

AS DIFICULDADES SEXUAIS EM CONTEXTO PSICOTERAPÊUTICO: ESTUDO QUALITATIVO COM IDOSOS

SEXUAL DIFFICULTIES IN PSYCHOTHERAPEUTIC CONTEXT: A QUALITATIVE STUDY WITH OLDER ADULTS

Sofia von Humboldt^{†1}, José Alberto Ribeiro-Gonçalves¹, Gail Low², & Isabel Leal¹

¹William James Center for Research; ISPA – Instituto Universitário, Lisboa, Portugal, sofia.humboldt@gmail.com, JGoncalves@ispa.pt, ileal@ispa.pt

²Faculty of Nursing, University of Alberta, Edmonton, AB, Canada, gaill@ualberta.ca

Resumo: O bem-estar sexual (BES) da população idosa pode ser significativamente influenciado pela idade e pelas dificuldades sexuais. Este estudo tem como objetivo explorar as dificuldades sexuais que afetam o BES, abordadas por idosos em contexto de terapia centrada na pessoa. Cinquenta e sete idosos, com idade compreendida entre os 65 e os 82 anos e residentes na comunidade participaram neste estudo qualitativo. Foram realizadas entrevistas semi-estruturadas e as narrativas dos participantes foram submetidas a uma análise de conteúdos. Os resultados revelaram quatro temas principais para estes participantes: (1) Ausência do companheiro; (2) interferência da família, (3) insatisfação com o corpo, (4) e doenças sexualmente transmissíveis. O SWB é maioritariamente desafiado pela ausência do companheiro e pela interferência da família. Este estudo sublinha a importância da exploração das dificuldades sexuais que a população idosa sente em relação ao seu SWB para a eficácia de intervenções clínicas e de saúde futuras com idosos.

Palavras-Chave: Bem-estar sexual; Dificuldades sexuais; Idosos; Terapia centrada na pessoa

Abstract: Older adults' sexual well-being (SWB) can be significantly influenced by age and sexual difficulties. This study aims to explore the sexual difficulties that affect their SWB, and that were addressed in the context of person-centered therapy. Fifty-seven older adults aged between 65 and 82 years old and living in the community, participated in this qualitative study. Semi-structured interviews were carried out and the participants' narratives were submitted to a content analysis. The results revealed four main themes for these participants: (1) Absence of a partner; (2) family interference, (3) body dissatisfaction, (4) and sexually transmitted diseases. The SWB is mostly challenged by the absence of the partner and family interference. This study underlines the importance of exploring the sexual difficulties that the older population experiences, in relation to their SWB, as contributing for the efficacy of future clinical and health interventions with older adults.

Keywords: Sexual well-being; Sexual difficulties; Older adults; Person-centered therapy

Como resultado do aumento da expectativa média de vida e melhorias na intervenção em saúde, a população está envelhecendo significativamente (OMS, 2015). Em 2050, prevê-se que haja um

aumento de mais de dois mil milhões de pessoas com 60 anos ou mais, correspondendo a mais do dobro que em 2017 e até cinco vezes mais que em 1980 (ONU, 2017). No entanto, são causados grandes desafios à saúde devido a estas mudanças demográficas (OMS, 2015). Em particular, a saúde sexual é uma área multidimensional essencial do bem-estar e da qualidade de vida dos idosos (OMS, 2010).

O desejo sexual é caracterizado com sendo uma fonte instintiva que nos induz para o contacto sexual, através do desejo de ter intimidade e pela capacidade de satisfazer impulsos relacionados ao erotismo, sensualidade e sexualidade (von Humboldt et al., 2020a). A procura por ajuda na terapia sexual por parte da população idosa aumentou, devido à falta de desejo sexual, principalmente mulheres idosas, e disfunção erétil, principalmente dos homens idosos (Morton, 2017). A terapia sexual é bastante influenciada pela abordagem cognitivo-comportamental, que tem uma ótica mais voltada para as disfunções sexuais ao longo do ciclo de vida (Washburn & von Humboldt, 2013). Alternativamente, a psicoterapia centrada na pessoa (PCT) pode oferecer uma exploração em profundidade do significado do bem-estar sexual dos idosos, com impacto no aumento significativo da autoestima (von Humboldt et al., 2020a), no entanto existem ainda muitas lacunas na literatura sobre PCT em idosos, sobretudo no campo da sexualidade (Washburn & von Humboldt, 2013).

Está a tornar-se cada vez mais pertinente o estudo da sexualidade num contexto terapêutico com a população idosa (Gillespie, 2016; von Humboldt et al., 2013). É uma área crucial na promoção da qualidade de vida, sendo também possível reconhecer os desafios atuais que esta população experiencia na área da sexualidade (Washburn & von Humboldt, 2013). Deste modo, o objetivo deste estudo é avaliar os temas sexuais que afetam o bem-estar sexual (BES) que os idosos apresentam num contexto de PCT.

MÉTODO

Participantes

O recrutamento dos participantes ocorreu por via do contacto com centros comunitários e universidades seniores na zona de Lisboa. Esses pacientes encontravam-se em terapia segundo a abordagem centrada na pessoa, devido ao seu pedido para explorar as preocupações sexuais numa perspetiva psicoterapêutica. Com o intuito de criar uma relação terapêutica sólida, foram recomendadas oito sessões complementares de forma a ir ao encontro do objetivo do estudo, explorando o BES. Foram aceites e incluídos neste estudo cinquenta e sete participantes portugueses.

Material

Realizaram-se semanalmente e de forma individualizada as entrevistas semi-estruturadas, com duração de cerca de 45 minutos (ver Quadro 1). Foram discutidos nas entrevistas temas relacionados com os desafios de viver e expressar a sexualidade na vida mais avançada. Todas as entrevistas foram transcritas e codificadas. O ISPA - Instituto Universitário e do William James Center for Research aprovou o protocolo e os procedimentos deste estudo, sendo que procedimentos estavam consoante os padrões éticos da Declaração de Helsínquia de 1964.

Procedimento

A análise dos dados foi realizada com base nas informações concebidas pela amostra durante as entrevistas segundo a análise de conteúdo. Dois psicólogos clínicos codificaram independentemente todas as entrevistas. O processo de codificação foi, em seguida, submetido a um processo de categorização. Finalmente, de forma a haver uma discussão teórica e empírica dos conteúdos obtidos, foi desenvolvido uma matriz de categorização resultados para permitir a saturação teórica das categorias. Foi também calculado o κ de Cohen com o intuito de avaliar a confiabilidade do processo ($\kappa = 0,82$). Posteriormente foi encontrado o consenso sobre os principais temas e subtemas encontrados.

Quadro 1. Amostra de características sociodemográficas e de saúde

| Características | (n=57) |
|-------------------------------------|----------------|
| Idade, media \pm DP | 72,4 \pm 3,1 |
| Género, n (%) | |
| Mulher | 32 (56,1) |
| Homem | 25 (43,9) |
| Agregado Familiar, n (%) | |
| Sozinho | 7 (12,3) |
| Com parceiro | 50 (87,7) |
| Educação, n (%) | |
| Ensino Básico | 31 (54,4) |
| Ensino Médio | 17 (29,8) |
| \geq Secundário | 9 (15,8) |
| Estado civil, n (%) | |
| Casado ou em um relacionamento | 46 (80,7) |
| Não casado nem em um relacionamento | 11 (19,3) |
| Estatuto profissional, n (%) | |
| Ativo | 32 (56,1) |
| Inativo | 25 (43,9) |
| Rendimento Anual, n (%) | |
| \leq 25,000 € | 28 (49,1) |
| $>$ 25,000 € | 29 (50,9) |
| Saúde Percebida, n (%) | |
| Boa | 44 (77,2) |
| Má | 13 (22,8) |

RESULTADOS

Os resultados deste estudo indicaram oito temas mutuamente exclusivos que integram diferentes relatos apresentados pelos participantes idosos durante a relativos ao seu SD e BES: Ausência do companheiro, interferência da família, insatisfação com o corpo e receio de contrair doenças sexualmente transmissíveis (ver o Quadro 2).

Tema 1: Ausência do companheiro

Ausência do companheiro para a atividade sexual foi o tema mais abordado pelos participantes deste estudo ($n = 23$), afetando de forma negativo o seu BES. A morte do parceiro foi o fator mais mencionado pelos participantes: “A minha atividade sexual diminui drasticamente desde que a minha querida mulher morreu” (Diogo, sexo masculino 82 anos). O declínio cognitivo do parceiro foi também destacado como uma causa para a indisponibilidade para o sexo. “Muito mudou... As vezes ela nem se lembra do meu nome... Já não existe aquela intimidade de antese por isso tudo parece estranho (Rui, 73 anos).

Quadro 2. Estatísticas descritivas de resultados

| Temas n (%) | ($n=72$) |
|---|----------------------------|
| Tema 1: Ausência do companheiro | 23 (20,9) |
| Tema 2: Interferência da família | 20 (18,2) |
| Tema 3: Insatisfação com o corpo | 18 (16,4) |
| Tema 4: Receio de contrair doenças sexualmente transmissíveis | 11 (4,5) |

Tema 2: Interferência da família

Vinte participantes mais velhos destacaram a família como um agente que interferia negativamente com o seu BES. Rita afirma, “divorciei-me do meu marido depois de trinta e dois anos de casamento. Ambos tínhamos objetivos diferentes e por isso achamos que esta decisão era a melhor. No momento de encontrar um novo parceiro, a minha família coloca-se no meio e o relacionamento acabava mesmo antes de começar. A minha família era um obstáculo e até hoje ainda não encontrei o meu novo amor” (Rita, 74 anos).

Tema 3: Insatisfação com o corpo

Pouco mais de 70% dos participantes ($n = 18$) indicaram que as mudanças físicas que vinham com o envelhecimento eram uma preocupação para o seu BES. Com o passar do tempo, mudanças no corpo, litações físicas e até alterações estéticas são inevitáveis. “Cabelos brancos, rugas, cicatrizes são mudanças que não deixar de notar e que de alguma forma nos faz sentir e agir de maneira diferente na cama”, conta Diana (75 anos).

Tema 4: Doenças sexualmente transmissíveis

Por fim, alguns idosos ($n = 5$) não deixaram de referir o receio de contrair doenças sexualmente transmissíveis (DSTs). Na verdade, as preocupações com as DSTs podem atrapalhar relacionamentos sexuais satisfatórios. “Desde que era jovem, sempre nos alertaram para este tipo de doenças e acho que o medo foi crescendo pois fui-me informando cada vez mais. Cadavez que faço sexo fico com medo e por isso agora a minha atividade sexual tem vindo a diminuir”, verbalizou Susana (74 anos).

DISCUSSÃO

O objetivo deste estudo é preencher uma lacuna de conhecimento sobre a variedade de percepções dos idosos quanto aos desafios ao seu BES.

O tema mais citado pelos pacientes deste estudo foi ausência do companheiro. De facto, o BES dos idosos é negativamente afetado pela ausência de um parceiro devido à morte ou divórcio (Træen et al., 2016). Em momento de luto nestas situações a PCT pode exercer uma função significativa, contribuindo para um autoconceito mais claro e uma melhor qualidade de vida dos idosos (Vogel et al., 2021).


A interferência da família foi o tema seguinte mais referido pelos participantes como um desafio para o seu BES. Na verdade, a família pode ser uma grande influência na vida sexual dos idosos. A indicação de que não existe a sexualidade na idade avançada pode gerar sentimentos de rejeição em relação aos familiares de idosos, podendo também aumentar os medos familiares associados à ocorrência de comportamentos de risco, afetando a saúde dos idosos (Gillespie, 2016).


Além disso, os idosos também se sentiram desafiados pelas mudanças físicas que acompanham o envelhecimento, influenciado negativamente para o seu BES. A aparência física e a auto-percepção, essencialmente a imagem corporal e uma sensação de atratividade, são muitas vezes influenciadas por padrões sociais e culturais externos podendo afetar a intimidade e a sexualidade da população idosa (Træen et al., 2016; von Humboldt et al., 2022). Além disso, a autoimagem, desejo sexual e excitação sexual podem ser negativamente influenciados por problemas físicos mais comuns na adultícia avançada, como doenças crónicas (von Humboldt & Leal, 2017; von Humboldt et al., 2018; von Humboldt et al., 2020b; von Humboldt et al., 2020c).

Por último, estes participantes indicaram o receio de contrair doenças sexualmente transmissíveis, como afetando negativamente o BES, especialmente quando se envolvem em atividades sexuais com novos parceiros. Apesar das taxas de DSTs estarem a aumentar entre idosos (Lyons et al., 2017), os idosos sexualmente ativos estão cientes das mesmas e, até certo ponto, como evitá-las, embora uma educação adicional pareça ser necessária.

Em suma, o nosso estudo evidenciou que os idosos sentiram o seu BES principalmente afetado pela ausência do companheiro, interferência da família, insatisfação com o corpo, e receio de contrair doenças sexualmente transmissíveis. É necessária mais investigação no contexto da psicoterapia para uma percepção e entendimento mais profundo das necessidades e desafios que os idosos enfrentam. É também essencial a produção e implementação correta de programas de intervenção para gerir os desafios mencionados acima na população idosa.

ORCID

Sofia von Humboldt  <https://orcid.org/0000-0001-9664-6735>

José Alberto Ribeiro-Gonçalves  <https://orcid.org/0000-0003-4983-4770>

Gail Low  <https://orcid.org/0000-0002-5004-3549>

Isabel Leal  <https://orcid.org/0000-0002-1672-7912>

CONTRIBUIÇÃO DOS AUTORES

Sofia von Humboldt: Concetualização; Curadoria dos dados; Análise formal; Aquisição de financiamento; Investigação; Metodologia; Administração do projeto; Recursos; Validação; Redação – revisão e edição.

José Alberto Ribeiro-Gonçalves: Metodologia; Visualização; Redação do rascunho original

Gail Low: Supervisão

Isabel Leal: Supervisão; Validação; Concetualização; Curadoria dos dados; Análise formal; Aquisição de financiamento;

Investigação; Metodologia; Administração do projeto; Recursos; Software; Supervisão; Validação; Visualização; Redação do rascunho original; Redação – revisão e edição.

REFERÊNCIAS

- Gillespie, B. J. (2016). Sexual synchronicity and communication among partnered older adults. *Journal of Sex & Marital Therapy, 43*, 441–455. <https://doi.org/10.1080/0092623x.2016.1182826>
- Hinchliff, S., Tetley, J., Lee, D., & Nazroo, J. (2017). Older adults' experiences of sexual difficulties: Qualitative findings from the English Longitudinal Study on Ageing (ELSA). *The Journal of Sex Research, 55*, 152–163. <https://doi.org/10.1080/00224499.2016.1269308>
- Lyons, A., Heywood, W., Fileborn, B., Minichiello, V., Barrett, C., Brown, G., Hinchliff, S., Malta, S., & Cramer, P. (2017). Sexually active older Australian's knowledge of sexually transmitted infections and safer sexual practices. *Australian and New Zealand Journal of Public Health, 41*, 259-261. <https://doi.org/10.1111/1753-6405.12655>
- Morton, L. (2017). Sexuality in the older adult. *Primary Care: Clinics in Office Practice, 44*, 429–438. <https://doi.org/10.1016/j.pop.2017.04.004>
- Træen, B., Carvalheira, A., Kvalem, I. L., Štulhofer, A., Janssen, E., Graham, C. A., Hald, G. M., & Enzlin, P. (2016). Sexuality in older adults (65+) - An overview of the recent literature, Part 2: Body image and sexual satisfaction. *International Journal of Sexual Health, 29*, 11–21. <https://doi.org/10.1080/19317611.2016.1227012>
- United Nations (UN). (2017). *World Population Ageing 2017 – Highlights*. Author.
- Vogel, A., Comtesse, H., Nocon, A., Kersting, A., Rief, W., Steil, R., & Rosner, R. (2021). Feasibility of present-centered therapy for prolonged grief disorder: Results of a pilot study. *Frontiers in Psychiatry, 12*. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.534664>
- von Humboldt, S., & Leal, I. (2017). Correlates of adjustment to aging among the young-old and the oldest-old: A comparative analysis. *Educational Gerontology, 43*(4), 175-185. <https://doi.org/10.1080/03601277.2016.1272355>
- von Humboldt, S., Carneiro, F., & Leal, I. (2020a). Older lesbian, gay, and bisexual adults: What predicts adjustment to aging? *Sexuality Research and Social Policy, 18*, 1042–1048. <https://doi.org/10.1007/s13178-020-00507-0>
- von Humboldt, S., Leal, I., & Pimenta, F. (2013). Staying well in old age: Predicting older adults' wellness. *Health SA Gesondheid, 18*(1), 717-726. <https://doi.org/10.4102/hsag.v18i1.717>
- von Humboldt, S., Low, L., & Leal, I. (2020b). Are older adults satisfied with their sexuality? Outcomes from a cross-cultural study. *Educational Gerontology, 46*, 284-293. <https://doi.org/10.1080/03601277.2020.1744805>
- von Humboldt, S., Monteiro, A., & Leal, I. (2018). How do older adults experience intergenerational relationships? Different cultures, ambivalent feelings. *Educational Gerontology, 44*(8), 501-513. <https://doi.org/10.1080/03601277.2018.1520528>
- von Humboldt, S., Ribeiro-Gonçalves, J. A., Costa, A., Low, G., Benko, E., & Leal, I. (2022). Sexual well-being in older adults: A qualitative study with older adults from Portugal and Slovenia. *Sexuality Research and Social Policy, 1-13*. <https://doi.org/10.1007/s13178-022-00709-8>
- von Humboldt, S., Ribeiro-Gonçalves, J. A., Costa, A., Low, G., & Leal, I. (2020c). Sexual expression in old age: How older adults from different cultures express sexually? *Sexuality Research and Social Policy, 1-15*. <https://doi.org/10.1007/s13178-020-00453-x>
- Washburn, A. M., & von Humboldt, S. (2013). Counselling with older adults. In M. Cooper, M.

O'Hara, P. F. Schmid & A. C. Bohart (Eds.), *The Handbook of person-centered psychotherapy and counseling* (2nd Ed) (pp. 297-312). PalgraveMacMillan.

World Health Organization (WHO). (2010). *Measuring sexual health: Conceptual and practical considerations and related indicators*. World Health Organization

World Health Organization (WHO). (2015). *World report on ageing and health*. World Health Organization