-mulheres-podem-so-amigos-sera-verdade-2090370>
- Guerra, I. (2006). *Pesquisa qualitativa e análise de conteúdo – Sentidos e formas de uso*. Príncípia.
- Heath, H. (2019). Sexuality and sexual intimacy in later life. *Nurs Older People*, 31(1), 40-48. DOI: <https://doi.org/10.7748/nop.2019.e1102>
- Hines, S. (2010). *Gender diversity: A social and cultural approach*. Palgrave Macmillan
- Instituto Nacional de Estatística e Pordata. (2023, março 07). População residente segundo os Censos: Total e por grandes grupos etários. Fundação Francisco Manuel dos Santos. <https://www.pordata.pt/portugal/populacao+residente+segundo+os+censos+total+e+por+grandes+grupos+etarios-512>
- Jacob, L. (2011). Sexualidade na idade maior. In Jacob, L., & Fernandes, H. (Coord.). *Ideias para um envelhecimento ativo* (pp. 94-118). RUTIS: Associação Rede de Universidades da Terceira Idade.

- Jardim, V. C. F. D. S., Medeiros, B. F. D., & Brito, A. M. D. (2019). Um olhar sobre o processo do envelhecimento: a percepção de idosos sobre a velhice. *Revista brasileira de geriatria e gerontologia*, 9, 25-34.
- Kara, H. (2015). *Creative research methods in the social sciences – A practical guide*. Policy Press.
- Kite, M.E., & Whitley, B.J. (2016). *Psychology of prejudice and discrimination*. Routledge.
- Kvale, S. (1996). *InterViews: Uma introdução à entrevista de pesquisa qualitativa*. Sage Publicat
- Levy, B. (2009). Stereotype embodiment: A psychosocial approach to aging. *Current Directions in Psychological Science*, 18(6), 332-336. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8721.2009.01662.x>
- Levy, B., Chung, P., Bedford, T., & Navrazhina, K. (2014). Facebook as a site for negative age stereotypes. *Gerontology*, 54(2), 172-176.
- Lima, M. (1972). O inquérito sociológico: Problemas de metodologia. *Análise Social*, 9(35/36), 558-628. <https://www.jstor.org/stable/41008093>
- Machado, F. (2009). Meio século de investigação sociológica em Portugal – Uma interpretação empiricamente ilustrada. *Sociologia*, 19, 283-343.
- Maia, C. (2021). Perceções de envelhecimento e construção social da velhice. In Pinheiro, J. (Coord.). *Olhares sobre o envelhecimento. Estudos interdisciplinares*, (Vol. I, pp. 169-178). <https://doi.org/10.34640/universidademadeira2021maia>
- May, V. (2019). Personal life across the life course. En Vanessa May y Petra Nordqvist, (ed.), *Sociology of personal life*, UK: Morgan Centre for Research into Everyday Lives University of Manchester, pp. 87-90.
- May, V. & Nordqvist, P. (2019). *Sociology of personal life*. Bloomsbury Publishing.
- May, V. y Nordqvist, P. (2019) Introducing a sociology of personal life. En Vanessa May y Petra Nordqvist, (ed.). *Sociology of personal life*, (pp. 1-15), UK: Morgan Centre for Research into Everyday Lives University of Manchester,.
- Mayring, P. (2014). *Qualitative content analysis: Theoretical foundation, basic procedures and software solution*. GESIS/Leibniz-Institut. <http://nbn-resolving.de/urn:nbn:de:0168-ssoar-395173>
- Mendes, M. (2017). Envelhecimento e fecundidades: uma antevisão do nosso futuro demográfico. En Pedro Moura Ferreira, Manuel Villaverde Cabral, Amílcar Moreira (org.). *Envelhecimento na sociedade portuguesa: pensões, família e*

- cuidades: ciclo de coloquios*. Lisboa: ICS. Imprensa de Ciências Sociais, (pp 111-140).
- Minayo, M. (2010). Técnicas de pesquisa: Entrevista como técnica privilegiada de comunicação. In M, Minayo, *O desafio do conhecimento: Pesquisa qualitativa em saúde* (12ª ed., pp. 261-297). Hucitec.
- Miranda, E. (2014). *O centro histórico e as centralidades em Évora – Dinâmicas urbanas e organização espacial*. [Dissertação de Mestrado, Instituto Superior Técnico de Lisboa]. Repositório do Técnico de Lisboa. <https://fenix.tecnico.ulisboa.pt/cursos/muot/dissertacao/846778572210492>
- Morgado Neves, D. (2019). Sexualidade: Saber e Individualidade. *Revista Estudos Feministas*, 27 (2), e54146.
- Morgan, D. (2019). Conceptualising the personal. En Vanessa May y Petra Nordqvist, (ed.), *Sociology of personal life*, (pp. 16-29).UK: Morgan Centre for Research into Everyday Lives University of Manchester
- Nunes, A., Ferreira, R., & Costa, P. (2020). Visões sobre envelhecimento e sexualidade. In Faria, M., Ramalho, J., Nunes, A., Fernandes, A. (Coord.). *Visões sobre o envelhecimento*. (pp. 181-194). IPBeja Editorial. <https://repositorio.ipbeja.pt/bitstream/20.500.12207/5193/4/VIS%c3%95ES%20OBRE%20O%20ENVELHECIMENTO.pdf>
- Oliveira, LDSSCB., Souza, E. C., Rodrigues, R.A.S., Fett, C. A., Piva, A. B. (2019). The effects of physical activity on anxiety, depression, and quality of life in elderly people living in the community. *Trends Psychiatry Psychother*, 41(1), 36-42. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/2237-6089-2017-0129>
- Organização das Nações Unidas. (s.d.). *Envelhecimento*. <https://unric.org/pt/envelhecimento/>
- Organização Pan-Americana da Saúde. (2021). *Relatório mundial sobre o idadismo*. <https://iris.paho.org/handle/10665.2/55872>
- Palha, A. (2012). Envelhecimento ativo e sexualidade. In C. Moura, *Processos e estratégias de envelhecimento: Intervenção para um envelhecimento ativo* (pp. 135-144). Euedito.
- Paranhos, R., Filho, D., Rocha, E., Júnior, J., & Freitas, D. (2016). Uma introdução aos métodos mistos. *Sociologias*, 18(42), 384-411. <https://doi.org/10.1590/15174522-018004221>

- Pereira, A., Miranda, T. Manso, M. e Santos, A. (6 de janeiro de 2023). Idosos LGBT+. Envelhecer pode ser uma libertação. *Público*. <https://www.Público.pt/multimedia/interactivo/idosos-lgbt--envelhecer-pode-ser-uma-libertacao>
- Policarpo, V. (2011). *Indivíduo e Sexualidade: a construção social da experiência sexual*. Tese de Doutoramento. Universidade de Lisboa.
- Ponholzer, A., Roehlich, M., Racz, U., Temml, C., & Madersbacher, S. (2005). Female sexual dysfunction in a healthy Austrian cohort: prevalence and risk factors. *Eur Urol.*, 47(3), 366-375.
- Público. (2024, 31 de maio). *Público volta a ser o único jornal generalista a crescer em circulação total paga*. Público. <https://www.publico.pt/2024/05/31/sociedade/noticia/publico-volta-unico-jornal-generalista-crescer-circulacao-total-paga-2092446>
- Quivy, R., & Campenhoudt, L. (2017). *Manual de investigação em ciências sociais* (7ª ed.). Gradiva.
- Ribeiro, A. A., & Cerqueira, M. B. (2014). O envelhecimento contemporâneo no cinema: Corpo, sexualidade e quotidiano. *Memorialidades*, 21(29), 29-55. <https://periodicos.uesc.br/index.php/memorialidades/article/view/625/564>
- Rohde, G., Berg, K., & Haugeberg, G. (2014). Perceived effects of health status on sexual activity in women and men older than 50 years. *Health Qual Life Outcomes*, 12, 43.
- Sánchez, F.L., & Ulacia, J. C. (2005). *Sexualidad en la Vejez* (2.ª ed.). Madrid: Ediciones Pirámide.
- Santos Morais, D. (2024, 13 de maio). Que famílias queremos para o século XXI? Público <https://www.publico.pt/2024/05/13/p3/noticia/familias-queremos-seculo-xxi-2089849>
- Santos, P., Oliveira, J., Sousa, J., Amorim, T., Gomes, J., Silva, L., Alves, D., Alves, V. e Brito, L. (2023). A importância da sexualidade na saúde do idoso. *Research, Society and Development*, 12(2), 1-16.
- Santos Silva, J. (15 de fevereiro de 2023). Nesta residência na Suécia, os idosos podem comprar brinquedos sexuais num “cesto do prazer”. *Público*. <https://www.Público.pt/2023/02/15/p3/noticia/neste-lar-suecia-idosos-podem-comprar-brinquedos-sexuais-cesto-prazer-2038901>

- Sá-Silva, J., Almeida, C., & Guindani, J. (2009). Pesquisa documental: Pistas teóricas e metodológicas. *Revista Brasileira de História e Ciências Sociais*, 1(1), 1-15.
- Silva, E. (2013). *Retratos da velhice na freguesia de Basto: Cabeceiras de Basto*. [Dissertação de Mestrado, Instituto Politécnico de Leiria]. Repositório IC-Online. <http://hdl.handle.net/10400.8/3183>
- Silver, C., & Lewins, A. (2014). *Using software in qualitative research: A step-by-step guide* (2nd ed.). Sage.
- Silvestre, M., Fialho, I., & Saragoça, J. (2014). Da palavra à construção de conhecimento científico: Um olhar reflexivo e meta-avaliativo sobre o guião de entrevista. *Comunicação & Informação*, 17(2), 119-138. <https://doi.org/10.5216/31793>
- Smart, C. (2007). *Personal Life – New directions in sociological thinking*. Cambridge: Polity Press.
- Sousa, A. (2013). *Intimidade e sexualidade: Um estudo qualitativo com mulheres idosas*. [Dissertação de Mestrado, Instituto Politécnico de Viana do Castelo]. Repositório Científico IPVC. <http://hdl.handle.net/20.500.11960/1793>
- Spector, G. (2006). Never-aging stories. *Journal of Gender Studies*, 15(1), 67-87
- Srinivasan, S., Glover, J., Tampi, R., Tampi, D., & Sewell, D. (2019). Sexuality and the Older Adult. *Curr Psychiatry Rep.*, 21, 97. DOI: <https://doi.org/10.1007/s11920-019-1090-4>
- Stephan, W.G., & Stephan, C.W. (2017). Intergroup threat theory. In Kim, Y. *The international exploreria of intercultural communication*, (Vol. 3, pp. 1-12).
- The Whoqol Group. (1998). The World Health Organization Quality of Life Assessment (WHOQOL): development and general psychometric properties. *Soc Sci Med.*, 46(12), 1569-85. DOI: [http://dx.doi.org/10.1016/s0277-9536\(98\)00009-4](http://dx.doi.org/10.1016/s0277-9536(98)00009-4)
- Thomas, H., Hess, R., & Thurston, R. (2015). Correlates of sexual activity and satisfaction in midlife and older women. *Ann Fam Med.*, 13(4), 336- 342.
- Thornton, J. E. (2002). Myths of aging or ageist stereotypes. *Educational Gerontology*, 28, 301-3012. <https://doi.org/10.1080/036012702753590415>
- Tortosa, J.M., & Motte, C.A.M. (2002). Envejecimiento Social, In J. M. Tortosa (ed.), *Psicología del Envejecimiento*. Madrid: Ediciones Pirámide.
- Vagetti, G. C., Barbosa Filho, V. C., Moreira, N. B., Oliveira, V., Mazzardo, O. & Campos, W. (2014). Association between physical activity and quality of life in

the elderly: A systematic review, 2000-2012. *Rev Bras Psiquiatr.*, 36(1), 76-88.

DOI: <https://doi.org/10.1590/1516-4446-2012-0895>

Valente, R. (2008, junho 25-28). “*Sinto logo existo!*.” – *Estudo sociológico sobre sexualidade na terceira idade*. [Comunicação no VI Congresso Português de Sociologia]. *Mundos Sociais: Saberes e Práticas*, Universidade Nova de Lisboa.

<http://associacaoportuguesasociologia.pt/vicongresso/pdfs/72.pdf>

Vieira, M. & Pimentel, L. (2016). *Relações intergeracionais: A arte de envelhecer aprendendo com os jovens*. In Pimentel, L., Lopes, S. M., & Faria, S. (Orgs). *Envelhecendo e aprendendo: A aprendizagem ao longo da vida no processo de envelhecimento ativo*. (pp. 165-194). Editora Coisas de Ler.

World Health Organization (WHO, 2002). *Active Ageing. A policy framework. A contribution of the WHO to the Second United Nations World Assembly on Aging*. Madrid: WHO.

World Health Organization. (2006). *Defining sexual health: Report of a technical consultation on sexual health*. World Health Organization.

<https://www.cesas.lu/perch/resources/whodefiningsexualhealth.pdf>

Apêndice 1. Guião de Entrevista

APRESENTAÇÃO E OBJETIVOS DA ENTREVISTA

Olá bom dia,

O meu nome é Marisa Paiva, sou aluna do Mestrado em Sociologia na Universidade de Évora. No âmbito da dissertação de mestrado em Sociologia estou a desenvolver um estudo com o objetivo de conhecerem pouco melhor as vivências/experiências das pessoas idosas no que concerne à sua intimidade e sexualidade, assim como a existência, ou não, de preconceitos em torno de tal experiência, tanto a nível individual como a nível social. No caso específico desta entrevista pretende-se obter a visão pessoal de cada indivíduo.

É neste contexto que agradeço, desde já, a sua disponibilidade para colaborar comigo. Em concreto, o que lhe vou pedir é que por favor responda a um conjunto de questões que lhe irei colocar em tornodeste tema.

Quero ainda informar que a informação recolhida através desta entrevista destina-se apenas e exclusivamente à realização de um trabalho de natureza académica e garantir-lhe que nunca o seu nome será associado a qualquer informação que me venha a transmitir. Se assim o entender, podemos até acordar um pseudónimo/nome fictício sobre o qual será identificado posteriormente.

A entrevista não tem uma duração pré-definida, pelo que pode falar durante o tempo que julgar necessário. Quero que se sinta totalmente à vontade para voltar atrás se assim o entender, não responder a algumas questões, ou até mesmo desistir de participar neste estudo se for também essa a sua vontade.

O meu objetivo, como vê, é que se sinta o mais à-vontade possível durante esta entrevista, cujo tempo de aplicação médio está previsto para os 30-60 minutos.

Finalmente, quero pedir-lhe autorização para gravar esta entrevista com recurso ao gravador do telemóvel. Apenas o áudio será gravado. A gravação é necessária porque não conseguiria memorizar tudo o que venha a dizer, e também porque este procedimento simples e que não interfere em nada com a nossa conversa facilitará bastante o tratamento e a análise posterior dos dados.

Autoriza que a entrevista seja gravada? (aguardar resposta)

Agradeço desde já toda a sua disponibilidade e se concordar passamos de imediato à realização da entrevista.

Podemos começar?

[Início da entrevista propriamente dita com recurso ao guião, ligação do microfone]

GUIÃO DE ENTREVISTA

[Começo por lhe colocar algumas questões de caracterização e sobre a sua trajetória de

I – PERFIL SOCIODEMOGRÁFICO E TRAJETÓRIA DE VIDA

vida...]

Homem / Mulher (riscar o que não interessa)

1. Que idade tem? [em alternativa, em que ano nasceu?]

2. Onde é que mora? [deixar falar]

[108xplorer:]

3. É uma aldeia, vila, cidade?

[Deixar falar. Depois,

explorar:]

- Como são as relações de vizinhança?

- Que relação tem com as pessoas que

lá vivem?

- De que é que falam?

- Quando (em que altura/dia/semana/...)

4. Por favor, fale-me mais um pouco sobre si. . .

[Deixar falar. Depois, indagar:]

- Qual é o seu estado civil?

- Com quem vive?

[explorar:]

- Número de pessoas

- Relações de parentesco

- Existem outras pessoas próximas com quem não vive? (filhos, netos, sobrinhos, etc...)

- Quem são?

- Frequência de contactos, etc...

- Qual é o nível de instrução completo mais elevado, que tem?

- Para além disso está ou esteve envolvido noutras atividades educativas/formação? Quais

(Universidade Sénior/Universidade Túlio Espanca/Inatel/Junta de Freguesia)

[explorar:]

- Qual a sua situação profissional atual?

[explorar:]

- Situação exata
- Há quanto tempo
- O que fazia
- No caso de ser reformado e trabalhar, em quê e porquê?
- Pensando na sua vida como um todo, quais foram as principais mudanças pelas quais passou até hoje?

[explorar:]

- Fases: infância, adolescência, vida adulta, situação atual
- Locais e marcadores temporais
- Episódios marcantes ao longo da vida (acontecimentos ou experiências)
- Importância atribuída e consequências

[Agora vou colocar um conjunto de questões sobre o tema principal desta entrevista: a sexualidade nas pessoas idosas]

II – REPRESENTAÇÕES SEXUAIS SOBRE SEXUALIDADE NA VELHICE

5. Fala-se muito sobre sexualidade, mas pouco sobre a sexualidade das pessoas mais velhas. O que pensa sobre isso?

[Deixar falar. Depois, explorar:]

- Porque é que será que não se fala? (109xplorer preconceitos)
- Com quem se fala sobre sexualidade? (cônjuge/parceiro/a, amigos, médicos e outros profissionais de saúde, estranhos, ...)
- Quem puxa o assunto? (o/a próprio/a, cônjuge/parceiro/a, medico, ...)
- Há pessoas com quem não se pode ou não se deve falar? Que pessoas são essas? (pais, filhos, amigos, ...)
- Como se fala de sexualidade? (linguagem científica, através de meias palavras, ...)
- Quando se fala? (em determinadas fases da vida, quando se tem problemas, doença, quando se vai ao médico, ...)

Para si, o que é a sexualidade?

[Deixar falar. Depois, explorar:]

Práticas ou experiências: em que consiste

Significado: sentimentos...

Há diferenças entre a sexualidade dos mais jovens e mais velhos?

E entre homens e mulheres? A que se devem?

E outras diferenças? Quais?

Para que serve a sexualidade? Ou que função desempenha na vida das pessoas?

[Deixar falar. Depois, explorar:]

- Funções (ter filhos, prazer, ...)

- Há riscos associados à sexualidade na velhice?

Se sim... quais? [explorar:] exemplos: medicação abusiva, automedicação, prostituição, redes sociais...

E benefícios?

[Explorar:] exemplos: nível emocional, bem estar...

[Agora vou colocar um conjunto de questões finais sobre a sua própria experiência]

III – EXPERIÊNCIAS DE SEXUALIDADE NA VELHICE

Como descreve a sua sexualidade atualmente?

[Deixar falar. Depois, explorar:]

Se reconhece existir:

- Em que consiste? Quais as práticas?

- Quando?

- Como? Explorar o recurso a objetos, técnicas, rituais, “brinquedos sexuais”

- Com quem?

-Onde?

- Importância atribuída?

- Como é?

- Para que serve?

- Como se sente?

- Como o/a faz sentir?
- Fala sobre isso? Com quem....
 - Se não reconhece:
 - Porquê?
 - Porque é que isso [adaptar] é impeditivo?
 - Admissibilidade de outras alternativas. Recurso a masturbação, internet

(sites de encontros, pornografia, ...), prostituição

Comparando com outras fases da vida, houve mudanças ao nível da sexualidade?

[Deixar falar. Depois, explorar:]

- Se houve mudanças ao longo do tempo, que mudanças foram essas?
- Porque surgiram? (exemplos: alteração do estado civil; doença do parceiro ou do próprio, “idade”, problemas no relacionamento, trabalho, ...)
- Que importância lhes atribui?
- Como as avalia? (Positivas, negativas, ...)
- Como lidou com essas mudanças? (Falou com parceiro; procurou ajuda médica; procurou outro tipo de ajuda – qual? ...)
- Que consequências tiveram? Para si, para o modo como acha que o seu/sua parceiro vê, e para o modo como os outros o veem.

Que conselhos daria a outras pessoas da sua idade que estão a lidar com questões relacionadas com a sua sexualidade?

[Deixar falar]

[Chegámos ao fim da entrevista. Tem alguma questão que gostasse de colocar ou de desenvolver mais?...

Muito obrigado pela colaboração!][Parar a gravação]

Apêndice 2. Quadro síntese de entrevistas realizadas

Entrevistas:

Entrevista #	ID (Numeração /Pseudónimo)	Local de realização	Transcrição integral/ seletiva	Idade	Habilitações	Estado civil	Código
1	Miguel	Évora	Integral	67	12º Ano	Casado	Miguel_67
2	Luís	Almada	Integral	72	12º Ano	Solteiro	Luís_72
3	Fátima	Palmela	Integral	66	Bacharelato	Divorciada	Fátima_66
4	Maria	Porto	Integral	65	Licenciatura	Solteira	Maria_65
5	Fernando	Olhão	Integral	79	12º Ano	Casado	Fernando_79
6	Angelina	Évora	Integral	74	Licenciatura	União de Facto	Angelina_74
7	Andreia	Portel	Integral	83	4ª Classe	Viúva	Andreia_83
8	Tiago	Évora	Integral	77	Curso Teatro	Solteiro	Tiago_77
9	Beatriz	Porto	Integral	80	4ª Classe	Viúva	Beatriz_80
10	Lúcia	Almada	Integral	67	Doutoramento	Casada	Lúcia_67
11	Mateus	Évora	Integral	69	Curso Técnico Informática	Casado	Mateus_69