

A SEXUALIDADE HUMANA NA FASE MADURA

MELO, Célia Maria da Silva

Profª Ms. do Curso de Psicologia FASU/ACEG – GARÇA – SP – BRASIL.

célia_psi@hotmail.com

RESUMO

Este artigo apresenta uma revisão da literatura sobre a sexualidade humana na fase madura, destacando os principais fatores que contribuem para que a sexualidade seja vivenciada pelo casal nesta fase da vida. A bibliografia demonstra que a sexualidade deve continuar, sendo agradável e proveitosa para o casal na fase madura, tanto para o homem como para a mulher, seja qual for o nível e a modalidade de sua expressão. Contudo, a sexualidade é um tema de amplitude, englobando inúmeros fatores, manifestando-se de maneira diferente em cada indivíduo.

Palavras chaves: sexualidade, conjugalidade, fase madura.

ABSTRACT

This article presents a review of the literature on human sexuality in the mature phase, in order to highlight the main factors that contribute to sexuality be experienced by the couple at this stage of life. The literature shows that sexuality should continue being nice and helpful to the couple in the mature phase, both for men as for women, whatever the level and mode of expression. However, sexuality is a broad topic, encompassing many factors, manifesting itself in different ways in each person.

Keywords: sexuality, conjugality, mature phase (maturity).

1. INTRODUÇÃO

De acordo com os estudos de Capodieci (2000), os aspectos psicossociais parecem exercer grande influência na sexualidade nas diversas fases da vida, numa inter-relação de variáveis psicológicas, ou seja, aquelas do indivíduo, e variáveis sociais, aquelas que o indivíduo percebe do ambiente, na sociedade e na cultura em que se encontra inserido. Nesse particular, a sexualidade envolve todos os sentidos, abrangendo um conjunto de experiências e emoções que se exprimem na continuidade do prazer que o acompanha em sua trajetória existencial.

Quanto à sexualidade e envelhecimento, segundo Capodieci (2000), tanto para homens como para mulheres, o componente emocional relacionado a doenças, uso de medicamentos e intervenções cirúrgicas podem exercer alguma influência sobre a sexualidade. Porém, essas questões podem ser minimizadas se a pessoa puder obter esclarecimentos sobre seus preconceitos e falar a respeito de seus temores. Na maioria dos casos, quando a dimensão emocional ficar estabelecida de forma satisfatória, também o nível de interesse e a atividade sexual voltarão a ficar normais.

Sob essa perspectiva, o casal na fase madura pode experimentar um potencial de satisfação no plano sexual por não ter que se preocupar com uma gravidez, sendo que as condições são boas sob todos os aspectos para ambos (KUSNETZOFF, 1996).

Steinke (1997) argumenta que na fase madura, embora o homem não tenha problema de fertilidade, pode experimentar crises emocionais, que podem refletir em seu vigor sexual, causando impotência, a qual tem como causas, problemas circulatórios e a diminuição da sensibilidade na região peniana, devendo-se, na maioria dos casos, a fatores emocionais. Nessa fase, tanto o homem quanto a mulher devem continuar a apreciar as relações sexuais, uma vez que a atividade sexual depende de

características físicas, psicológicas, biológicas e, também, da existência de uma companheira, dentro de seu contexto sócio-cultural.

Por esse motivo, o processo de amadurecimento e a constatação do envelhecimento exigem um equilíbrio emocional muito grande, por ser uma fase de grandes mudanças, em todos os sentidos, até mesmo na sexualidade (ALEOTTI, 2004).

Almeida (2006) fortalece esses argumentos afirmando que a sexualidade está situada num plano delicado de equilíbrio entre as emoções e as causas psicológicas. Dessa forma, se o homem temer a impotência, poderá criar estresse o suficiente para causá-la.

Nessa fase, nos homens, podem surgir alguns problemas de ajustamento sexual, uma vez que o impulso sexual do homem vem declinando, ocorrendo falhas de potência que podem perturbá-lo. Um casal harmonioso, com afeto e habilidade pode manejar essas mudanças, transformando-as em interesse sexuais (LIDZ, 1983).

Para Capodieci (2000), em relação às doenças e distúrbios que começam a aparecer na fase madura, é preciso prevenir e tratá-los, buscando separar o que é realmente doença e o que são os distúrbios psicológicos do processo de envelhecimento em si. É preciso avaliar que o envelhecimento não significa, necessariamente, uma associação com doenças, com processos cirúrgicos e com uso constante de medicamentos.

Tanto para o homem como para a mulher, a sexualidade deve continuar, seja qual for o nível e a modalidade de sua expressão, sendo agradável e proveitosa para o casal na fase madura, uma vez que nenhuma idade ou doença deve limitar a expressão sexual na vida das pessoas. Mesmo porque com o declínio da capacidade reprodutiva, em ambos os sexos o desejo e o prazer sexual podem continuar por toda a vida.

O objetivo deste artigo foi de destacar a importância da sexualidade na fase madura e metodologia escolhida para atingi-lo foi a pesquisa bibliográfica.

2. A SEXUALIDADE E A CONJUGALIDADE

Laumann, Paik e Rosen (1999) consideram que é, justamente, após a menopausa e a andropausa que homens e mulheres devem sentir-se mais livres para ter suas relações sexuais com mais prazer, sem a preocupação com a gravidez, por terem mais tempo para se dedicar um ao outro, sendo importante a qualidade de vida, sem as doenças que podem aparecer nessa fase.

Esses mesmos autores complementam essa ideia, destacando, ainda, que as relações sexuais diminuem nessa fase da vida, não somente em decorrência de problemas fisiológicos, mas também por problemas emocionais.

Dores, mal-estar e limitações causadas por doenças podem diminuir a autoestima e criar sentimentos de desinteresse ou aversão sexual. A sexualidade, para Capodieci (2000), se expressa de diferentes formas nas múltiplas etapas do ciclo vital, sendo que:

... ama-se de maneira mais profunda, consegue-se purificar o amor da paixão que é mais sensual do que genital. Assim, para eles, um olhar ou uma carícia podem valer mais do que muitas declarações de amor (CAPODIECI, 2000, p. 231).

É dessa forma, com mais autenticidade e espontaneidade, que a sexualidade é vivenciada pelo casal nessa fase da vida.

Ao finalizar essa breve explanação sobre sexualidade na fase madura pergunta-se: como a sexualidade será vivenciada pela próxima geração, nascida após a pílula e após a fase do “amor livre”?

Os estudos que respaldaram a presente pesquisa mostram que a atual geração já se beneficiou com a intensificação do contraceptivo e com os resultados das modernas pesquisas farmacológicas. Isto permitiu alterações significativas na organização das relações na família e nos modelos culturais que regem a sexualidade, inclusive, para o casal que atravessa a fase da maturidade.

Retomando uma perspectiva mais geral do tema, o presente estudo permitiu que se entendesse a sexualidade como uma construção sócio-histórico-cultural, com características distintas em cada sociedade.

Em relação à sexualidade na fase madura, compreendeu-se que depende muito mais de estímulos, tendo-se em vista políticas de prevenção veiculadas pela mídia, no sentido de que as pessoas cultivem bons hábitos ao longo da vida. Evitar maus hábitos e privilegiar o tratamento de doenças, certamente garantirá melhor qualidade de vida ao homem também em seu futuro.

Assim, entende-se que a expressão da sexualidade deva continuar, por ser agradável e proveitosa para o casal e por ser inerente ao ser humano, podendo manifestar-se de diversas maneiras, do nascimento até a morte.

2. A sexualidade

Numa retrospectiva sobre a história da sexualidade, Giddens (1993) aponta para um fenômeno muito importante e prevalente até o século XVIII, no mundo ocidental, que era a diferença entre o amor no casamento e o amor fora do casamento, ressaltando que o amor romântico sempre esteve presente na literatura ocidental desde o século XII, mas esse amor, salvo raras exceções, não era um amor conjugal.

Ainda, segundo esse mesmo autor, o amor-paixão era essencialmente extraconjugal e somente a partir do século XVIII esse quadro se modifica e as duas formas de amor, amor paixão e amor romântico, que são tradicionalmente opostas, foram aproximadas. Iniciou-

se um processo que culminou na transformação do amor num sentimento já esperado pelos cônjuges, deixando de ser um atributo das relações extraconjugais.

Também, nessa época, Giddens (1993) destaca que o casamento tinha por função, não somente entre os reis e príncipes, mas em todos os níveis da sociedade, ligar duas famílias, e permitir que elas se perpetuassem muito mais do que satisfazer o amor de duas pessoas.

Féres-Carneiro (1998) destaca que, embora em épocas passadas o casamento tivesse por finalidade ligar duas famílias, para que se perpetuassem, na atualidade e, principalmente, no Ocidente, está ocorrendo um novo ideal de casamento, em que os cônjuges se amam, tendo também expectativas em relação ao amor. A sexualidade também está presente nesse casamento e por isso é que a sociedade contemporânea não aceita mais que as pessoas se casem sem desejo e sem amor.

Segundo Giddens (1993), as relações amorosas no casamento evoluíram com a possibilidade da escolha, fundamentando-se na ideologia do amor, passando a haver maior concentração na relação conjugal, buscando-se a solidariedade, afeto e apoio um no outro, para a construção de uma cumplicidade na conjugalidade. Segundo Relvas (1996), é próprio dos casais na fase madura a valorização do tempo, o qual favorece os processos de mudança, que são fundamentais para a qualidade, estabilidade e funcionalidade da conjugalidade.

Conforme observações de Pina Prata o processo de desenvolvimento das relações amorosas não é um padrão linear de mudança e o mesmo ocorre com passagens progressivas de uns estados para os outros. Observa-se um padrão recorrente de mudança cíclica, porque a família passa pelo ciclo vital, tendo avanços e recuos, ou seja, *“um desenvolvimento circular evolutivo”* (PINA PRATA, 1994, p. 201).

Para Carbone e Coelho (1997), o significado do casamento evoluiu para uma relação em que a individualidade, contribuiu para a composição do sistema familiar pós-moderno.

Essas autoras, ainda, referem que com a liberação dos cuidados para com os filhos que na fase da maturidade já são adultos, o casal se volta para a sua própria relação conjugal. Dessa forma, o amor romântico é substituído pelo compartilhar, gerando, assim, uma transformação das relações na intimidade e uma revisão nos valores do casal na fase madura.

Rosset (2005) vai mais além, afirmando que é importante existir essa cumplicidade na relação, pois isto levará à maior abertura do casal, com o conseqüente e necessário envolvimento de ambos, o que conta muito na relação conjugal, além de outros fatores, como a confiança e a reciprocidade afetiva.

Retomando a perspectiva histórica do tema, independente de quaisquer pactos que possam ter predominado nas diferentes épocas, a sexualidade pode ser abordada em relação à família e ao casamento como uma aliança constitutiva. Essa aliança perpassa a relação entre os gêneros, definindo-se tanto masculina quanto feminina, a partir do erotismo que se mistura ao amor conjugal (uma nova forma de amor-paixão) a qual passa a orientar, em parte, as escolhas amorosas e matrimoniais em nossa sociedade (LOYOLA, 1999).

Segundo Bozon (2004), o amor passou a ser uma escolha realizada pelos interessados, sendo que no século XX, a Igreja Católica proclamou o amor entre os cônjuges, aceitando a relação sexual como expressão do amor conjugal.

Mais recentemente, Jacobson (2007) explica que a sexualidade, tanto para o homem como para a mulher, por ser um dos eixos mais importantes da existência humana, se constrói de forma complexa e se situa no sistema familiar, processando-se em diferentes níveis dos subsistemas e esses com os sistemas de fora, sendo de certa forma aprendida e apreendida entre os legados familiares, diálogos, percepções e impressões, transmitindo-se por gerações.

Conforme nos aponta Zampieri (2005), a sexualidade deve acontecer em quatro dimensões: biológica, psicológica, social e espiritual, entretanto, a força

da cultura é maior que a da educação, sendo que é preciso compreender as fragilidades do parceiro (a), sem diminuí-lo ou desqualificá-lo. Tal atitude reflete respeito e é fundamental na conjugalidade.

Segundo Araújo (2005), em uma pesquisa realizada no Brasil sobre a sexualidade e o casamento, predomina, ainda, a ideia do amor romântico, sendo que o amor-conjugal, baseado na amizade e no companheirismo é mais citado do que o amor-paixão. Essa autora destaca, também, que os cônjuges acham que apesar do casamento não ser um lugar perfeito, é um espaço onde se resolvem conflitos e dificuldades e que não há o casamento ideal. Destaca ainda que os entrevistados concluíram que, embora a vida sexual seja importante no casamento, o amor, o companheirismo e a amizade são mais importantes.

3. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Mediante os autores estudados, observa-se que a sexualidade é um termo abrangente, englobando inúmeros fatores, manifestando-se de maneira diferente em cada indivíduo, conforme o contexto de sua realidade e suas experiências.

De um modo geral, é bom ter em mente que, na ausência de doenças apesar das mudanças fisiológicas e anatômicas produzidas com o avançar da idade, se pode continuar desfrutando das relações sexuais.

Sobre a conjugalidade, se for bem trabalhada ao longo do ciclo vital da família, observa-se que poderá levar os parceiros a ter uma integração em qualquer fase em que se encontrem. Assim, pode levar o casal a viver um encontro prazeroso, com a cumplicidade de quem quer se descobrir e se encontrar novamente, para que ambos combinem um contrato de velhice a dois.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALEOTTI, R. **La masculinidad: construcción social o acontecimiento natural?** Buenos Aires: Lúmen, 2004.

ALMEIDA, E. **Menopausa masculina: pode ser verdade?** 2006. Associação Paulista de Medicina. Disponível em: <<http://www.sitemedico.com.br/sm/materias/index.php?mat=1463>>. Acesso em: 27 dez. 2008.

ARAÚJO, M F. **Diferença e igualdade nas relações de gênero: revisitando o debate.** Psicol. Clin. [on line]. 2005, vol. 17, no. 2 [citado 2008-06-21], pp.41-52. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo?script=sci_arttext=S0103>. Acesso em: 20 jun. 2008.

BOZON, M. A nova normatividade das condutas sexuais ou a dificuldade de dar coerência às experiências íntimas. In: HEILBORN, M L (Org). **Família e sexualidade.** Rio de Janeiro: FGV, 2004. p.50.

CARBONE, A; COELHO, M. R. M. A família em fase madura. In: CERVENY, C M O; BERTHOUD, C M E. **Família e ciclo vital: nossa realidade em pesquisa.** São Paulo: Casa do Psicólogo, 1997.

CAPODIECI, S. **A idade dos sentimentos: amor e sexualidade após os sessenta anos.** Trad. Antonio Angonese. Bauru: EDUSC, 2000.

FÉRES-CARNEIRO, T. Casamento contemporâneo: o difícil convívio da individualidade com a conjugalidade. **Psicologia: Reflexão e Crítica,** Porto Alegre, v.11. n. 2, p. 4, 379-394. 1998.

GIDDENS, A. **A transformação da intimidade: sexualidade, amor e erotismo nas sociedades modernas.** São Paulo: Editora UNESP, 1993.

JACOBSON, M C. A construção da sexualidade na família e seus contextos. In: **Sexualidade na Família.** São Paulo: Expressão e Arte, 2007.

KUSNETZOFF, J C. **Andropausa: a sexualidade masculina aos 50 anos.** São Paulo: Gente, 1996. p.10 - 100.

LAUMANN, E O; PAIK, A; ROSEN, R C. Sexual dysfunction in the United States: prevalence and predictors. **Journal of The American Medical Association**. 1999, 281:537-544.

LIDZ, T. **A pessoa: seu desenvolvimento durante o ciclo vital**. Trad. Auriphebo Berrance Simões. Porto Alegre: Artes Médicas, 1983.

LOYOLA, M A A. Sexualidade como objeto de estudo das ciências humanas. In HEILBORN, M. L. (org), **Sexualidade: o olhar das ciências sociais**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar Ed, 1999.

PINA PRATA. **Formas de intervenção da terapia familiar e diagnóstico sistêmico psicoterapêutico: complexidade e turbulência**. In: H. Marchand; H.R. Pinto (eds). **Actas do colóquio família – Contributos da psicologia e das ciências da educação**. Lisboa: Educa/Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Lisboa, 1994. p.201.

RELVAS, A. P. **O ciclo vital da família: perspectiva sistêmica**. Porto: Edições Afrontamento, 1996.

ROSSET, S. M. **Relações de casal: tempo, mudança e práticas terapêuticas**. Curitiba: Sol, 2005, p.19-25.

STEINKE, E. E. Sexuality in aging: implications for nursing facility staff. *Journal of Continuing Education in Nursing* -1997; 28(2): 59-63. In: NERI, A. L. (org). **Qualidade de vida e idade madura**. Campinas: Papirus, 1993.

ZAMPIERI, A M F. **Erotismo, sexualidade, casamento e infidelidade**. São Paulo: Ágora, 2004.

