

MARTA FILIPA GOMES PINTO DA COSTA

SEXUALIDADE E AMOR NA TERCEIRA IDADE

Dissertação apresentada à Faculdade de Psicologia e Ciências da  
Educação do Porto, para obtenção do grau de Mestre em Psicologia, área de  
especialização em Psicologia do Idoso, sob a orientação do

DOUTOR FÉLIX NETO

## **Resumo:**

É nossa intenção melhor compreender as questões relativas à sexualidade, em especial, à problemática associada à população idosa. E, a partir daí, contribuir para alterar a visão de que a vida sexual activa é uma prerrogativa dos jovens. Importa, por isso, desmistificar e esclarecer que a (nossa) sexualidade desaparece com o envelhecimento. Perceber o idoso e o processo de envelhecimento inerente à nossa humanidade é o primeiro passo, porquanto não deixamos de ser quem somos e como somos pelo facto de vivermos mais anos. A pessoa idosa ama e precisa viver a sua vida e a sua sexualidade livremente e com dignidade.

Reconhecendo a necessidade de melhor conhecer e esclarecer as questões da sexualidade e do amor na terceira idade, desenvolvemos um trabalho que implicou inquirir 200 pessoas com idades iguais ou superiores a 65 anos (100 mulheres e 100 homens). Foi nosso objectivo tomar conhecimento das atitudes sexuais e amorosas aceites e compreendidas pelos idosos. As escalas utilizadas, escala de atitudes sexuais e escala de atitudes em relação ao amor, foram relacionadas com algumas características sócio-demográficas: género, idade, estado civil, religião e escolaridade. Da análise realizada ressaltam, evidencias de uma atitude bastante conservadora face à questões relativas ao sexo e ao amor na velhice. E, nesse sentido, todos os contributos em prol desta temática são importantes para derrubar mitos e tabus cristalizados no tempo e na mente de todos nós.

**Palavras-chave:** Envelhecimento, atitudes, estereótipos, amor e sexualidade.



## **Abstract:**

It is our best intention to understand the relative questions to the sexuality, in special, to the problematics associated to the old population. And, leaving from there, contributing to alter the vision of which the active sex life is a prerogative of the young persons. It imports, therefore, to demystify and to explain that (our) sexuality disappears with the aging. To realize the old thing and the process of aging inherent in our humanity is the first step, since we do not stop being whom I add up and since it are because of surviving more years. The old person loves and needs to survive his life and his sexuality freely and with dignity.

Recognizing the necessity of better knowing and to explain the questions of the sexuality and love in the third age, we develop a work that implicated to cross-examine 200 persons with ages equal or superior to 65 years (100 women and 100 men). It was our objective to learn about the sexual and loving attitudes accepted and understood by the old ones. The scale use, scale of sexual attitudes and it scales of attitudes regarding the love, they were connected with some of the characteristics demographic-partner: gender, age, marital status, religion and schooling. Of the fulfilled analysis they stand out, you show quite conservative face up of an attitude to the relative questions to the sex and to the love in the old age. And, in this sense, all the contribution on behalf of this theme are important to knock down myths and taboos crystallized in the time and in the mind of all us.

**Keywords:** Aging, attitudes, stereotypes, love and sexuality.

## **Resumé:**

Notre intention est de mieux comprendre les enjeux de la sexualité, en particulier les problèmes liés à la population des personnes âgées. Et de là, à changer d'avis que la sexualité active est une prérogative de la jeunesse. Il est donc de démystifier et de préciser que (notre) sexualité disparaît avec l'âge. Comprendre les personnes âgées et le processus de vieillissement naturel de notre humanité est la première étape parce que c'est qui sommes et le fait que nous vivons plusieurs années. La personne âgée a besoin d'amour et de vivre leur vie et leur sexualité librement et avec dignité.

Reconnaissant la nécessité de mieux comprendre et clarifier les questions de la sexualité et amour dans la vieillesse, a développé un travail impliquant 200 personnes interrogées âgées de moins de 65 ans (100 femmes et 100 hommes). Était de prendre connaissance de nos attitudes sexuelles et de l'amour accepté et compris par les personnes âgées. Les échelles utilisées et l'ampleur des attitudes sexuelles et l'échelle des attitudes à l'égard de l'amour, sont liés à certaines des caractéristiques socio-démographiques: sexe, âge, état matrimonial, la religion et l'éducation. Analyse du stress, la preuve d'une attitude très prudente envers les questions de sexe et d'amour dans la vieillesse. Par conséquent, toutes les contributions à cette question sont importantes pour renverser les mythes et les tabous cristallisés dans le temps et dans l'esprit de tous.

**Motss clés:** vieillissement, les attitudes, les stéréotypes, l'amour et la sexualité.



*Aquele que não reconheça que a vida é uma metamorfose, não terá acesso à sua quota-parte do milagre. Permanecerá um estranho, tanto no país que atravessa como naquele a que aspira, e acabará, como a mulher de Lot também ela relutante em continuar o caminho, transformado em estátua de sal (Singer, 1984, p.12)*

## AGRADECIMENTOS

É impossível realizar um trabalho desta natureza sozinha. Durante todo este processo algumas pessoas, directa ou indirectamente contribuíram para a sua realização.

Deste modo, deixo palavras, meramente simbólicas a todos os que me apoiaram durante esta longa caminhada ajudando-me a superar os obstáculos que foram surgindo.

Ao meu orientador, Professor Félix Neto, pela tenacidade, sabedoria transmitida e companheirismo.

Aos meus queridos pais, António e Margarida, pelo apoio, encorajamento, ternura, mas principalmente pelo belo exemplo de que com honestidade e determinação tudo na vida é atingível.

Às minhas amigas do coração, Teresa, Mónica, Rute e Joana, pelo privilégio da vossa amizade, por saber que em todos os momentos, bons ou maus, estão junto a mim.

A minha prima, Silvana, que muito me ajudou e acompanhou na administração dos questionários.

A minha Tia Cristina, um exemplo de sabedoria, luta e sucesso. E ao meu Tio Rui, um exemplo de amor e carinho.

Ao Ricardo, por cuidar da “saúde” do meu computador, que tantos problemas deu.

A uma das pessoas que mais contribuiu para o ser humano que hoje sou, pese embora a sua ausência física, sei que está sempre presente a olhar por mim, o meu Avó Pinto.

E, um obrigado muito especial a todos os senhores e senhoras idosas que gentilmente se disponibilizaram para falar da sua intimidade.



## **Siglas e abreviaturas**

AVC	Acidente Vascular Cerebral
Cfr	Cinfrontar
Cit	Citação
CSI	Complemento Solidário para Idosos
OMS	Organização Mundial de Saúde
PARES	Programa de Alargamento da Rede de Equipamentos Sociais
p.	Página

## Índice Geral

Introdução .....	17
------------------	----

### I Parte – Enquadramento contextual e teórico

1. Envelhecimento .....	21
1.1. Envelhecimento em Portugal .....	21
1.2. Atitude perante o envelhecimento .....	23
1.2.1. Políticas (inter) nacionais .....	24
1.3. Idosos e o envelhecimento .....	27
1.4. Mudar a mentalidade é preciso .....	28
2 Sexualidade .....	30
2.1. O que é isto da sexualidade? .....	30
2.2. Desenvolvimento da sexualidade ao longo do ciclo de vida ....	32
2.3. Sexualidade na terceira idade .....	39
2.3.1. Falando de sexualidade nos mais velhos .....	39
2.3.2. Sexualidade na terceira idade sem tabus? .....	43
2.3.3. Pontos fracos vs pontos positivos .....	45
2.3.4. E do ponto de vista da psicologia? .....	47
3 Amor .....	49
3.1. E falando em amor .....	49
3.2. Teorias do amor.....	51
3.3. Amor na 3ª idade .....	57

### II Parte – Parte empírica

1. Âmbito e contexto de investigação .....	60
1.1. As questões da sexualidade e do amor na população idosa ...	60
1.2. Objectivos de estudo .....	62
2. Metodologia .....	67
2.1. Amostra .....	68
2.2. Instrumentos .....	71
2.2.1. Escala de atitudes sexuais .....	72
2.2.2. Escala de atitudes em relação ao amor .....	72
2.2.3. Escala da ideologia do papel sexual .....	73
2.2.4. Escala de atitudes para com o cristianismo .....	74
2.2.5. Satisfação com a vida amorosa.....	74
2.3. Procedimentos.....	75

3. Resultados.....	76
3.1. Escala de atitudes sexuais.....	77
3.2. Escala de atitudes em relação ao amor.....	81
3.3. Escala de atitudes sexuais e outros constructos psicológicos...	85
3.4. Escala de atitudes em relação ao amor e outros constructos ...	86
4. Discussão.....	89
5. Conclusão.....	94
Referências Bibliográficas.....	96

<b>Índice de Quadros</b>	
Quadro nº 1- Mitos e crenças sexuais associados à disfuncionalidade sexual .....	44
Quadro nº 2 - Alterações Físicas (Homem/Mulher) .....	46
Quadro nº 3 - Estado civil dos sujeitos inquiridos .....	69
Quadro nº 4 - Escolaridade dos sujeitos inquiridos .....	69
Quadro nº 5 - Religião dos sujeitos inquiridos .....	70
Quadro nº 6 – Profissões da amostra inquirida .....	70
Quadro nº 7 – Apresentação das escalas, autores e objectivos, respectivamente .....	72
Quadro nº 8 - Comentários face ao questionário .....	76
Quadro nº 9 - Questões estudadas .....	77
Quadro nº 10 – Valores de <i>Alpha de Cronbach</i> , excluindo o item .....	78
Quadro nº 11 - Valores de média e desvio padrão para cada item .....	78
Quadro nº 12 - Atitudes sexuais em função do género .....	79
Quadro nº 13 - Atitudes sexuais em função da idade .....	79
Quadro nº 14 - Atitudes sexuais em função do estado civil .....	80
Quadro nº 15 - Atitudes sexuais em função da religião crentes (praticantes/não praticantes) .....	80
Quadro nº 16 - Atitudes sexuais em função da escolaridade .....	80
Quadro nº 17 - Estilos de Amor e suas características, e valores de <i>Alpha de Cronbach</i> , média e desvio padrão .....	81
Quadro nº 18 – Atitudes em relação ao amor em função do género .....	82
Quadro nº 19- Atitudes em relação ao amor em função da idade .....	82
Quadro nº 20 – Atitudes em relação ao amor em função do estado civil .....	83
Quadro nº 21 - Atitudes em relação ao amor em função da religião crentes (praticantes/não praticantes) .....	84
Quadro nº 22 - Atitudes em relação ao amor em função da escolaridade .....	84
Quadro nº 23 – Escala de atitudes sexuais e escala de atitudes em relação ao amor, e outros constructos psicológicos .....	88

<b>Índice de Figuras</b>	
Figura nº 1 – Modelo ecológico de Bronfenbrenner.....	37
Figura nº 2 – Estilos de Amor de Lee .....	54
Figura nº 3 – Teoría triangular de Sternberg .....	55

## Introdução

*A Educação Sexual é um conceito global que inclui a identidade sexual, o corpo, as expressões da sexualidade, os afectos, a reprodução e a promoção da Saúde sexual (...). A verdadeira Educação sexual, pode dizer-se, é a Educação da Capacidade de Amar (Caetano, 2003, p. 154).*

Problematizar a sexualidade e o amor deveriam ser prerrogativas naturais, porquanto são questões intrínsecas à nossa humanidade. Não obstante, são realidades tabu em quase todas as sociedades. Efectivamente é uma problemática complexa, paradigmática que requer uma abordagem esclarecida e uma atitude positiva. Apesar dos avanços perpetrados ao longo das sociedades modernas. Não fora o avanço da ciência e das novas tecnologias e estávamos ainda parados no tempo. É facto, que a área da sexologia, tem vindo a viver momentos ímpares de desenvolvimento e de problematização. Recentemente, o contributo da gerontologia, arremessa a análise desta área para a população mais velha, desdizendo que o sexo e a sexualidade são questões das jovens em fase de desenvolvimento e de “moratória psicossocial”.

A sexualidade, o sensualismo e o amor são «ponto-chave» da vida humana e, nesse sentido, são questões intemporais que fazem parte do processo de desenvolvimento humano. Persistem, contudo, constrangimentos na sua verbalização. Falar de sexo e da nossa sexualidade é, efectivamente, uma questão de grande pudor. A nossa mentalidade está (ainda) presa a uma cultura conservadora e, sobretudo, a uma cultura que sustentava e resguardava as questões da intimidade para o domínio do privado e numa perspectiva de procriação e não de prazer pelo prazer. “A procriação é, pois, a finalidade principal do casamento, acima da felicidade e da consagração dos esposos um ao outro (Burguière *et al*, 1998, p. 86).

De que falamos quando falamos de sexo e/ou de sexualidade? Que sentimentos e/ou comportamentos lhe estão associados? Como podemos “naturalizar” o diálogo em volta destas questões? Questões que respeitam ao domínio natural da vida humana e que resultam de emoções de amor, ternura e desejo. Sentimentos e emoções comuns a todas as idades. A necessidade de amar e ser amado, receber e dar carinho e afecto não tem idade e não é apanágio de alguns é de todos e respeita todos.

Naturalmente, a prática do sexo e a vivência do amor diverge de cultura para cultura e de época para época. Acompanha no tempo o devir das civilizações e, nesse horizonte, a educação sexual é, cada vez mais, uma área a ser trabalhada ao nível curricular desde as mais jovens idades. “A promoção da saúde sexual e reprodutiva dos indivíduos é um importante contributo para a sua formação pessoal e social e tem ganho um protagonismo crescente nos sectores da Educação e da Saúde Educação Sexual em Meio Escolar (cf. Linhas Orientadoras, editado conjuntamente pelos Ministérios da Educação e da Saúde, em 2000) [On-line], <http://www.min-saude.pt/portal/conteudos/informacoes+uteis/saude+escolar/educacaoosexual.htm>, 10/06/2009.

Efectivamente, é importante pensar e compreender a educação sexual, a fim de desmistificar que o sexo e a sexualidade são áreas de interesse exclusivo dos adolescentes e dos jovens adultos.

O envelhecimento é um processo natural, intrínseco e individual e, grande parte dos “problemas sexuais dos idosos são psicossociais” (Lima, 2003), razões que justificam uma intervenção sistémica alargada em prol do seu conhecimento e da sua compreensão.

Assim, de seguida apresentamos o nosso estudo que se dividi em duas parte, uma teórica e outra empírica. Na parte teórica aprofundamos as temáticas do envelhecimento, sexualidade e amor. Enquanto que na parte

empírica descrevemos o objectivo da nossa investigação, os métodos utilizados e os resultados obtidos.

## **I Parte – Enquadramento contextual e teórico**

---

## **1 - Envelhecimento**

### **1.1. Envelhecimento em Portugal**

Não há futuro sem os nossos idosos, se eles não nos legam actualmente o saber, legam-nos seguramente o afecto e nós projectamo-nos em cada ruga deles, como que ao espelho, somos nós próprios e é toda a nossa cultura que olhámos (Paúl, 1997, p. 7).

Dar tempo ao tempo não é, efectivamente, a grande preocupação dos nossos dias. No presente, o desafio é promover o “envelhecimento bem sucedido” (Fontaine, 2000, p. 22) e uma velhice feliz. Importa pensar a velhice de forma diferente e equacionar novas formas de viver a nossa maior longevidade e, obviamente, preservar os princípios da dignidade, da autonomia e da solidariedade.

O prolongamento da esperança média de vida é uma conquista da nossa era e uma questão social emergente e exigente. Viver mais anos requer respostas coerentes e equitativas para a população que não para de aumentar.

O envelhecimento humano é, já o dissemos, um processo, complexo, exigente e que compromete factores endógenos (interiores aos processos sistemáticos da vida) e exógenos (exteriores a estes) e, conseqüentemente, naturezas diversas. A maior longevidade do ser humano suscita questões jamais problematizadas e ou reflectidas (e.g. idadismo, coabitação, institucionalização da velhice, atitude, sexo e sexualidade). Questões impares das sociedades actuais e áreas de confronto entre viver mais e a qualidade de viver. Por um lado, o homem e a mulher, recebe com agrado o processo de tempo que o cria tal como é e que o vai recriando; por outro, recusa o processo de tempo que o faz envelhecer e perecer enquanto ser individual.

Dualidades que geram sentimentos dúbios e problemáticas desiguais ao nível da atitude para bem envelhecer. Na verdade, a história está pejada de exemplos de atitudes menos assertivas face à população sénior. Da história antiga à actualidade sempre foi um grande desafio entender as razões que justificam tais comportamento e o porquê de existirem sociedades que valorizam os mais velhos e outras que os descriminam e marginalizam (Minois, 1999).

O crescimento da população idosa é um traço significativo na evolução das sociedades modernas. Efectivamente, é um fenómeno crescente que emerge no início do século XVIII e que se inscreve num modelo demográfico caracterizado por baixas taxas de natalidade e de mortalidade, circunstância que provoca o aumento substancial do número de idosos no conjunto da população mundial (Paúl e Fonseca, 2005, p.15). Com efeito, foi a partir de meados do século XVIII que a questão demográfica ganhou impacto e fez germinar uma nova atitude face à velhice e ao envelhecimento (Jacquard, 1993, p.18). Contudo, o grito de alerta aconteceu dois séculos depois e na sequência da I Assembleia Mundial para o Envelhecimento (Palmeirão, 2007).

A partir de que altura começamos a envelhecer? Ser velho significa o quê? Quem determina a idade para se ser velho? Questões que suscitam reflexões de carácter mundial e o aparecimento de organizações específicas para responder aos desafios colocados pela nossa maior longevidade (Birren e Schroots, 1996), “a idade cronológica é um falso amante inicialmente atraente, que lhe diz tudo e nada”.

Compreender a pessoa idosa e o processo de envelhecimento despoleta áreas novas de estudo e de investigação. Nesse sentido, emerge a gerontologia enquanto ciência cuja finalidade é aprofundar o conhecimento do processo e/ou fenómeno do envelhecimento numa perspectiva multidisciplinar e interdisciplinar (Fernández-Ballesteros, 2000) e, assim, alcançar uma visão pluridisciplinar do envelhecimento. Efectivamente, o primeiro passo foi dado em Viena, no ano de 1982, naquela que foi a I Assembleia Mundial sobre o

Envelhecimento. Um marco importante e da responsabilidade das Nações Unidas (Mendes, 2005, p.241). Mas, foi no ano de 1999, com o “Ano Internacional da Pessoa Idosa” que iniciámos uma nova era para a mudança de atitude e para o eclodir de uma sociedade sem idades. Uma sociedade para todas as idades é, doravante, a preocupação maior das sociedades contemporâneas.

## **1.2. Atitude perante o envelhecimento**

*O envelhecimento foi desde sempre motivo de reflexão dos homens. Ao longo dos tempos, o conceito de envelhecimento e as atitudes perante os idosos têm vindo a mudar (Paúl, 2005, p.19).*

Porquanto, exige uma atitude e, essa atitude, advem da nossa cultura, da nossa vivência e, sobretudo, da forma como a olhamos e do tipo de conhecimento que temos a propósito do processo de envelhecimento. Falar em atitudes face à pessoa idosa e ao envelhecimento é, regra geral, falar em “predisposições” (Chaplin, 1998, p. 49)” ou, “juízos de valor” (Berger, 1995; Santos, 1995; Nogueira, 1996) baseados em dados pouco científicos que, advêm das representações criadas de forma quase espontânea. Nesse pressuposto, é fundamental conhecer e compreender o significado do fenómeno nas suas múltiplas dimensões e, obviamente, contextualizar cada uma das realidades da pessoa e da cultura em que se inscreve.

As atitudes face à velhice e ao envelhecimento são praticamente imutáveis e, regra geral, de índole pejorativa. Situação que acompanha no tempo o processo evolutivo das civilizações. Para alterar a forma de olhar a velhice e a pessoa idosa é preciso um trabalho esclarecido e coerente com os ideais de uma sociedade verdadeiramente inclusiva e intergeracional. As atitudes mudam, são edificações que vamos construindo (e/ou desconstruindo) à medida que caminhamos e evoluímos no tempo e no nosso ciclo de vida.

Os indivíduos constroem as suas representações e orientam as suas atitudes face a determinadas realidades, sejam elas de natureza grupal ou material. Não em abstracto, mas a partir do meio social que os envolve, tendo por referência a realidade que está mais próxima, nomeadamente, a realidade social. Os valores tradicionais misturam-se e coexistem com valores contemporâneos, formando-se uma base híbrida onde velhos e novos, por vezes, chegam a reconhecer-se nas atitudes perante a sociedade. Combinações de valores (e.g. princípios do prazer e da responsabilidade) coexistem de forma serena, na procura de uma noção mais alargada e flexível de qualidade de vida (Ferreira, 1998, p.242).

Socialmente, especialmente, no caso dos idosos, a valorização de estereótipos projecta sobre a velhice uma representação social gerontofóbica e contribui para a imagem que, normalmente, têm de si próprios, bem como das condições e circunstâncias que envolvem a velhice. O fenómeno de envelhecer é, regra geral, considerado prejudicial, de menor utilidade e/ou associado à incapacidade funcional (Martins e Rodrigues, 2002). Por isso, talvez, a velhice é, ainda hoje, tida como uma doença incurável, como um declínio inevitável e pejorativo. Situação paradoxal quando pensamos os muitos exemplos de pessoas maiores de 65 anos de idade com vidas plenas de sentido. A visão redutora da velhice é consequência de ideias feitas e preconceituosas sobre os velhos e sobre a velhice (Berger, 1995).

### **1.2.1. Políticas (inter)nacionais**

*Não vamos nós esperar por atingirmos nós próprios a perplexidade dos muitos anos, para nos interrogarmos sobre o envelhecer (Paúl, 1997, p. 7).*

Novos conhecimentos, novas políticas e novas estratégias têm sido criadas nos últimos anos. O objectivo é claro. Responder de forma cabal à exigência de um mundo exigente e de um mundo diversificado. O ser humano nunca na sua história nunca viveu tantos anos. Daí a necessidade de

responder com qualidade aos desafios que viver mais anos coloca às velhas e às novas gerações. O primeiro passo é rejeitar, definitivamente, a “visão homogeneizante” (Paúl, 1997, p. 21) e, reiterar que o que nos caracteriza, qualquer que seja a nossa idade, é a nossa personalidade e, assim sendo, é forçoso pensar a heterogeneidade de cada um dos indivíduos e, naturalmente, promover a sua autonomia e dignidade (Palmeirão, 2009<sup>1</sup>).

Foi há mais de dez anos, em 1991, que as Nações Unidas aprovaram um conjunto de princípios para as pessoas idosas. O intuito foi o de esclarecer e promover programas de natureza mundial em prol da qualidade e do diálogo intergeracional (Palmeirão, 2007; Requejo Osório, 2007). Independência, participação, cuidados, auto-realização e dignidade, são direitos de todos os homens e de todas as mulheres. Princípios a serem respeitados e concretizados a favor de uma sociedade sem idades e uma sociedade solidária.

O envelhecimento respeita a todas as pessoas. É universal e natural e, como tal, é preciso fomentar uma cultura eficiente e esclarecida do processo de ancianidade. De resto, um processo que clama por valores de respeito, dignidade e autonomia, porquanto são eles que nos permitem viver em qualidade e em harmonia com todas as gerações e culturas. Com efeito, não chega viver mais anos, é preciso que esses mais anos sejam vividos de forma saudável e em dignidade e, nesse sentido, é preciso prover não apenas um cuidado-acção mas, fundamentalmente, um cuidado-princípio (Carvalho, 2008). O que significa respeitar a nossa personalidade, a nossa identidade e, isso implica também, o direito ao lugar, o direito à privacidade e o direito à nossa sexualidade.

A participação efectiva na comunidade (familiar e/ou institucional) é um direito plasmado na Constituição da República Portuguesa e nos diplomas internacional dos Direitos Humanos e do Direito do Idoso. Não obstante, o cuidado-princípio e o direito a ser pessoa é, muitas vezes, negligenciado pelas

---

<sup>1</sup> No prelo: O valor da dignidade

boas intenções do cuidado-acção em detrimento da vontade expressa (desejada) da pessoa idosa. Pensar o envelhecimento saudável e feliz, requer uma nova atitude face á velhice e face ao envelhecimento. Ou seja, uma atitude positiva e pró-activa em prol da qualidade de vida e, também, do papel da pessoa na sociedade. Viver num tempo em que impera a sociedade de serviços deve ser apanágio de qualidade de vida e não de “sobrevivência” e isso exige um plano gerontológico eficaz e eficiente, mormente, no domínio do bem-estar físico, psicológico, emocional e social, a fim de nos assegurar uma vida autónoma e em liberdade. A “liberdade serôdia” (Esteves, 1995) é uma conquista que nem todos temos o privilégio de alcançar.

Viver com dignidade e segurança, são valores fundamentais conquistados e que todos devemos reclamar, porquanto são direitos inalienáveis e intrínsecos à condição humana. A nível internacional a II Assembleia Mundial para o Envelhecimento proclama e exige novas atitudes e comportamentos altruístas. A mundialização das questões relacionadas com o envelhecimento e com a velhice importa (devem importar) para cada país práticas diversificadas de intervenção e educação gerontológica coerentes com a sua especificidade. E, nesse sentido, Portugal, actualiza as suas políticas e reivindica medidas e atitudes positivas.

Do Plano Nacional do XVII Governo sobressaem medidas em prol de:

- a) Criação da rede nacional de voluntariado;
- b) Complemento solidário para idosos (CSI);
- c) Projecto – Piloto de Requalificação Habitacional da População Idosa;
- d) Programa de Alargamento da Rede de Equipamentos Sociais (PARES);
- e) Rede de Cuidados Continuados Integrados.

A meta é, efectivamente, promover o envelhecimento saudável e feliz. Um caminho que deseja consolidar a rede de equipamentos e serviços e, a partir daí, gerar espaços de identidade e de dignidade para as pessoas. Permanecer

na comunidade e em especial com as suas famílias é o desafio maior da actualidade [On-line], <http://www.portugal.gov.pt/NR/rdonlyres/FE4A1BA9-EE5D-432B-A7B0-0FA072587A1C/0/PNAINacional20062008Site.pdf>, 26/01/07. Uma medida que requer a cooperação de todos. Da sociedade, da comunidade e, principalmente, das famílias.

### **1.3. Idosos e o envelhecimento**

O envelhecimento é, já o dissemos, perspectivado de modo distinto por cada uma das pessoas. Com efeito, as atitudes divergem e, normalmente, à medida que caminhamos das gerações mais novas para as gerações mais velhas, verificamos um menor optimismo face à maior longevidade e à velhice individual (Ferreira, 1998, p.63). A falta de recursos (humanos e financeiros) é o argumento mais invocado para justificar a solidão e a insatisfação face a esta etapa da vida.

Negar o processo de crescimento gera, decerto, perturbações complexas de equacionar. Mas, nem todos pensam e vivem a “maior idade” de forma deprimida ou preocupada. Muitos são os que vivem a “serena idade” (Baptista, 2002, p.71) com satisfação e em cidadania. Faz falta incentivar atitudes pró-activas e, assim, facilitar a interacção das pessoas mais velhas não apenas com os seus pares mas, sobretudo, com outras gerações (Palmeirão, 2007).

O envelhecimento bem-sucedido, saudável e com qualidade, requer medidas e um plano consertado em prol de uma vida com sentido. E, para que tal seja possível, é preciso organizar uma sociedade mais equitativa. “Ser-se velho era ser-se sábio; era ter-se a mais-valia do tempo (Costa, 1999) e a experiência como parte integrante do nosso ciclo de vida e ponto de equilíbrio entre o processo global do indivíduo como ser social e o equilíbrio psíquico dependente da sua capacidade de adaptação, existência presente e passada e, ainda, das condições da realidade que o rodeiam. “Cada geração social só fica determinada mediante uma auto-referência a outras gerações, das quais se vê distinta (Nunes, 1967, p.87). Horizonte que possibilita e exige o derrubar

representações sociais gerontofóbicas, comportamentos discriminatórios e o fomento de comportamentos assertivos e pró-sociais. A alteração de mentalidades depende da mudança de atitudes por parte do indivíduo, da comunidade e, fundamentalmente, do próprio idoso.

#### **1.4. Mudar a mentalidade é preciso...**

*Para se envelhecer com qualidade é preciso ser criativo (Paúl, 2002, p. 29).*

As ideias preconcebidas sobre a velhice são o primeiro grande obstáculo à desmistificação dos (pré) conceitos associados à pessoa idosa (Palmeirão, 2002, p. 36). E, pese embora os esforços em prol de uma sociedade intergeracional, persistem mitos enraizados que contradizem as ideias de uma sociedade para todas as idades. A coabitação e a cooperação de gerações, observada em épocas anteriores é uma realidade e uma prática complexa de perpetuar, porquanto vivemos num mundo célere e exigente. Assegurar um estilo de vida saudável e gerar uma visão optimista da vida demanda soluções individuais e sociais flexíveis e, naturalmente, a adopção de comportamentos realistas face às nossas potencialidades e capacidades individuais. Ingrediente único para o fomento do bem-estar do indivíduo, qualquer que seja a sua idade e a sua cultura.

Pensar e agir positivamente é a máxima que nos deva animar e orientar. A vida é feita de dias bons e dias menos bons e, todos nós, temos o direito a estar tristes e a chorar as nossas perdas. Só uma visão positiva permite, efectivamente, desfrutar a vida em harmonia e em felicidade. A qualidade de vida está na qualidade das relações e das interacções e isso tem a ver com a necessidade de manter viva a curiosidade e o interesse pela vida e manter abertura emocional para bem-viver.

Envelhecer é um privilégio. Mudar mentalidades é um processo moroso e complexo que exige tempo e disponibilidade. Viver é aprender e, nessa

perspectiva, importa caminhar no sentido de traçar um caminho para bem-envelhecer e isso vem na sequência do nosso passado, mas que continua de forma inevitável pelo presente e para o futuro.

A reacção positiva ao envelhecimento tem de ser inculcada e resulta das nossas acções, atitudes e valores. Cada pessoa é um ser irrepetível e, neste horizonte, a arte de bem-envelhecer advém da qualidade que nos exigimos e um “espírito alerta, positivo, optimista” (Barros, 2005, p. 82-83).

As atitudes de hoje repercutir-se-ão no futuro e, nesse sentido, a vida não depende apenas do passado, mesmo que este tenha sido preenchido por óptimas experiências, depende sim, essencialmente do presente e de um horizonte de futuro (Stuart-Hamilton, 2002, p. 194). “O mais importante da vida não é saber onde estás, mas sim para onde vais” (Goethe, 1800).

## 2 - Sexualidade

### 2.1. O que é isto da sexualidade?

As questões relativas ao sexo e à sexologia são áreas de estudo de grande complexidade e de *tabu*. No devir dos tempos, as sociedades apossaram-se do conceito de sexualidade de maneira restritiva, porquanto consideravam que o acto sexual só podia ser concebido para fins reprodutivos e de coito (Lima, 2003). Concepção que no evoluir das novas civilizações, tem vindo a ser reformulado, quer em atitudes, quer em valores. Importa, contudo, abordar a dimensão sexual enquanto componente vital de desenvolvimento saudável do ser humano.

O que é afinal a sexualidade?

Do Dicionário de Língua Portuguesa (1991, p. 536) constatamos que o conceito sexualidade está associado à “qualidade do que é sexual” e, mormente, uma característica da componente sexual humana. Todavia, se optarmos por uma visão mais especializada, conferimos que na área da psicologia (Chaplin, 1981, p. 524), sexualidade respeita a três importantes dimensões: 1) capacidade de comportamento ou de ter relações sexuais; 2) característica de ser atraente, do ponto de vista sexual e 3) tendência de uma preocupação excessiva com o sexo”. Noutra perspectiva, a Organização Mundial de Saúde (OMS) clarifica que falar de sexualidade é falar de “uma energia que nos motiva a procurar Amor, contacto, ternura, intimidade” (cit. Caetano *et al*, 2003, p. 154). E, nesse horizonte, integra-se no modo como nos sentimos, movemos, tocamos e somos tocados. Dito de outra forma, a sexualidade potencia pensamentos, sentimentos, acções e interacções que interferem na nossa saúde física e mental.

Efectivamente, existem várias definições! Todavia, todas enfatizam aspectos de relacionamento, carinho, amor, diálogo. Significações complexas

(e incompletas), principalmente, quando pensamos nas actuais formas de viver os afectos. E, nesse sentido, “viver mais e melhor” (Rosnay, Servan-Schreiber, Closets e Simonnet, 2005) implica uma outra abordagem dos hábitos e estilo de vida.

É verdade que, não há muitos anos atrás, no tempo dos nossos avós, a sexualidade era algo a aprender e a viver somente após o casamento e com objectivos precisos. Perpetuar a nossa espécie. “Todos os mamíferos são seres sexuais e usam essa sexualidade fundamentalmente para a reprodução (instinto). O homem, contudo, pode ter objectivos vários para os seus comportamentos sexuais: procriar, prazer, expressão de ternura, expressão de afecto e comunicação (Cordeiro, 2003, p. 73).

A “naturalização do sexo” associa-se à evolução e celeridades das sociedades da “pós-modernidade” e às relações efémeras e transitórias, onde predomina o momento e o “curtir” da situação e o sexo é, em muitos casos, um “acessório” da/para a relação.

A sexualidade em termos de conhecimento e problematização começam na infância e percorrem todo o ciclo de vida humana. Qualquer pessoa tem direito à sua sexualidade, em qualquer idade, em qualquer circunstância e estado civil (Crawford, 2006, p.189). O diálogo é um aspectos fulcral no/para o sucesso de uma qualquer relação e, nisso, a idade não interfere. Nessa perspectiva, o que obsta a sexualidade são outros factores que estão para além da possível barreira etária (Bancroft, 1999; Gomes, 2002; Hawton, 1992; Reiss, 1999; Tiefer, 1994; Weis, 1998; Wiederman, 1998).

## 2.2. Desenvolvimento da sexualidade ao longo do ciclo de vida

*Cada indivíduo é: como todas as outras pessoas, como algumas outras pessoas, como nenhuma outra pessoa* (Kluckhohn e Murray, 1953)

O desenvolvimento<sup>2</sup> da pessoa ocorre ao longo de todo o ciclo de vida e resulta de factores de natureza muito variada (e.g. biológicos, culturais, ...) e é intrínseco à sua (nossa) própria condição humana Fonseca, 2004, p. 20). De resto, está associado as especificidades muito peculiares e que têm a ver com a pessoalidade e a personalidade de cada indivíduo. Neste domínio, falamos das influências biológicas, em particular, das dimensões ecológicas, porquanto permitem uma perspectiva não reducionista. Ou seja, uma utilização de metodologias qualitativas e quantitativas, com o objectivo de alcançar conhecimento empírico e teórico; aproveitar-se das benesses apresentadas pelas influências históricas, sociais e culturais nos percursos individuais; e uma convergência entre a formulação e a aplicação da ciência desenvolvimental.

Com o objectivo de sintetizar a descomunal variedade de informação disponível, relativa ao estudo e análise do desenvolvimento humano, Fonseca (2004, p. 39) cita Dixon e Lerner (1992). Estes dois investigadores do desenvolvimento, através da análise pormenorizada das teorias desenvolvimentais chegam a seguinte conclusão: “Os principais sistemas teóricos explicativos do desenvolvimento humano estruturam-se em torno de paradigmas que enfatizam princípios básicos, de natureza filosófica e científica, a partir dos quais assistimos à organização de diferentes modos de conceber e de explicar o desenvolvimento humano, dando origem a «famílias de teorias desenvolvimentais» ”.

---

<sup>2</sup> O vocábulo desenvolvimento assume diferentes noções, consoante a natureza do dicionário que o especifica. Assim, no Dicionário de Língua Portuguesa lê-se: “acto ou efeito de desenvolver; progresso; aumento” (1991, p. 234), enquanto no Dicionário de Psicologia se lê, “progressiva e contínua mudança no organismo desde do nascimento até à morte” (Chaplin, 1981, p. 140).

De uma perspectiva mais teórica, durante a primeira metade do século XX, alguns investigadores estudaram o desenvolvimento humano como um processo contínuo, um processo evolutivo que ocorre ao longo da vida do indivíduo. Afirmação que contraria os estudos realizados, até então, sobre a problemática do desenvolvimento humano. A verdade é que os trabalhos sobre esta temática reiteravam que o desenvolvimento ocorria durante a infância e a adolescência.

Todavia, a investigação coeva a propósito da evolução do desenvolvimento humano apresenta outra perspectiva. Ou seja, não são somente as mudanças de carácter físico que actuam no desenvolvimento do indivíduo. Também a dimensão psicológica é parte activa no processo e na construção da personalidade de cada um de nós.

Jung (1933), discípulo de Freud e da psicanálise, foi um dos investigadores a afrontar as teorias desenvolvimentais criadas por aquele que foi (é ainda) considerado o “pai” da psicanálise (e seu mestre). Jung defendia a ideia de que o desenvolvimento humano era um processo contínuo que se iniciava no dia da concepção e findava com a morte do indivíduo.

Jung dividiu o seu modelo em quatro fases (Hansenne, 2005, p. 123-129):

- a) **Infância** (do nascimento até a adolescência) – dependência familiar, sem identidade própria, nem inconsciente individual – **Desenvolvimento Progressivo do Eu.**
- b) **Juventude** (da adolescência até ao início da idade adulta) – abandono das ilusões, mundo mais concreto – **Revolução Psíquica.**
- c) **Middle Age** (40 anos) – visão menos materialista, pensa no sentido da vida, preocupação menor consigo próprio – **Contemplação.**
- d) **Old Age** (últimos anos de vida) – assemelha-se a infância – **A Vida Não Termina.**

Foi, também, o primeiro autor a dividir a personalidade em duas orientações. Personalidade que define como sendo a “integração do ego, do inconsciente pessoal e colectivo, dos complexos, dos arquéticos, da persona e da anima (Chaplin, 1981, p. 418)”, falamos da extroversão (atitude externa) e da introversão (atitude interior).

Diz o mesmo autor, Jung, que na primeira fase da vida prevalece a extroversão (afirmação e realização pessoal) e, na última fase da vida, especificamente na fase *Old Age*, prevalece a introversão (balanço da vida).

Assim sendo, prevalece a ideia de que o sujeito possui duplos traços de personalidade que contemplam a feminilidade e a masculinidade. No caso da pessoa idosa, estes traços surgem mais integrados e não tão diferenciados como em fases anteriores, escreve Oliveira (2005, p. 38-39).

Anos depois, em 1935, Charlotte Buhler, após realizar vários estudos no âmbito do desenvolvimento humano, elabora uma escala de cinco estádios sobre as fases do ciclo de vida que vão do nível biológico ao psicológico. Sendo que o último estádio, o quinto, corresponde à velhice e é, normalmente, caracterizado por uma fase de declínio físico acentuado. Mesmo assim, há a necessidade de encontrar um sentido pessoal, uma busca do sentido de vida, reitera ainda o mesmo autor (Oliveira, 2005, p. 39).

A partir da segunda metade do século XX, novos investigadores interessam-se pela temática e pela exploração desta ideia, nomeadamente, Erikson, Baltes, Birren, Schaie, ...

Numa outra dimensão, a psicossocial, Erikson apresenta um modelo desenvolvimental centrado na interacção entre o desenvolvimento psicológico do sujeito e o meio social em que esse mesmo indivíduo se encontra inserido.

Nesta perspectiva, o desenvolvimento humano, segundo Erikson, surge dividido em oito estádios – crise, resolução e qualidades. Cada um dos quais representa um determinado estádio da vida do sujeito. São eles:

- 1) Bebê (primeiro ano) – Esperança;
- 2) Primeira Infância (2-3 anos) – Poder;
- 3) Idade pré-escolar (3-5 anos) – Prosseguir os seus objectivos;
- 4) Idade escolar (6-11 anos) – Competência;
- 5) Adolescência (12-20 anos) – Fidelidade;
- 6) Jovem idade adulta (20-45 anos) – Amor;
- 7) Idade adulta (45-65 anos) – Tomar Cuidado;
- 8) Velhice (acima dos 65 anos) – Sabedoria.

Uma vez que o nosso trabalho envolve a pessoa idosa, vamos centrar-nos, preferencialmente, no último estádio. Ou seja, no oitavo, a que corresponde, na sequência de Erikson, a fase da velhice e, surge relacionada com os indivíduos maiores de 65 anos de idade. Nesta escala surge, ainda, associada a questão da sabedoria e/ou da crise entre a auto-integridade *versus* desespero.

Ao que parece, há uma procura “desesperada” da estabilidade e integridade emocional, mas ao mesmo tempo uma preocupação com a limitação de tempo, uma vez que percebem a morte como algo que está relativamente perto, diz Hansenne (2005, p. 142-148).

De qualquer forma, o desenvolvimento começa agora a dar os primeiros passos em termos de análise de um processo contínuo. E, a ideia de que o indivíduo era “traçado” nos primeiros anos de vida começa a desvanecer.

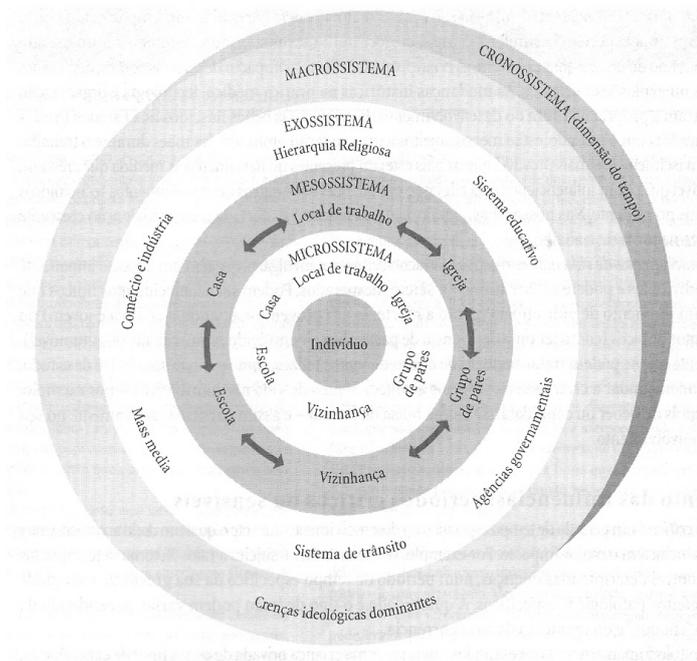
Na actualidade, há estudos que corroboram o facto de o desenvolvimento humano ser influenciado por factores psicológicos, sociais, culturais e biológicos. Factores que determinam, ao longo dos anos, os nossos comportamentos, sentimentos, ... formando assim o nosso ser.

Quanto à perspectiva Ecológica do Desenvolvimento Humano, citamos Paúl (1997, p. 152), “A existência de controlo real ou percebido, que varia de cenário para cenário (...) indiciando a aceleração psicogénica do envelhecimento”.

Partindo do pressuposto de que o desenvolvimento humano é influenciado por uma diversidade de aspectos, surge uma nova concepção, a ecológica. A abordagem ecológica do desenvolvimento humano contempla um novo aspecto no estudo desenvolvimental. Acrescenta a necessidade de olhar não só para o indivíduo, mas para além do mesmo. Isto é, analisar o contexto que rodeia esse mesmo indivíduo e as suas relações. Em suma, o ambiente ecológico no qual se encontra inserido.

Urie Bronfenbrenner (1979, 1986, 1994) é, o grande responsável pela abordagem ecológica. Mais, é uma das propostas mais (re)conhecidas no estudo do desenvolvimento humano. Bronfenbrenner propõe uma explicação de tipo circular. Segundo ele, o modelo contempla a interligação e a constante comunicação entre os cinco estádios ou níveis que o descrevem o ciclo humano (Figura 1).

**Figura 1 - Modelo ecológico de Bronfenbrenner**



Fonte: Papalia, 2001, p. 14

Contudo, trata-se de um modelo utilizado, sobretudo, no estudo desenvolvimental das crianças e adolescentes (Papalia, 2001, p. 14): Vai desde o ambiente quotidiano da família (microsistema), à interacção entre os vários microsistemas onde o indivíduo está inserido (mesossistema), à ligação entre vários contextos que afectam o sujeito (exossistema), à questão dos padrões culturais (macrosistema) a um nível de influência maior de mudança ou estabilidade (cronossistema). Em 1999, Bronfenbrenner elabora um outro modelo, o bioecológico que considera três aspectos fundamentais para a promoção do desenvolvimento, a saber:

- 1) o indivíduo deve participar activamente em actividades relevantes sob o ponto de vista desenvolvimental, que não estejam circunscritas a situações de interacção pessoal;
- 2) essas mesmas actividades devem ocorrer de modo estável e regular, durante um longo período de tempo;

- 3) o nível de complexidade dessas actividades deve ir aumentando gradualmente, promovendo a atenção, exploração, manipulação, elaboração e imaginação.

Assim, este modelo realça a importância do papel activo que cada indivíduo deve ter no seu desenvolvimento, uma vez que são “simultaneamente um produtor e um produto do desenvolvimento (Bronfenbrenner cit. Fonseca, 2004, p. 61)”. O que significa dizer que o ambiente em que o idoso se encontra inserido tem um papel essencial no seu desenvolvimento e nas suas motivações. Por isso, é necessário expandir e facilitar as escolhas em que se verifica a adequação do idoso ao ambiente. Promover a reciprocidade entre o idoso e o seu meio, de modo a assumir um carácter de continuidade e desenvolvimento e não de ruptura com o passado, é condição chave (Paul, 1997, p. 157).

Em jeito de conclusão deste tópico, citamos Fonseca (2006, p. 63), “A forma como envelhecemos tem a ver com a forma como nos desenvolvemos.”

As teorias sobre a problemática do desenvolvimento humano permitem dizer que diariamente somos influenciados e influenciados uma série de factores (biológicos, psicológicos, sociais, culturais, ...). Factores que favorecem, normalmente permitem que o desenvolvimento seja feito de forma progressiva e paulatina. Contudo, não deixa de ser um processo contínuo que, conforme os nossos contextos e as nossas histórias de vida adquirem níveis de maior ou menor desenvolvimento.

Assim, há que (re) pensar a forma como nos vemos e como projectamos a nossa própria velhice. A afirmação citada diz-nos que o nosso envelhecimento depende da nossa própria vivência e desenvolvimento. De facto, todos sabemos que na actualidade o ser humano vive cada vez mais anos. Todavia, não basta viver cronologicamente mais tempo, é preciso viver com qualidade e, sobretudo com sentido.

O papel do idoso deve ser activo, na medida em que cabe ao mesmo fazer uma revisão contínua e minuciosa do seu percurso de vida. Saber lidar com factos ou acontecimentos menos positivos que ocorreram ao longo da vida é “obrigatório”, mas também devem ser enaltecidos os aspectos mais positivos, criando assim um equilíbrio entre ambos os aspectos.

Pegar nos aspectos positivos e adaptá-los a esta nova fase, que é a velhice, é essencial para um envelhecimento bem sucedido, e um sinal de grande sabedoria (Oliveira, 2005, p. 42).

### **2.3. Sexualidade na terceira idade**

*“Os idosos interessam-se pela vida sexual e mantêm-se, de facto, sexualmente activos.”* (Simões, 2002, p. 44)

Muitas são as definições que encontramos acerca da sexualidade na terceira idade, muitas delas desenvolvidas a partir do conceito geral de sexualidade, algumas com cariz depreciativo relativamente ao idoso.

#### **2.3.1. Falando de sexualidade nos mais velhos**

Sterpellone (2005, p. 207-209) no livro “Dicionário do Sexo e da Sexualidade” expõe-nos uma definição específica e bastante alargada da sexualidade nesta faixa etária, segundo este autor a sexualidade “ (...) o belo da sexualidade depois dos 60 anos reside talvez no facto de a relação já não ser considerada “obrigatória”. Torna-se uma livre escolha, desvinculada de exigências biológicas e/ou convencionais. Quem – já idoso – não quiser fazer mais amor não deve – como nos anos de juventude e da maturidade – viver com um sentimento de culpa, nem muito menos justificar-se: sabe que o seu comportamento é aceite pelo outro como um facto normal. Ao considerar a sexualidade nas pessoas idosas, deve-se ter presente que um gradual

abrandamento de todas as funções, compreendendo a sexual, é fisiológico com avançar da idade, para ambos os sexos, aos quais é requerido habitualmente um maior lapso de tempo para despertar e alimentar o desejo e a excitação física: o que pode não constituir uma desvantagem, porque permite um maior sincronismo entre as duas partes em relação ao que se verificava precedentemente, com a descoberta de novos e imprevisíveis “jogos amorosos” (...).”

De acordo com Dias (2008) “Uma das actividades mais fortemente ligadas à qualidade de vida, a sexualidade.

A ideia de que as pessoas de idade avançadas também possam manter relações sexuais ainda não é culturalmente aceite. As pessoas preferem ignorar, fazendo desaparecer do imaginário colectivo a sexualidade da pessoa idosa.”

Não existe uma idade definida para que a actividade, os pensamentos ou o desejo sexual acabem, e toda a sociedade deve ter noção de que durante toda a vida o Homem pode ser sexualmente activo.

Michel Renaud (2001, p. 41), expõe da seguinte forma “a sexualidade é precisamente força, força viva, pulsão de vida que, de todos os modos, quer manter a vida, protegê-la e reproduzi-la (...) força que se converte em sentido, uma força que se assume como forma consciente”. Renaud (Cunha, 2007, p. 11) define a sexualidade como uma realidade que marca o Homem em todas as suas dimensões:

- a) Corpo;
- b) Mente;
- c) Afectos;
- d) Acção;
- e) Compreensão.

Este autor acredita que a sexualidade é a forma como cada indivíduo se expressa, comunica, sente, dá e recebe prazer com os cinco sentidos do seu corpo. Podemos concluir, deste modo, que a sexualidade é algo interior, que faz parte da composição humana e não é algo extrínseco à pessoa.

Em 2005, Duque e Duque (Cunha, 2007, p.16) apresentam algumas dimensões, como sendo as que melhor descrevem a sexualidade como um parecer pluridimensional. Sustentam que a sexualidade marca todo o nosso ser, e aborda-la, em fases ou partes, é corromper e circunscrever o Homem. Deste modo, apresentam as seguintes dimensões da sexualidade:

- 1) Biológica – Plano físico (determinantes genéticos, neurológicos, hormonais, anatómicos e fisiológicos). Se considerarmos somente esta dimensão, reduzimos a sexualidade a uma mera necessidade biológica, ao genital ou ao sexo. É-se assexuado sempre e em todos os nossos actos.
- 2) Sensual – Valor sensível que a junção entre os dois seres suscita e está relacionada com a dimensão anterior. O toque, a sensibilidade da pele, o envolvimento da pessoa.
- 3) Psíquica – Reconhecimento de si como sujeito responsável e respeito pelo outro. Abrange as áreas do afecto, relação interpessoal, capacidade do outro dar sentido à sua vida.
- 4) Erótica – Desejo, atracção sexual, a busca do outro.
- 5) Cultural – Linguagem que lhe permite expressar ritos e gestos verdadeiros, dentro de uma sociedade com uma cultura própria.
- 6) Social – Relação interpessoal.
- 7) Ética e Moral – Normas, que devem ter como base o respeito pelos que vivem na mesma sociedade.

Estas sete dimensões das sexualidades complementam-se e não devem ser separadas.

Dias (2008, p. 1) defende que não existe uma idade para o término da actividade, dos pensamentos ou dos desejos sexuais. Defendendo esta ideia escreve:

“Insiste-se em acreditar que a actividade sexual desaparece com a idade, muito embora se trate de uma crença sem qualquer fundamento.

Muitas pessoas na oitava década de vida continuam sexualmente activas, e mais de metade dos homens acima dos noventa anos assume manter o desejo sexual.

Uma das actividades mais fortemente ligadas à qualidade de vida, a sexualidade.

A ideia de que as pessoas de idade avançada também possam manter relações sexuais ainda não é culturalmente aceite. As pessoas preferem ignorar, fazendo desaparecer do imaginário colectivo a sexualidade da pessoa idosa.”

Dias (2008, p. 1) continua a sua prédica afirmando que a sexualidade “ (...) continua impregnada de uma ideia muito associada ao coito, não compreendendo ou concebendo outras atitudes, condutas ou práticas da mesma forma prazerosas. O diálogo envolto de palavras carinhosas, estimulantes, carícias preliminares, um forte entendimento e cumplicidade...tudo isso faz parte da expressão sexual, e há que encontrar aquelas que mais se condunam a cada casal idoso.

Há, efectivamente, uma evidência de que as pessoas de idade avançada são capazes de ter relações sexuais e sentir prazer nas mesmas actividades a que se entregam as pessoas mais jovens (...). A sexualidade nesta fase da vida até pode ser experienciada de forma mais intensa e com maior qualidade (...) os problemas do quotidiano (...) já se encontram estabilizados.”

A presença de uma vida sexual bem sucedida nas primeiras fases do ciclo vital humano, concorrem sobremaneira para uma prática saudável e progressiva da vida sexual adulta. Situação inversa à ideia de uma vida sexual atípica e pouco esclarecida.

Sanchez e Glacia (1998) consideram mesmo que todas as limitações da sexualidade na terceira idade podem ser controladas, ou tomadas de molde a não serem verdadeiras limitações, mas novas condições em que se pode viver a sexualidade.

Com o aparecimento da menopausa nas mulheres e da andropausa nos homens, surgem alterações, a nível fisiológico, físico e psicológico (Lima, 2003) que, por vezes, levam a mulher a sentir-se menos atraente, negligenciando assim a sua própria sexualidade.

Também os homens, apesar de viverem numa sociedade que, pese embora as inúmeras alterações, apelam fortemente à virilidade e à masculinidade perdem, por vezes, a confiança gerando sentimentos de ansiedade e de pouco à vontade. Associados a estes factores acresce ainda a falta de diálogo e ausência de intimidade física e estímulos para conversar sobre as questões do sexo e/ou da sexualidade.

### **2.3.2. Sexualidade na terceira idade sem tabus?**

*“A velhice é um direito com que nascemos e que, como tal, deve ser garantida, usufruída e respeitada.”* Carvalho, 2002, p.8

“Sexo sem tabus” (Crawford, 2006) é, ainda, algo do nosso imaginário. O facto é que continuamos presos à cultura clássica. Uma cultura reservada e, principalmente, uma cultura conservadora. Gentes de profundos cuidados e onde a vida é muito do domínio do privado. Situação que favorece o perpetuar de mitos e crenças associados ao sexo e à sexualidade.

Zilbergeld (1999), Hawton (1985) e Heiman e LoPiccolo (1988) apresentam-nos um quadro específico de mitos e crenças (Quadro nº1).

**Quadro nº 1**

**Mitos e crenças sexuais associados à disfuncionalidade sexual**

Zilbergeld (1999) <b>Mitos masculinos</b>	Hawton (1985) <b>Mitos masculinos e femininos</b>	Heiman e LoPiccolo (1988) <b>Mitos femininos</b>
Os homens não devem expressar certos sentimentos	Um homem está sempre pronto para o sexo	Sexo é só para menores de 30 anos
No sexo, como noutras situações, o que conta é o desempenho	O sexo só deve ocorrer por decisão do homem	As mulheres normais têm orgasmo sempre que fazem amor
O homem deve assumir a condução do acto sexual	O sexo equivale a penetração: tudo o resto não conta	Todas as mulheres podem ter orgasmos múltiplos
Um homem quer e está sempre pronto para o sexo	Quando um homem tem uma erecção, deve usá-la para atingir o orgasmo o mais depressa possível	A gestação e o parto reduzem a capacidade de resposta feminina aos estímulos sexuais
Todo o contacto físico deve levar ao sexo	O sexo deve sempre ser natural e espontâneo	A vida sexual da mulher pára com a menopausa
Um homem deve ser capaz de durar toda a noite	Todo o contacto físico deve levar à penetração	Os orgasmos vaginais são mais femininos e maduros do que os clitoridianos
Masturbação em excesso é negativa	Os homens não devem expressar os seus sentimentos	Uma mulher capaz de reagir sexualmente pode sempre ser excitada pelo parceiro
Quando se tem um parceiro sexual não se deve necessitar de masturbação	O sexo é realmente bom apenas quando os parceiros têm orgasmos simultâneos	Mulheres decentes não ficam excitadas com estímulos eróticos
O sexo equivale a penetração	Se os parceiros se amam saberão como satisfazer-se mutuamente	Mulheres que não gostam de formas exóticas de sexo são frígidas
O sexo requer uma erecção	Os parceiros sabem instintivamente o que o outro pensa ou quer	Mulheres que não atingem o orgasmo rápida e facilmente têm problemas
Bom sexo é uma progressão linear de excitação que termina necessariamente com o orgasmo	A masturbação é suja e perigosa	As mulheres femininas não procuram sexo nem se tomam desenfreadas e selvagens durante o sexo
Ter fantasias sexuais significa que não estou satisfeito com o meu parceiro sexual	Qualquer mulher que inicie a actividade sexual é imoral	As mulheres são frígidas se não tiverem fantasias sexuais e devassas se as tiverem
O sexo centra-se num pénis rijo e o que com ele se faz	A masturbação no âmbito de uma relação sexual é errada	A contracepção é responsabilidade da mulher
	Se um homem perde a sua erecção isso significa que ele não acha o seu parceiro sexual atractivo	
	É errado ter fantasias sexuais durante uma relação	
	Um homem não pode dizer não ao sexo/uma mulher não pode dizer sim ao sexo	
	Existem certas regras universais acerca do que é normal no sexo	

Fonte: Nobre, 2006, p. 99

Falar do sexo ou das questões da sexualidade na terceira idade é (parece ser) a questão menos importante. Estereótipos e preconceitos atravessam a história das civilizações.

Os idosos são, normalmente, vítimas de *ageism* e consideradas pessoas assexuadas.

### **2.3.3. Pontos fracos vs pontos positivos**

A abordagem inicial da sexualidade do idoso parece reflectir apenas aspectos negativos. Mas a verdade é que existem inúmeros aspectos positivos que fazem com que a prática regular de sexo contribua para uma melhoria e aumento significativo de anos de vida e de bem-estar.

Com o aumentar da idade, as pessoas sofrem uma série de alterações de nível fisiológico, físico e psicológico. Mudanças naturais e universais.

De facto, à medida que os anos passam, há limitações físicas que podem surgir como consequência de estilos de vida menos saudáveis, entre os quais, salientamos o tabagismo, o consumo excessivo de bebidas alcoólicas, uma alimentação com alto teor de gorduras, hipertensão, colesterol alto e, mais recentemente, uma prática de vida bastante sedentária.

Artrite (o contacto sexual pode ser incomodo devido as dores nas articulações), diabetes (pode provocar impotência nos homens), doenças cardiovasculares (actividade sexual corresponde a uma sobrecarga do coração, devido ao aumento da frequência cardíaca e da pressão arterial), incontinência (falta de controle de bexiga e o escape de urina é mais frequente com o envelhecimento e principalmente nas mulheres), acidentes vasculares cerebrais (AVC) (podem causar problemas de erecção no homem), doenças sexualmente transmissíveis (como não está tão presente o risco de gravidez,

acaba por ser esquecido o preservativo), são alguns dos condicionantes de natureza biológica mais comuns que surgem na terceira idade e afectam o desejo e a felicidade sexual.

Muitas vezes estes problemas físicos são de origem psicológica. A depressão, por exemplo, no homem leva a falta de interesse pela companheira e, na mulher, a diminuição do desejo sexual. Outro importante aspecto é a ansiedade de desempenho (principalmente nos homens), baixa auto-estima, conflitos relacionais, *stresse*, dificuldades de comunicação, humor negativo, atitudes negativas, crenças em mitos sexuais, má auto-imagem (principalmente na mulher, com o surgimento da menopausa) e as emoções.

Lima (2006) apresenta-nos uma tabela, adaptada de Zeiss e Zeiss (1999, p. 296), com as mais variadas alterações, aos mais diversos níveis, que ocorrem, tanto no homem, como na mulher, que apresentamos de seguida:

**Quadro 2 - Alterações Físicas (Homem/Mulher)**

Tipos de alterações	Homens	Mulheres	
1.Alterações físicas básicas	Testosterona	Estrógeno e Progesterona	
	Espermatogénese		
	Tamanho dos testículos	Testosterona	
	Tamanho da próstata	Espessura e elasticidade da vagina	
	Vigor das contrações da próstata	Lubrificação vaginal	
2.Impacto no ciclo de excitação	Viscosidade e volume do fluido seminal	Tamanho do colo do útero e ovários	
	a) Fase de excitação	Resposta mais lenta Necessidade de uma maior estimulação do pénis para atingir a erecção Erecção menos firme	- Resposta mais lenta - Redução da vaso-constricção vaginal - Coito pode ser doloroso
	b) Fase de plateau	Fase de "plateau" mais longa Decréscimo do fluido pré-ejaculatório	- Redução da lubrificação - Redução da elevação uterina - Redução da elevação dos grandes lábios
	c) Fase do orgasmo	Menor duração do orgasmo Contrações orgásmicas fracas e em menor número Redução da quantidade de sémen e da força ejaculatória	- Menor duração do orgasmo - Contrações orgásmicas mais fracas e em menor número - Resposta clitoriana intacta
d) Fase de resolução (relaxamento)	Retorno mais rápido ao estado de pré-estimulação Aumento do período refractário	- Retorno mais rápido ao estado pré-estimulação - Capacidade multiorgásmica mantida	

Fonte: Zeiss e Zeiss, 1999, p. 196

Mesmo assim, a idade traz aspectos positivos que em muito beneficiam a actividade sexual. Os aspectos emocionais associados a maturidade, são um dos pontos que mais contribuem para uma vivência sexual mais rica e sofisticada, e em vários casos, mais satisfatória, uma vez que existe um aumento de confiança, uma melhor capacidade de comunicação e resolução de problemas e, uma menor inibição perante o companheiro(a).

Amaro e Silva (1999) dizem-nos que devemos aceitar a ideia de que os problemas sexuais podem surgir em qualquer idade e, normalmente, são passíveis de tratamento. Para minorar esses efeitos, é necessário estar atento não só à prescrição médica como aos próprios efeitos colaterais. Muitos tratamentos têm na sexualidade efeitos de inibição e de baixa auto-estima.

#### **2.3.4. E do ponto de vista da psicologia?**

Nos dias de hoje, existem já uma série de tratamentos que aplicados em problemas que surgem na sexualidade do idoso, nomeadamente a nível psicológico, atingem uma eficácia aceitável (Gomes, 2006).

A terapia sexual ou psicoterapia individual, relaxamento e a terapia de casal podem ser ajudas preciosas no tratamento de problemas psicológicos, isolados ou associados a problemas fisiológicos e biológicos, que podem surgir com o avançar dos anos (Crawford, 2006).

Crenças e consequentes auto-conceitos negativos não só predispõem os homens para o desenvolvimento de dificuldades sexuais, mas também para a manutenção do problema (Zilbergeld, 1999).

Os factores hormonais afectam com alguma intensidade o funcionamento de todo o corpo, despoletando a excitação e o desejo sexual, ou seja, a vontade de ter relações, tanto no homem como na mulher. Deste modo, é fácil compreender que qualquer alteração a um destes níveis pode comprometer a

resposta sexual em ambos os sexos. Por outro lado, o equilíbrio psicológico é fundamental; a ansiedade, tensão, depressão, problemas interpessoais, podem ser um “inimigo” de uma resposta sexual adequada.

Nos últimos anos, verificou-se um acréscimo significativo no estudo dos processos subjacentes à fisiologia da sexualidade, facto que tem contribuído para que cada vez mais se tente compreender os mecanismos nela implicados, de modo a fazer face a eventuais dificuldades na resposta sexual.

Assim sendo, cabe ao psicólogo trabalhar as questões que surgem no âmbito da sexualidade e que o afectam negativamente.

Por isso, torna-se necessário fomentar pensamentos e atitudes positivas e, simultaneamente, sugerir exercícios agradáveis, que promovam a interacção pessoal – convívios, exercício físico, passeios turísticos, ...

## 3 - Amor

### 3.1. E falando em amor...

“O amor satisfaz as necessidades fundamentais, porque a necessidade fundamental é a necessidade de amar.”

Barros, 2004, p. 22

O que é o amor? Será possível explicar por palavras tal sentimento? Todos os dias somos “bombardeados” com a palavra “AMOR”, mas saberemos o seu real significado? Muitas são as questões que este tema levanta, devido a complexidade do sentimento, e principalmente, do seu estudo. Talvez por isso, durante várias décadas o estudo do amor foi negligenciado, como afirma Neto (2000).

Berscheid e Walster, em 1978 (cit. Neto, 2000) avançam três grandes motivos para a negligência do estudo do amor, por parte dos psicólogos, nomeadamente:

- 1) “Amor e romance eram vistos como pertencendo ao domínio do romance e não da ciência” (Burgess e Wallin, 1953, p. 11, cit. Neto 2000);
- 2) “Pensava-se que o amor era demasiado misterioso e intangível para ser estudado cientificamente”;
- 3) “O amor não pode ser facilmente manipulado no laboratório, e as suas causas e consequências não se isolam de modo fácil numa só sessão”.

Contudo, o estudo do amor começa a desabrochar, sinal disso, são as mais diversas teorias, que abordaremos no tópico seguinte, que surgiram nos últimos 20 anos.

Retomando a questão inicial, o que é afinal o amor? Desde de sempre, convivemos com histórias, poemas, músicas, que falam sobre amores e desamores. Vários são os escritores reconhecidos pelos seus registos sobre

amor, nem sempre com finais felizes, como é o caso, de talvez a mais famosa história de amor, a obra de Shakespeare “Romeu e Julieta”. Obras que apaixonaram e influenciaram a vida de muitas pessoas, e que ainda hoje fazem parte da actualidade. Obras eternas, imortalizadas pela sua beleza, pela emoção que transmitem. Enfim, o amor.

Algumas definições foram desabrochando, com múltiplas interpretações, por isso, tomamos a liberdade de seleccionar algumas delas. Da definição do Dicionário de Língua Portuguesa (1991, p. 46), o conceito de amor emerge envolto em sentimentos, designadamente, “paixão; afecto; inclinação”.

E, numa perspectiva mais psicológica, Chaplin (1981, p. 24) esclarece o conceito através de cinco eixos:

- “1) Sentimento forte de ligação a uma pessoa determinada, vulgarmente com uma componente sexual.
- 2) Sentimento cuja característica dominante é uma sensação forte de afeição; exemplifica-se pelo amor à pátria ou à terra natal.
- 3) (*Psicanálise*) Instintos libidinais ou eróticos que procuram satisfação num objecto.
- 4) (*Watson*) Com o medo e a raiva, uma das três emoções primárias e inerentes do indivíduo.
- 5) Nos escritos religiosos uma qualidade mística e espiritual que une o indivíduo a um ser divino”.

Ao aborda a temática do amor, Barros (2004, p. 15) apresenta a seguinte definição, “(...) o amor tem muitos nomes quase sinónimos: amizade, simpatia, empatia, compaixão, altruísmo, ternura, carinho, bondade, afeição, estima, mansidão, benevolência, acolhimento, gratuidade, generosidade, partilha, dom, comunhão, comunicação, união, respeito, serviço, oblação, admiração, paciência, perdão, tolerância (...). É uma emoção particular, que não prescinde da cognição e que se expressa numa grande variedade de comportamentos (palavras, expressões não verbais, expressões físicas,

prendas, sacrifícios pelo amado)”. O autor justifica a utilização de inumeráveis termos para definir amor, devido a complexidade de explicar por palavras a imensidão de tal sentimento. Ainda o mesmo autor (2004, p. 17), apresenta-nos com definições de grandes personalidades do mundo científico, “O amor, segundo Platão, “faz-nos passar do não ser ao ser” (in Mina, 1996, p. 9). Pascal diz que o amor é “o conhecimento do coração”.

Como podemos observar, vários são os investigadores que apresentaram diferentes concepções de amor, por exemplo, Mazzel, em 1962 (cit. Ribeiro, 2007), afirma que amor é “a necessidade que o coração dos seres humanos têm de expandir e encontrar correspondência e retribuição em outrem”. Já para Neto (2000,????) o “amor é demasiado indómito para se poder categorizar de modo simples”.

### **3.2. Teorias do amor**

Com o crescente interesse pelo conceito amor, foram surgindo múltiplas teorias com o desígnio de “decifrar” este tópico de tamanha complexidade.

De entre todas as teorias que apareceram no panorama científico sobre o estudo desta temática, temos que ressaltar, talvez a que mais se distinguiu e mais interesse suscitou no meio científico até aos dias de hoje, a teoria dos estilos de amor de Alan Lee, na qual é baseada a construção do questionário por nós utilizado na recolha de dados da amostra em questão sobre esta questão.

Esta teoria foi elaborada por Lee, por volta de 1973. Lee defende que o amor se apresenta sob a forma de seis estilos de amor, que se dividem em estilos de amor primários e estilos de amor secundários (Neto, 2000). Os estilos de amor primário são três:

- 1) *eros*,
- 2) *ludus* e
- 3) *storge*;

enquanto que os estilos de amor secundário são:

- 1) pragma,
- 2) mania e
- 3) agape.

*Eros*, também conhecido por amor apaixonado ou amor romântico, caracteriza-se pela valorização da beleza e atracção física, “As pessoas com score alto em *Eros* crêem no «amor à primeira vista» e são particularmente sensíveis aos defeitos físicos do seu parceiro (...) Estas pessoas são atraídas por parceiros tendo por base a atracção física, como beijar e acariciar logo após o encontro de um novo parceiro, e têm uma resposta genital (lubrificação, erecção) aos primeiros beijos (Neto, 2000, p. 246)”.

Quanto ao estilo de amor *ludus*, o amor como um jogo, é encarado assim porque é vivido de forma desprendida, alegre, sem compromissos. Neto (2000, p.247) descreve deste modo, as pessoas lúdicas, “pessoas com um score alto em *Ludus* namoram muito, deixam aos seus companheiros adivinhar o grau de compromisso em relação a eles e param a relação quando deixa de ser engraçada. Desprendem-se fácil e rapidamente e gostam de aborrecer os parceiros. Poderão sair muitas vezes com outra pessoa mesmo sabendo que não querem envolver-se”.

O último estilo de amor primário, é o *storge*, o amor amizade, não há paixão, mas sim carinho, afeição, as pessoas storgicas “com um score alto em *Storge* crêem que o amor surge da amizade, os parceiros devem partilhar interesses semelhantes e gostam das mesmas actividades. Podem suportar longas separações sem sentirem que o relacionamento está ameaçado. Não procuram a excitação na relação como os parceiros do amor *Ludus* (Neto, 2000, p. 247)”.

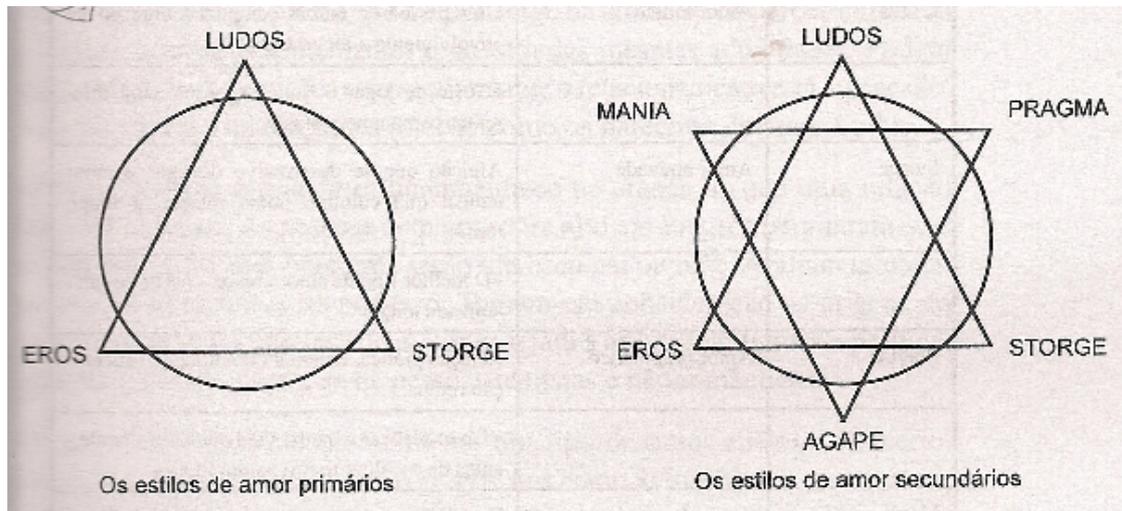
Nos estilos de amor secundários, encontramos o pragma, um amor prático, as pessoas pragmáticas “com um score alto no pragma perguntam-se a si próprias se os seus parceiros serão um bom pai ou mãe. Avaliam também o futuro das carreiras do parceiro. Tomam em consideração as origens do parceiro e as suas características, como sejam a afiliação religiosa e política, atitudes e lazeres. Trata-se de pessoas realistas e não românticas (Neto, 2000, 247)”.

Outro dos estilos de amor secundário é o mania, uma amor possessivo, dependente, deste modo “as pessoas com um score elevado em Mania crêem que ficando doentes ou fazendo asneiras recuperam a atenção do parceiro, caso alguma vez o parceiro as tenha ignorado. Quando a relação está perturbada, desenvolvem doenças (Neto, 2000, 247)”.

Por último, o amor agapico, um amor altruísta, “amor significa um dever para se dar à pessoa amada sem expectativas de reciprocidade (Neto, 2000,p. 247)”.

Ainda dentro desta mesma teoria, encontram-se associados os seis estilos de amor a determinadas cores: eros, ludus e storge, são comparados com as três cores primárias – o vermelho, o amarelo e o azul. Associados estes três estilos de amor, dão origem aos três estilos de amor secundários: pragma, mania e ágape. Pragma é composto de storge e de ludus. Mania é composto por eros e ludus. Ágape, combinação de eros e storge (Neto, 2000), como é apresentado na figura nº2.

Figura nº2 – Estilos de Amor de Lee



Fonte: Neto, 1992, p. 84

Outro modelo, que aborda este tema é o modelo triangular do amor de Robert Sternberg (1986, 1987) que conceptualiza as semelhanças e as diferenças entre diferentes espécies de amor. Este modelo contempla três aspectos:

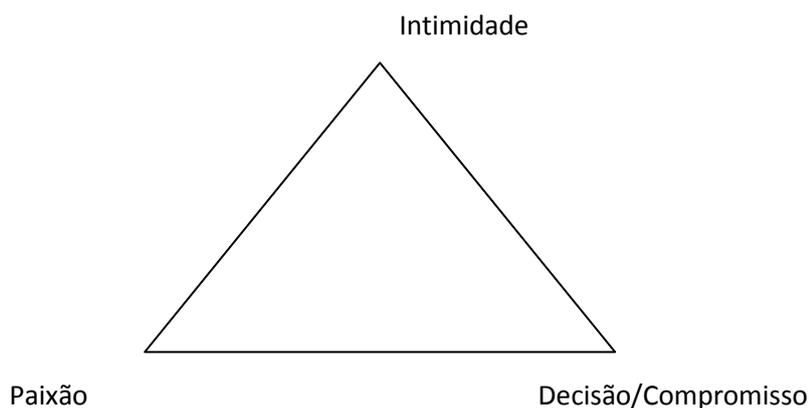
- 1) Intimidade – proximidade e união nas relações amorosas;
- 2) Paixão – aos impulsos que levam ao romance, à atracção física, à sexualidade e aos fenómenos relacionados nas relações amorosas;
- 3) Decisão/Compromisso – manter esse amor (Neto, 2000, p. 250).

As três componentes não ocorrem obrigatoriamente ao mesmo tempo. Pode existir amor, sem compromisso. Existe uma interacção constante entre os três componentes deste modelo. Desta interacção resulta oito tipos de amor (Stenberg, 1986, 1997):

- 1) Falta de amor, resultante da inexistência dos três componentes;
- 2) Simpatia quando há presença de intimidade e ausência de paixão e compromisso;
- 3) Amor apaixonado, paixão está presente, mas os outros dois componentes não;

- 4) Amor vazio, sem paixão nem intimidade quando ambos decidem estar juntos;
- 5) Amor romântico na combinação da intimidade e paixão;
- 6) Amor companheiro que deriva da intimidade juntamente com a decisão de compromisso;
- 7) Amor ilusório pela ausência de intimidade e presença de compromisso e paixão;
- 8) Amor completo, quando existem os três componentes (Figura nº 3).

**Figura nº 3 – Teoria triangular de Sternberg**



Fonte: Neto, 1992, p. 87

Em cada vértice do triângulo, encontramos representados os três componentes principais do amor, de acordo com Sternberg, tal como já referimos anteriormente.

Uma teoria reconhecida, reiterada, inclusivamente por Hazan e Shaver (1987), que estudaram o amor de acordo com a perspectiva da teoria da vinculação, fundamentada no trabalho de Jonh Bowlby (1969, 1973, 1980) e de Ainsworth, Blehar, Waters, e Wall (1978). As vinculações são parecidas na

forma aos três tipos de vinculação infantil (Neto, 2000, p. 253). Deste modo, existem três tipos de adultos:

- 1) Seguros: facilidades em obter relações íntimas com outras pessoas e não se sentem preocupados em serem abandonados (56 %). “Os adultos seguros tendiam a descrever as relações amorosas actuais mais importantes como sendo felizes, amistosas, e dignas de confiança. Os adultos seguros eram mais susceptíveis de descrever os seus pais em termos positivos (como sendo carinhosos, justos, afectivos e tendo um bom casamento) que os outros (Neto, 2000, p. 253)”.
- 2) Esquivos: (25 %) “referiram ser algo desconfortável em obter intimidade com outras pessoas. Ao descreverem as suas relações amorosas mais importantes assinalavam medo de intimidade e ciúmes. Em comparação com os adultos seguros, os adultos esquivos tendiam a descrever os seus pais como sendo mais exigentes, críticos e não carinhosos (Neto, 2000, p. 253)”.
- 3) Ansiosos/Ambivalentes: (19%) “procuram intimidade, mas estão preocupados que os outros não manifestem reciprocidade no seu amor e não fiquem com eles foram chamados de «ansiosos/ambivalentes». Estes sujeitos descreviam as suas relações amorosas mais importantes como envolvendo obsessão, desejo de reciprocidade e união, atracção sexual extrema e ciúmes. Em comparação com os adultos seguros, estes sujeitos tendiam a descrever os seus pais como sendo mais intrusos e exigentes, e o casamento dos pais infeliz (Neto, 2000, p. 253/254)”.

### 3.3. Amor na 3ª idade

“O amor não conhece tempos nem modos de amar. Sabe conjugar o verbo “amar” em todas as pessoas, em todos os tempos e modos” (Barros, 2004, p. 18).

O amor tem idade? Há uma idade para amar e outra para deixar de o fazer? Barros (2004, p. 22) assevera que o “amor está presente ao longo de todo o desenvolvimento pessoal”. Sendo assim, podemos dizer que desde que nascemos, até que morremos, o amor está presente. O humano durante todo o seu ciclo de vida é capaz de viver e experienciar o amor, sob as suas mais diversas formas.

Contudo, no que respeita a esta faixa etária, pouco se sabe. O amor na terceira idade, tal como a sexualidade, ainda é um tema demasiado estereotipado, pela negativa, o que tem repercussões a nível dos comportamentos do próprio idoso.

Swenson (1972) descreve sete tipos de comportamentos que pessoas de diferentes idades, que estão intimamente associados com o amor:

1. Amo-te;
2. Auto-revelação;
3. Sinais não materiais de amor;
4. Comunicar não verbalmente sentimentos;
5. Sinais materiais de amor;
6. Expressões físicas de amor;
7. Mostrar benevolência para com a outra pessoa (Neto, 2000, p. 230/231).

Contudo, a sociedade não “permite” que os idosos se apaixonem e amem. O amor na terceira idade não é compreendido pelos demais. Os idosos não amam, nem possuem essa necessidade, é um pensamento comum entre os mais jovens, e principalmente, entre os filhos. É necessário mudar as mentalidades, os idosos, independentemente da sua idade cronológica, são humanos, e como tal necessitam amar e ser amados.

## **II Parte – Parte empírica**

---

## 1. Âmbito e contexto de investigação

### 1.1. As questões da sexualidade e do amor na população idosa

O interesse pelo presente tema surge na sequência do trabalho desenvolvido a propósito da unidade curricular de Psicologia Positiva e o Envelhecimento, com o trabalho subordinado ao tema “A Sexualidade na Pessoa Idosa” e, também, pela problemática que o tema suscita ao nível das actuais orientações de desenvolvimento curricular (Lei nº120/99 de 24 de Junho. [on-line], <http://www.educare.pt/educare>, 29/11/2008), peso embora a legislação incida apenas sobre a população mais jovem. É, no entanto, um importante marco no sentido de gerar uma nova atitude face à cultura de uma educação para a sexualidade e, naturalmente, de uma vida plena, responsável e saudável.

Na verdade, a Educação Sexual é uma questão essencial, mais ainda, quando pensamos que, presentemente, a iniciação da vida sexual se faz cada vez mais cedo e se prolonga por muitos mais anos. Nesse sentido, é importante gerar atitudes positivas e desmistificar que a sexualidade é uma questão *tabu* e/ou relativa à população adolescente.

Há já alguns anos que as questões relativas à população idosa merecem o interesse e destaque internacional. Exemplo disso, são os escritos resultantes da I e da II Assembleia Nacional para o Envelhecimento<sup>3</sup> e o aparecimento de formação específica em prol do conhecimento efectivo do envelhecimento e da velhice (Palmeirão, 2007a). O desafio é «a arte de bem-viver» e, obviamente, exigência da promoção dos valores da dignidade, do respeito e da liberdade.

---

<sup>3</sup> Doravante AMII

*As pessoas idosas devem ser participantes plenas no processo de desenvolvimento e partilhar também os benefícios que alcancem. Não se deve negar a ninguém a possibilidade de beneficiar-se do desenvolvimento* (Artº. 17, AM II, [On/line], <http://www.cicts.uevora.pt/paienv.pdf>, 29/11/2008).

E, apesar da (nossa/sua) sexualidade ser (ainda) uma questão intocável, tal como evidenciamos no ponto relativo à sexualidade, parece crescente o interesse que o tema suscita nas actuais plataformas de discussão, quer no contexto educativo, quer no âmbito da gerontologia, enquanto ciência que estudo todo o processo de envelhecimento (Fernández-Ballesteros, 2000).

O facto de vivermos mais anos, gera questões jamais colocadas ao homem e à mulher dos começos do século passado. E, nesse devir constante, onde a ciência e a tecnologia concorrem fortemente para a nossa maior longevidade, emergem políticas sociopedagógicas diversificadas, cuja finalidade é proporcionar o “envelhecimento activo” de forma que todas as pessoas possam atingir este estágio de vida em qualidade e, naturalmente, de forma saudável (Palmeirão, 2007 a). Viver de forma saudável implica, segundo a Organização Mundial de Saúde<sup>4</sup> (2004), uma outra atitude e, conseqüentemente, o pleno desenvolvimento humano (físico, mental, intelectual e sexual).

É facto que a sexualidade é uma dimensão intrínseca à nossa natureza e tem “um impacto considerável na vida quotidiana da maior parte das pessoas” (Neto, 2000, p. 226). No entanto, continua um tema *tabu*, principalmente quando associado à pessoa idosa que só o contributo de uma educação ao longo da vida pode ajudar a desmistificar e clarificar.

---

<sup>4</sup> Doravante OMS

## 1.2. Objectivos de estudo

Em termos globais o presente estudo visa aferir perspectivas, vivências e atitudes que as pessoas idosas têm em relação ao amor e à sexualidade em geral e, especialmente, em relação à sua sexualidade e a sua própria vivência do amor.

Relativamente aos objectivos específicos procuramos:

1. Adoptar e adequar a Escala Atitudes Sexuais (SAS), tendo em mente as características da nossa população;
2. Aferir se as variáveis sócio-demográficas (idade, género, estado civil, escolaridade, religião (crente ou não crente), influenciam as atitudes sexuais das pessoas, no caso, das pessoas idosas;
3. Averiguar até que ponto as atitudes sexuais estão associadas à satisfação da vida amorosa da pessoa idosa;
4. Verificar como as pessoas mais velhas convivem com o sentimento que é o amor e o modo como o expressam.

Ao longo da história a sexualidade e do amor foram alvo de preconceitos, porquanto são temas de difícil diálogo, sobretudo, no domínio público. Mais ainda quando as pessoas em questões se inscrevem já na dita “terceira idade”. Efectivamente, Butler e Lewis (1993), chamam a atenção para as “atitudes negativas face à sexualidade na velhice”, porquanto traduzem “medo de envelhecer e morrer (Neto, 2000, p. 225, Vaz e Nodin, 2005, p. 332). Nesse sentido, a nossa proposta de estudo vai no sentido de melhor compreender o sentimento que está associado às pessoas mais velhas quando falamos da sua sexualidade, do amor e do sexo.

E, para responder de forma cabal às nossas questões, formulamos várias hipóteses, porquanto o tipo de instrumentos usados assim o possibilitou:

*H1.* A escala de avaliação de Atitudes Sexuais (SAS) tem qualidades psicométricas adequadas para a população idosa portuguesa.

Porquanto, os autores da SAS – Escala SAS, Walter W. Hudson, Gerald J. Murphy e Paula S. Nurius (1983), tinham como objectivo aferir o grau a partir do qual as pessoas adoptam uma postura e/ou atitudes liberais/conservadoras a propósito da expressão da sexualidade humana e, nesse propósito, não é uma escala específica para aferir atitudes sexuais das pessoas idosas. Na verdade, o leque de instrumentos de medida em ordem à sexualidade é bastante diverso. Todavia, consideram quase sempre a sexualidade na adolescência. E, as escalas ou questionários para os mais velhos, avaliam apenas problemas, limitações, dando-nos por isso, uma perspectiva menos optimista da sexualidade nos adultos mais velhos. Circunstância que não se adequa ao nosso propósito que é avaliar os efeitos de variáveis sócio-demográficas na sexualidade do idoso e tem teor exploratório?

*H2.* Espera-se que as mulheres idosas sejam mais conservadoras nas suas atitudes sexuais do que os homens idosos.

De acordo, com um estudo desenvolvido por Vasconcelos (1998), relativamente as opiniões acerca da diferenciação sexual na família, segundo o género, concluiu-se que “ (...) não leva (...) a que as mulheres sejam defensoras da igualdade entre os sexos, estão, aliás, bem demonstrados o papel por elas desempenhado na reprodução de categorias cognitivas e de práticas que contribuem globalmente à dominação masculina, logo à dominação das mulheres (ibidem, p. 362) ”.

“ (...) de uma maneira geral, os indivíduos do sexo masculino e as pessoas mais velhas continuam a manifestar atitudes mais conservadoras para com o sexo feminino ( Loo e Thorpe, 1998) ”.

Uma das outras questões, também levantada, neste mesmo estudo foi a da diferença de género de acordo com a variação etária, constando-se “ (...)

as posições igualitárias variam na proporção inversa ao grupo etário, *i.e.*, quanto maior a idade dos inquiridos menor a percentagem de respostas defensoras da igualdade entre géneros e do direito feminino (...) (Ibidem, p. 363) ”.

Pais (1998) num estudo acerca das opiniões sobre relações sexuais, aferiu “ (...) identidade feminina socialmente construída em torno do «sensível» e do «afectuoso» à qual as próprias mulheres procurarão dar um sentido valorativo (...) para alguns homens a actividade sexual aportará gratificações outras que não apenas, ou predominantemente, as afectivas – as quais serão mais valorizadas pelas mulheres (Ibidem, p. 412).”

*H3.* Crê-se que o factor idade interfere de algum modo nas atitudes dos idosos face à sua sexualidade, e por isso nos questionamos de quais serão os mais conservadores/liberais, os idosos mais jovens ou os mais velhos?

Ainda no âmbito do mesmo estudo referido na hipótese anterior, a cargo de Vasconcelos (1998), a faixa etária dos inqueridos foi analisada, assim sendo “(...) no grupo de pessoas com mais de 54 anos (...) apesar deste escalão etário ser claramente o mais conservador e de posições assimétricas no respeitante à divisão sexual das competências e recursos (Ibidem, p. 364).”

“ (...) investigação levada a efeito nos anos 80, com três gerações de mulheres, avós, mães e filhas, colocou em evidência uma diferença significativa entre os três grupos, quanto ao grau de conservadorismo demonstrado: as filhas apresentaram os resultados mais elevados, que traduziam atitudes mais liberais, as avós obtiveram os resultados mais baixos e as mães situaram-se numa posição intermédia (Dambrot, Papp e Whitmore, 1984, p. 471) ”.

*H4.* Acreditamos que os idosos viúvos e divorciados/separados apresentam uma atitude mais conservadora face a sexualidade do que os idosos casados.

No que concerne o estado civil um estudo indica-nos que “ (...) os viúvos (...), os casados pela igreja, demonstram possuir tendências valorativas anti-igualitárias. Os mais igualitários são, sem sombra de dúvidas, os solteiros e os separados/divorciados (...) (Vasconcelos, 1998, p. 366) ”.

*H5.* Espera-se que a população crente e praticante revele uma atitude mais conservadora face a sexualidade do que os crentes não praticantes.

“As ideologias e valores que se produzem a propósito do sexo podem não corresponder às práticas do mesmo. Se as ideologias ou prescrições morais fossem seguidas à risca os católicos não teriam necessidade da instituição do confessor (Pais, 1998, p. 462) ”. Deste modo, podemos-nos questionar até que ponto as respostas dos inquiridos são de acordo com as suas convicções e atitudes sexuais ou por outro lado de acordo com as elucidações morais e religiosas (Pais, 1998).

Ainda na mesma linha de pensamento, “ (...) aqueles que dizem ter uma prática religiosa (seja ela qual for) assumida e realmente praticada (...) são os que menos defendem posições valorativas modernizantes e igualitárias (...) (Vasconcelos, 1998, p. 366) ”.

Num outro estudo, Antunes observou na sua investigação que os “ (...) católicos praticantes e não praticantes (...) às perguntas sobre práticas sexuais (...) o sexo não tem sentido sem amor (...) (1998, p. 504-505) ”.

*H6.* Espera-se que os homens sejam mais lúdicos e agápicos no amor do que as mulheres.

Num estudo desenvolvido em Portugal por Neto em 1999, verificou-se que os homens eram mais lúdicos e agápicos do que as mulheres, “A qualidade instrumental, apanágio do Ludus, talvez seja consistente com atitudes sexuais mais liberais no sexo masculino. Estereótipos populares

acentuam as qualidades lúdicas do sexo masculino.” No mesmo estudo os homens também obtiveram valores superiores aos das mulheres no estilo de amor agápico, revelando assim uma atitude mais altruísta do que as mulheres.

Tais resultados foram consistentes com os obtidos anteriormente num estudo desenvolvido, nos Estados Unidos, por Hendrick e Hendrick, em 1987, onde o único estilo de amor onde se verificaram diferenças de género era no ludus, sendo os homens a obter valores mais elevados nesse estilo (Neto, 2000, p. 258/259).

No mesmo estudo desenvolvido por Neto, os homens também obtiveram valores superiores aos das mulheres no estilo de amor agápico.

Foi desenvolvido um estudo intercultural sobre os estilos de amor, em vários países de África, Ásia, América do Sul e Europa, onde participou Portugal, os resultados deste estudo permitiu-nos concluir que em todos os países os homens se revelaram mais lúdicos e agápicos do que as mulheres (Neto, 2002, p. 165/166). Todos estes estudos foram, no entanto, efectuados junto de uma população jovem.

*H7.* Os sujeitos inqueridos casados são mais eróticos do que os sujeitos com outros estados civis.

De acordo com Neto (2000, p. 226), “Efectivamente a compreensão do amor tem uma importância decisiva para a sociedade na medida em que desempenha um papel relevante nas relações mais íntimas das pessoas e tem influência no casamento e no divórcio”. Logo, o estilo de amor que o inquirido adopta na sua vida influencia o seu estado civil.

A partir de um estudo adaptado por Simpson, Campbell e Berscheid (1986) com estudantes americanos, chegou-se a conclusão que “(...)hoje em dia a grande maioria de estudantes universitários, quer americanos quer

portugueses, vêem o amor como sendo um pré-requisito para o casamento(...)" (Neto, 2000, p. 226/227).

Os participantes casados vivenciam amor apaixonado, intenso, onde o casamento é o culminar desse grande amor.

*H8.* Sujeitos com um estilo de amor erótico, apresentam maior satisfação na vida amorosa.

Neto (2000, p. 233) apresenta os resultados de dois estudos efectuados em 1988, por Hendrick e Hendrick que defendem "(...) estar apaixonado é, para a maior parte das pessoas, uma experiência muito positiva. Os resultados sugerem que as pessoas apaixonadas podem viver num mundo melhor do que as pessoas que o não estão. Efectivamente, os dados deixam transparecer que as pessoas apaixonadas vêem o mundo através de óculos cor-de-rosa".

Para além disso tentaremos ver quais as relações existentes entre atitudes sexuais e amorosas e outros constructos psicológicos.

## **2. Metodologia**

A metodologia definida para o presente estudo parte do perfil da população que desejamos inquirir e da problemática em avaliação. Assim, a nossa opção recaiu sobre uma metodologia de natureza «mista» e alicerça-se numa plataforma de investigação igualmente diversa, por via da revisão da literatura coeva, aplicação de questionários e respectiva análise de conteúdos. Uma metodologia usada sempre que ambicionamos "estudar opiniões, atitudes e pensamentos de uma dada população" (Sousa, 2005, p. 153) e que consiste "em suscitar um conjunto de discursos individuais, em interpretá-los e generalizá-los" (Guiglione e Matalon, 1995, p. 2) o que requer requisitos

específicos, sobretudo, ao nível da construção e/ou aplicação do questionário, mormente, no que respeita à sua clareza, objectividade e coerência. E, obviamente, obedecer a princípios éticos, sob pena de “minar” a natureza do trabalho investigativo.

A este propósito, Bogdan e Biklen, reiteram que

*“os sujeitos devem ser tratados respeitosamente e de modo a obter a sua cooperação na investigação. Ainda que alguns investigadores defendam o uso da investigação dissimulada, verifica-se consenso relativo a que na maioria das circunstâncias os sujeitos devem ser informados sobre os objectivos da investigação e o seu consentimento obtido (...) (p. 77)”*.

Lógica que exigiu o elaborar de um inquérito que contemple o facto de quem responde, responda de acordo com a sua história de vida e representações sociocultural (Afonso, 2005). E, a partir daqui, usufruir das vantagens de anonimato e de poder ser administrarmos a uma «amostra» de grandes dimensões (Pardal e Correia, 1995). E, neste pressuposto, o recurso a esta prática satisfaz três requisitos. O primeiro é facilitar o acesso a um número significativo de pessoas e lugares, o segundo, é rentabilizar os recursos humanos existentes e o terceiro é “agilizar” o próprio processo de recolha de dados. J. Abric (1997) evoca, ainda, que o inquérito por questionário é a prática mais utilizada no estudo das representações dadas as suas potencialidades.

## **2.1. Amostra**

As pessoas inquiridas no presente estudo, têm idades iguais ou superiores a 65 anos. Ao todo, participaram 200 indivíduos, não institucionalizados, do concelho do Porto. Todos os inquiridos deste estudo não foram remunerados, sendo, assim a sua participação voluntária. Destes, 100 são do sexo feminino e 100 do sexo masculino e a média de idades é de 69,7 anos (DP = 5,0, entre = 65-92 anos). Neste sentido podemos afirmar que no

que respeita a esta variável sexo a amostra se encontra perfeitamente equilibrada.

Quanto ao estado civil, apuramos que, da totalidade dos indivíduos inquiridos, a maioria 129 inqueridos (64,5%) são casados, 21 (10,5%) solteiros, 33 (16,5%) viúvos, e apenas 17 dos inqueridos (8,5%) se auto-nomearam como divorciados/separados (Quadro nº 3).

**Quadro nº 3 – Estado civil dos sujeitos inquiridos**

Estado Civil	Inquiridos	%
Casados	129	64,5%
Solteiros	21	10,5%
Viúvos	33	16,5%
Divorciados/separados	17	8,5%
Total	200	100%

Em termos de escolaridade, 82 (41,0%) possuem o equivalente ao actual 4º ano de escolaridade, à data, a 4ª classe. Verificamos ainda que 35 pessoas (17,5%,) não possuem formação escolar. E, do universo das pessoas inquiridas, apenas 9 têm formação a nível superior (Quadro nº4).

**Quadro nº 4 – Escolaridade dos sujeitos inquiridos**

Nível de escolaridade (anos)	Nº de sujeitos	Percentagem %
0	35	17,5
1	5	2,5
2	11	5,5
3	9	4,5
4	82	41,0
5	7	3,5
6	9	4,5
7	4	2,0
9	17	8,5
10	3	1,5
11	1	0,5
12	9	4,5
15	4	2,0
16	1	0,5
17	2	1,0
18	1	0,5
Total	200	100,0

Quanto à questão sobre a religião, apuramos que 110 (55%) dos inquiridos revelaram-se crentes não praticantes e 84 (42%) crente e praticante. Apenas 6 (3%) dos indivíduos assinalam não serem nem crentes, nem praticantes. Apesar disso, todos os participantes se declararam católicos.

**Quadro nº 5 - Religião dos sujeitos inquiridos**

Religião	Nº de Pessoas	(%)
Crente e Praticante	84	42,0
Crente não Praticante	110	55,0
Nem Crente, Nem Praticante	6	3,0
Total	200	100,0

Quanto à situação profissional, todos estão em situação de reforma. No passado, exerceram actividades profissionais em domínios vários que segundo a Classificação Nacional de Profissões, enquanto reportório de todas as profissões existentes em Portugal ([On-line], <http://www.iefp.pt/formacao/CNP/Paginas/CNP.aspx> - Versão 1994, 30/11/2008), os/as integra, sobretudo, na categoria de “trabalhadores não qualificados”, [On-line], <http://www.iefp.pt/formacao/CNP/Documents/CAP9.pdf>, 30/11/2008. Ou seja, ao nível de “tarefas simples e auxiliares para as quais é requerido esforço físico assim como a utilização de ferramentas e processos manuais” (idem) (Quadro nº6).

**Quadro nº 6 – Profissões da amostra inquirida**

Grande Grupo	Nº de Sujeitos
1 Quadros Superiores da Administração Pública, Dirigentes e Quadros Superiores de Empresa	13
2 Especialistas das Profissões Intelectuais e Científicas	14
3 Técnicos e Profissionais de Nível Intermédio	8
4 Pessoal Administrativo e Similares	9
5 Pessoal dos Serviços e Vendedores	35
6 Agricultores e Trabalhadores Qualificados da Agricultura e Pescas	3
7 Operários, Artífices e Trabalhadores Similares	43
8 Operadores de Instalações e Máquinas e Trabalhadores da Montagem	6
9 Trabalhadores Não Qualificados	69
Total	200

Fonte: Adaptado de [On-line], <http://www.iefp.pt/formacao/CNP/Paginas/CNP.aspx> - Versão 1994, 30/11/2008).

## 2.2. Instrumentos

Para analisar atitudes os investigadores usam, normalmente, dois tipos de instrumentos: perguntas abertas e escalas (Bornstein, 1986; Molde e Kogan, 1959; Kogan, 1979). Encontrar na literatura instrumentos de observação que pudessem ser utilizados no estudo em curso revelou-se uma tarefa delicada. Regra geral, os instrumentos usados são adequados para a população jovem em situação de aprendizagem e em contexto de formação universitária.

Assim, relativamente aos instrumentos usados, adoptamos, igualmente, uma estratégia *sui generis*, já que congregamos num único documento, cinco tipos de escalas:

- 1) Escala de Atitudes Sexuais;
- 2) Escala de Atitudes em Relação ao Amor;
- 3) Escala da Ideologia do Papel Sexual;
- 4) Escala de Atitudes para com o Cristianismo e
- 5) Satisfação com a Vida Amorosa.

Todavia, a aplicação das escalas, em território nacional, requereu a sua tradução para português e, seguidamente, de um pré-teste, aplicado a 15 pessoas (8 mulheres e 7 homens) de idades iguais ou superior a 65 anos. Do teste, aferimos a exequibilidade da aplicação integral das escalas segundo e seguindo a estrutura coligida.

A partir daqui, estruturamos o questionário em duas partes: a primeira respeita às características de teor sócio-demográficas: género, idade, estado civil, escolaridade e religião. Questões que, para além de distinguirem o grupo, funcionam como indicadores das atitudes face a sexualidade dos mesmo sujeitos. As escalas, integram a segunda parte e respeitam a matriz e as escalas iniciais (Quadro nº7).

#### Quadro nº 7 – Apresentação das escalas, autores e objectivos, respectivamente

Questionário Geral	Autor/Data	Objectivo
Sexual Attitude Scale <sup>5</sup>	Hudson, Murphy e Nurius (1983)	Averiguar o tipo de orientação liberal vs conservadora face à expressão da sexualidade humana.
Escala de Atitudes em Relação ao Amor	Hendrick e Hendrick (1986) Neto (1992)	Identificar os principais estilos de amor.
Escala da Ideologia do Papel Sexual	Kalin e Tilby (1978) Neto (1998)	Compreender o papel do homem vs. mulher.
Escala de Atitudes para com o Cristianismo	Francis e Stubbs (1987) Ferreira e Neto (2002)	Qualificar as atitudes/conceitos de índole religioso.
Escala de Satisfação com a Vida Amorosa	Neto (2005)	Perspectivar uma auto-avaliação da vida amorosa.

#### 2.2.1. Escala de atitudes sexuais

*Sexual Attitude Scale*, versão reduzida, da escala original, datada de 1983, é uma escala da responsabilidade de Walter W. Hudson, Gerald J. Murphy e Paula S. Nurius (Corcoran e Fisgar, 2000). A validade deste instrumento é-nos certificada por via de estudos precedentes (Murphy, 1978 cit. Hudson & Nurius, Note 1; Nurius, 1983), a partir dos quais, os referidos autores concluíram sobre a fidelidade do instrumento, face à expressão da sexualidade humana, de acordo com uma orientação liberal vs. conservadora. Trata-se, por isso, de uma escala gradativa, tipo *Likert*, desde 1 = discordo completamente até 5 = concordo completamente. É constituída por 25 itens onde se “ mede o grau ou a extensão na qual o indivíduo adopta uma orientação liberal ou conservadora face a expressão da sexualidade humana” (Hudson, Murphy e Nurius, 1983, p. 259).

#### 2.2.2. Escala de atitudes em relação ao amor

Adaptada para Portugal por Neto (1992), esta escala, de Hendrick e Hendrick (1986), visa medir os estilos de amor propostos por Lee (1973), especificamente, Eros, Ludus, Pragma, Storge, Agape e Mania. O propósito foi

<sup>5</sup> Tradução livre da autora.

avaliar as atitudes face ao amor e os estilos de amor apreciados pela maioria na população inquirida.

Trata-se de um instrumento constituído por 42 itens e aferido segundo uma escala gradativa, onde 1 = discordo plenamente e 5 = concordo plenamente e, apresenta-se dividida em seis subescalas. A cada uma, correspondente um estilo de amor (Neto, 2000, p. 244): Eros, amor apaixonado; Ludus, amor como um jogo; Storge, amor amizade; Pragma, amor prática; Mania, amor possessivo e Agape, amor altruísta. Cada um destes estilos de amor é avaliado por sete distintos itens. Estilos dinâmicos e que podem alterar-se com o devir do tempo e sob influências várias (e.g. culturais e sociais).

### **2.2.3. Escala da ideologia do papel sexual**

Quanto a esta escala, ela foi elaborada no sentido de contribuir para uma melhor compreensão das convicções de cada pessoa ou sociedade, tendo como base a sua própria identidade societal e/ou cultural. Na versão portuguesa, apresenta 14 itens de medida unidimensional<sup>6</sup>. O que significa, nas palavras de Neto (1998) que, “os estereótipos de género são crenças consensuais mantidas acerca de características dos homens e das mulheres, a ideologia do papel do género consiste em crenças prescritivas a cerca do comportamento apropriado às mulheres e aos homens” (p. 542).

Verificar e compreender potenciais assimetrias entre mulheres e homens, em termos de ideologia do papel sexual, foi a nossa intenção. E da leitura resulta um valor *alpha* .85, que significa que esta escala é válida assim como os resultados obtidos durante a sua aplicação.

---

<sup>6</sup> Desenvolvida devido a ambiguidade da estrutura factorial da versão original de SRIS, de 30 itens de Kalin e Tilby, em 1978 (Neto, 1998, p. 541).

#### **2.2.4. Escala de atitudes para com o cristianismo**

Escala de Atitudes para com o Cristianismo, elaborada por Francis e Stubbs (1987) e adaptada para a população portuguesa por Ferreira e Neto em 2002 e visa agora a população adulta. Isto porque, inicialmente, existia uma outra versão que respeitava à população mais jovem: entre os 8 e os 16 anos de idade (Ferreira e Neto, 2002, p. 995).

Ora, sendo o nosso estudo relativo a pessoas maiores de 65 anos, naturalmente, a nossa opção recaiu sobre a escala para adultos. Uma medida fundada em 24 itens e que tem como propósito aferir atitudes e conceitos de natureza religiosa (e.g. Bíblia, Deus, Igreja, ...). Em termos de estrutura, apresenta cinco pontos, em que o 5 é igual a “concordo fortemente” e o 1 é igual a “discordo fortemente”.

E, sendo a população inquirida, na sua maioria, de ideologia católica (97%) há, oscilações no que respeita, sobretudo, ao facto de assumirem como: 1) Praticante; 2) Crente não Praticante e 3) Nem Crente Nem Praticante. O valor de *alpha* obtido nesta escala foi de .97.

#### **2.2.5. Satisfação com a vida amorosa**

Desenvolvida em 2005, a escala é projectada para questionar a opinião acerca da sua vida amorosa e visa aferir a natureza do conceito inerente à satisfação de vida amorosa (Neto, 2005, p. 4). Quanto a estrutura, a escala tem 5 itens e varia entre sete pontos (1 = totalmente em desacordo a 7, totalmente de acordo). Segundo Neto (2005), o SWLLS possui propriedades psicométricas favoráveis.

É objectivo desta escala é avaliar em que medida as pessoas estão satisfeitas com a sua vida amorosa e se se sentem felizes, com a mesma. A

aplicação da presente escala, permitiu-nos verificar a sua fidelidade, através da consistência interna com um *alpha* de .92.

### **2.3. Procedimentos**

As entrevistas, assumem a forma de um questionário. De resto, uma estratégia que nos permitiu coligir um grande número de testemunhos (200) e estabelecer uma conversa agradável, durante a qual foi possível registar pensamentos, atitudes e representações (Seltiz, 1965, cit. Sousa, 2005; Albarello *et al*, 1997) a propósito da sexualidade.

Cronologicamente, o «trabalho de campo» decorreu entre Abril a Agosto de 2008. Os questionários foram administrados pela autora e, só em situações específicas, houve apoio de um interlocutor. Relativamente à sua aplicação, ela foi feita em locais públicos (cafés, centros de saúde, centros comerciais) e foi precedida por uma breve explicação a propósito do âmbito do trabalho e natureza dos conteúdos. Apesar disso e, dada a especificidade das questões, o questionário suscitou constrangimentos e algumas situações de desconforto. Efectivamente, trata-se de um tema de foro íntimo e, ainda, uma área (quase) intocável, principalmente, para as pessoas mais velhas.

Aquando do preenchimento dos questionários, os inqueridos foram fazendo comentários que coligimos no quadro que agora se apresenta (Quadro nº 8).

#### Quadro nº 8 - Comentários face ao questionário

Comentário	Sexo	Idade
“É uma vitamina. Desde que tenham apetite.”	F	67
“Precisam e bem, quando não há andamos doentes.”	F	69
“Eu gosto dos mais velhotes, são mais pesadotes, são mais amorosos.”	F	72
“Depende de cada um, alguns já não tem potência para isso.”	F	76
“Pular a cerca as vezes até ajuda a fortalecer a casamento.”	M	66
“Nunca tive outro homem.”	F	66
“Que disparate. Também já fomos jovens”	F	77
“Isso é muito íntimo, ninguém tem nada que saber.”	M	68
“Se não houver beijinhos, não há nada para ninguém.”	F	69
“Cada um sabe de si e Deus sabe de todos.”	F	70
“Nunca se deve dizer que não, se não vão bater a outra porta e depois ficam lá.”	F	72
“Hoje em dia, muita gente só pensa no sexo.”	M	70

O *Statistical Package for Social Sciences* (SPSS), versão 15, foi o programa usado enquanto aplicação estatística e análise de conteúdos. A partir daí realizamos análises descritivas, onde aferimos a média, ou seja “medida de tendência central mais utilizada e pode ser definida como média aritmética de uma distribuição” (Sampieri, Collado e Lucio, 2006, p. 424) e o desvio padrão, que afere a dispersão relativamente a média (Idem). Daqui, constatamos a validade de constructo, via análise factorial, no sentido de descrever a estrutura de co-variâncias entre as variáveis em termos de um número menor de variáveis (não observáveis) chamados factores, isto é, estuda os inter-relacionamentos entre as variáveis, num esforço para encontrar um conjunto de factores (em menor número que o conjunto de variáveis originais) que exprima o que as variáveis originais partilham em comum; e a análise da consistência interna, através do cálculo do coeficiente de *alpha* de *Cronbach*, um método de extracção que considera as variáveis da análise como uma amostra do universo das potenciais variáveis. Também analisamos os resultados das ANOVA, assim como as correlações entre escalas.

### 3. Resultados

Da análise dos dados, a nossa primeira impressão é que as pessoas idosas inquiridas evidenciam ainda uma atitude bastante conservadora.

Todavia, para o justificarmos, foram efectuadas diversas análises estatísticas, a saber:

### 3.1. Escala de atitudes sexuais

A escala inicial, tal como definida anteriormente é constituída por 25 itens. Os 25 itens propostos na escala de Hudson et al. (1983) foram submetidas a uma análise factorial exploratória. Emergiram dois factores com valor próprio superior a um, todavia o segundo factor não se interpretou de modo inequívoco, pelo que nas análises seguintes só se retiveram os itens que saturavam o primeiro factor, e que não saturavam o outro factor.

Os 10 itens retidos foram submetidos a uma análise factorial em componentes principais emergindo um só factor (valor próprio > 1), explicando 43.6% da variância. O quadro nº 9 mostra os itens da SAS e as respectivas contribuições no factor não rodado.

**Quadro nº 9 - Questões estudadas**

<b>Categoria</b>	<b>Pergunta</b>	<b>Saturações Factoriais</b>
Assexuados – Q1	Os idosos não necessitam ter relações sexuais.	.454
Educação Sexual – Q2	Só os indivíduos que se encontram preparados para o matrimónio devem ter acesso a educação sexual.	.521
Sexo pré-marital – Q3	Sexo pré-marital pode ser sinal de decadência social.	.470
Casamento – Q4	Acredito que as relações sexuais devem ser reservadas para o casamento.	.452
Juventude – Q5	Sexo deve ser só para jovens.	.515
Procriação – Q6	Sexo deve ser reservado para o dom da procriação.	.512
Masturbação – Q7	As pessoas não se devem masturbar.	.516
Carícias – Q8	A troca de carícias sexuais deve ser desencorajada.	.328
Deficiências – Q9	Indivíduos com alguma deficiência (física ou psicológica) não devem ter relações sexuais.	.293
Pornografia – Q10	A pornografia devia ser banida dos locais de venda.	.295

No quadro nº 10 são apresentados os valores de *alpha* dos 10 itens da escala SAS, excluindo o próprio item. Dos dados ressalta uma consistência interna (*Alpha de Cronbach*) de .85. Tendo em conta o valor encontrado,

podemos afirmar que a escala apresenta uma consistência interna satisfatória, logo trata-se de resultados fiáveis.

**Quadro nº 10 – Valores de *Alpha de Cronbach*, excluindo o item**

Questão	<i>Alpha de Cronbach (excluindo o item)</i>
1. Os idosos não necessitam ter relações sexuais.	.67
2. Só os indivíduos que se encontram preparados para o matrimónio devem ter acesso a educação sexual.	.72
3. Sexo pré-marital pode ser sinal de decadência social.	.69
4. Acredito que as relações sexuais devem ser reservadas para o casamento.	.67
5. Sexo deve ser só para os jovens.	.72
6. Sexo deve ser reservado para o dom da procriação.	.72
7. As pessoas não se devem masturbar.	.72
8. A troca de carícias sexuais deve ser desencorajada.	.57
9. Indivíduos com alguma deficiência (física ou psicológica) não devem ter relações sexuais.	.54
10. A pornografia devia ser banida dos locais de venda.	.54

Os valores médios mais elevados foram obtidos nas questões 25 (M = 3.12, DP = 1.19), que aborda o tema da pornografia e na questão 13 (M = 2.69, DP = 1.39), que se refere ao tema do casamento. Quanto aos valores médios mais baixos, as questões 14 (M = 1.76, DP = .88) e a 16 (M = 1.89, DP = .94) foram as premiadas, onde abordam respectivamente a juventude e a procriação.

**Quadro nº 11 - Valores de média e desvio padrão para cada item**

Questão	Média (M)	Desvio Padrão (DP)
Os idosos não necessitam ter relações sexuais.	2.05	1.01
Só os indivíduos que se encontram preparados para o matrimónio devem ter acesso a educação sexual.	1.93	1.14
Sexo pré-marital pode ser sinal de decadência social.	2.48	1.81
Acredito que as relações sexuais devem ser reservadas para o casamento.	2.69	1.39
Sexo deve ser só para os jovens.	1.76	.88
Sexo deve ser reservado para o dom da procriação.	1.89	.94
As pessoas não se devem masturbar.	2.45	1.01
A troca de carícias sexuais deve ser desencorajada.	2.12	1.04
Indivíduos com alguma deficiência (física ou psicológica) não devem ter relações sexuais.	2.13	1.01
A pornografia devia ser banida dos locais de venda.	3.12	1.19

A escala foi relacionada com algumas das características sócio-demográficas: género, idade, estado civil, religião e escolaridade.

E. no que respeita o factor género, na verdade, os valores revelam que, em média (M = 23.7, DP = 7.7), as mulheres são mais conservadoras do que os homens (M = 21.6, DP = 6.3), diferença significativa (F (1, 198) = 4.41,  $p < .05$ ), facto que podemos constatar no quadro que se segue (Quadro nº 12) :

**Quadro nº 12 - Atitudes sexuais em função do género**

	<b>N</b>	<b>M</b>	<b>DP</b>	<b>F</b>	<b>Sig</b>
<b>Homens</b>	100	21.6	6.3		
<b>Mulheres</b>	100	23.7	7.7		
				4.413	.037

Dividimos as idades dos inquiridos em dois grupos principais, o primeiro grupo engloba os sujeitos com idades compreendidas entre os 65 e os 69, enquanto o segundo grupo engloba os sujeitos com idades entre os 70 e os 92 anos. Deste modo obtivemos um valor não significativo de .238 (F(1, 198) = 1.4,  $p > .05$ ), as atitudes sexuais dos inquiridos não diverge significativamente de acordo com as idades (Quadro nº 13).

**Quadro nº 13 - Atitudes sexuais em função da idade**

	<b>N</b>	<b>M</b>	<b>DP</b>	<b>F</b>	<b>Sig.</b>
<b>65-69 Anos</b>	100	69.1	3.9		
<b>70-92 Anos</b>	100	69.9	5.9		
				1.4	.238

Entretanto, quando reflectimos sobre o estado civil, contactamos que, em geral, as pessoas viúvas (M = 26.6, DP = 8.57) apresentam, igualmente, uma atitude mais tradicionalista em relação às pessoas cujo estado civil é casada (M = 22.4, DP = 6.6.), solteira (M = 18.6, DP = 6.2), divorciada/separada (M = 21.4, DP = 5.2). Contudo os resultados são significativos, conclusão que obtivemos a partir do valor de .000 (F (3, 196) = 6.5,  $p < .05$ ) (Quadro nº 14).

**Quadro nº 14 - Atitudes sexuais em função do estado civil**

	<b>N</b>	<b>M</b>	<b>DP</b>	<b>F</b>	<b>Sig.</b>
<b>Solteiros</b>	21	18.6	6.2		
<b>Casados</b>	129	22.4	6.6		
<b>Viúvos</b>	33	26.6	8.6		
<b>Divorciados/Separados</b>	17	21.4	5.2		
				6.5	.000

No que respeita a religião, optamos por avaliar os crentes praticantes e os crentes não praticantes, deixando de fora os nem crentes, nem praticantes, uma vez que amostra que englobava esse factor era de apenas 6 indivíduos. Deste modo apenas tivemos em consideração os inqueridos crentes e qual a sua atitude face a sexualidade, obtendo uma significância de .002 ( $F(1, 192) = 10.01$ ,  $p < .05$ ), o que evidencia que as práticas religiosas exercem uma influência significativa nas atitudes sexuais dos idosos (Quadro nº 15).

**Quadro nº 15 - Atitudes sexuais em função da religião crentes (praticantes/não praticantes)**

	<b>N</b>	<b>M</b>	<b>DP</b>	<b>F</b>	<b>Sig.</b>
<b>Praticantes</b>	84	24.5	7.5		
<b>Não praticantes</b>	110	21.4	6.4		
				10.01	.002

Relativamente a escolaridade, obtivemos uma significância de .014 ( $F(2, 197) = 3.34$ ,  $p < .05$ ), o que revela que a escolaridade influencia as atitudes dos inquiridos face a sexualidade. Face aos resultados obtidos, evidenciamos que os idosos com mais menos do 4º ano evidenciam resultados mais conservadores do que os idosos com mais do que o 4º ano, face a sexualidade.

**Quadro nº 16 - Atitudes sexuais em função da escolaridade**

	<b>N</b>	<b>M</b>	<b>DP</b>	<b>F</b>	<b>Sig.</b>
<b>Até ao 3ºAno</b>	60	23.4	7.6		
<b>4ºAno</b>	82	23.6	6.7		
<b>Após 4ºAno</b>	58	20.3	6.6		
				3.34	.014

### 3.2. Escala de atitudes em relação ao amor

Tal como já referimos, a propósito desta escala, o que se deseja é aferir o *alpha* dos diferentes estilos de amor. E, assim, avaliar a natureza das representações de um conjunto de pessoas, maiores de 65 anos de idade. Dos dados, Eros, o amor apaixonado, onde o sujeito busca uma relação intensa e íntima, obteve deste modo o *alpha* mais elevado, .88, e sendo o estilo de amor visualizado como o menos valorizado pelos questionados, o Ludus, o amor como um jogo, não procuram uma relação séria, mas sim vários companheiros, com um *alpha* de .72 (Quadro nº 17).

**Quadro nº 17 - Estilos de Amor e suas características, e valores de *Alpha* de Cronbach, média e desvio padrão**

Nome	Estilo de Amor	Características	Alpha	M	DP
Eros	Amor Apaixonado	Procura uma relação psicologicamente íntima e aberta, assim, como apaixonada.	.88	28.2	5.5
Ludus	Amor como um Jogo	Múltiplos parceiros, e não se interessam em estabelecer compromissos sérios.	.72	18.9	5.5
Storge	Amor Amizade	Partilha de interesses, confiança e aceitação adquirida ao longo do tempo.	.78	28.4	4.9
Pragma	Amor Prático	Adequação do companheiro para com a posição e lugar do outro na comunidade é fulcral.	.78	22.8	5.9
Mania	Amor Possessivo	Envolvimento emocional intenso, com preocupações relativas a perda do outro, que vivencia sentimentos de ciúme e exclusividade	.83	20.4	6.2
Agape	Amor Altruísta	Procura a completa identificação espiritual e emocional, é bem capaz de fazer sacrifícios em interesse do apaixonado e pode ter conflitos respeitantes a expressão sexual	.85	26.9	5.2

A escala foi relacionada com algumas das características sócio-demográficas: género, idade, estado civil, religião e escolaridade. No que respeita ao factor género, o seu efeito só se revelou significativo em ludus, os homens mostraram ludus significativamente mais elevado do que nas mulheres (Quadro nº 18), com um valor de .002 ( $F(1, 198) = 10.042, p < .05$ ).

**Quadro nº 18 – Atitudes em relação ao amor em função do género**

Estilos de amor	Sexo	N	M	DP	F	Sig.
Eros	Homens	100	28.5	5.2		
	Mulheres	100	27.9	5.7		
					.747	.389
Ludus	Homens	100	20.2	5.9		
	Mulheres	100	17.7	4.7		
					10.042	.002
Storge	Homens	100	28.1	5.3		
	Mulheres	100	28.8	4.7		
					.907	.342
Pragma	Homens	100	22.8	5.7		
	Mulheres	100	22.9	6.2		
					.045	.832
Mania	Homens	100	19.9	6.1		
	Mulheres	100	20.9	6.4		
					1.247	.265
Agape	Homens	100	26.9	5.1		
	Mulheres	100	26.9	5.4		
					.005	.947

Em relação a característica idade, nenhum estilo de amor obteve um valor foi significativo, revelando assim, que o factor idade não interfere nas atitudes amorosas dos inquiridos (Quadro nº 19).

**Quadro nº 19 – Atitudes em relação ao amor em função da idade**

Estilos de amor	Idade	N	M	DP	F	Sig.
Eros	65-69 Anos	124	28.1	5.5		
	70-92 Anos	76	28.3	5.3		
					.039	.844
Ludus	65-69 Anos	124	18.7	5.6		
	70-92 Anos	76	19.3	5.1		
					.480	.489
Storge	65-69 Anos	124	28.5	4.9		
	70-92 Anos	76	28.1	5.0		
					.361	.549
Pragma	65-69 Anos	124	22.9	5.8		
	70-92 Anos	76	22.5	6.1		
					.211	.647
Mania	65-69 Anos	123	19.8	6.3		
	70-92 Anos	76	21.2	6.0		
					2.301	.131
Agape	65-69 Anos	124	26.9	5.2		
	70-92 Anos	76	26.6	5.3		
					.139	.709

Quanto aos estados civis, os casados são mais eróticos (M = 29.0, DP = 5.2) e agapicos (M = 27.7, DP = 4.9), quanto aos viúvos são mais storgicos (M = 29.2, DP = 4.9) e pragmáticos (M = 25.2, DP = 5.5), enquanto os divorciados/separados se apresentam como mais lúdicos (M = 21.2, DP = 5.8) e maníacos (M = 21.8, DP = 7.7). Após análise dos dados apresentados no

quadro abaixo verificamos que os estilos de amor eros com uma significância de .001 ( $F(3, 196) = 6.0, p < .05$ ), o lúdico com um valor de 0.08 ( $F(3, 196) = 2.2, p < .05$ ), pragmático com um valor de .041 ( $F(3, 196) = 2.8, p < .05$ ) e o agápico com uma significância de .000 ( $F(3, 196) = 7.3, p < .05$ ), assim concluímos que os estados civis influenciam estes três estilos de amor (Quadro nº 20).

**Quadro nº 20 – Atitudes em relação ao amor em função do estado civil**

Estilos de amor	Estado civil	N	M	DP	F	Sig.
<b>Eros</b>	<b>Solteiros</b>	21	25.7	4.5	6.0	.001
	<b>Casados</b>	129	29.0	5.2		
	<b>Viúvos</b>	33	28.4	6.4		
	<b>Divorciados/Separados</b>	17	24.2	4.7		
<b>Ludus</b>	<b>Solteiros</b>	21	16.7	5.5	2.2	.008
	<b>Casados</b>	129	19.0	5.3		
	<b>Viúvos</b>	33	18.8	5.8		
	<b>Divorciados/Separados</b>	17	21.2	5.8		
<b>Storge</b>	<b>Solteiros</b>	21	25.8	5.1	2.4	.066
	<b>Casados</b>	129	28.7	4.6		
	<b>Viúvos</b>	33	29.2	4.9		
	<b>Divorciados/Separados</b>	17	27.9	6.7		
<b>Pragma</b>	<b>Solteiros</b>	21	20.9	5.5	2.8	.041
	<b>Casados</b>	129	22.5	5.8		
	<b>Viúvos</b>	33	25.2	5.5		
	<b>Divorciados/Separados</b>	17	23.5	7.8		
<b>Mania</b>	<b>Solteiros</b>	21	19.8	6.5	.406	.749
	<b>Casados</b>	129	20.2	6.2		
	<b>Viúvos</b>	33	20.7	5.6		
	<b>Divorciados/Separados</b>	17	21.8	7.7		
<b>Agape</b>	<b>Solteiros</b>	21	23.2	3.7	7.3	.000
	<b>Casados</b>	129	27.7	4.9		
	<b>Viúvos</b>	33	27.5	4.5		
	<b>Divorciados/Separados</b>	17	23.8	7.2		

Os estilos de amor mais significativos, isto é, que têm um papel essencial no amor foram o lúdico com um valor de .035 ( $F(1, 192) = 4.5, p < .05$ ), pragmático com uma significância de .003 ( $F(1, 192) = 9.0, p < .05$ ) e o maníaco com um valor de .024 ( $F(1, 191) = 5.2, p < .05$ ). Crentes praticantes adotam estilos de amor mais storgicos ( $M = 29.2, DP = 4.9$ ), pragmáticos ( $M = 24.4, DP = 6.2$ ), maníacos ( $M = 21.5, DP = 7.0$ ) e agapico ( $M = 27.7, DP = 5.5$ ), por outro lado os crentes não praticantes apresentam estilos de amor mais eróticos ( $M = 28.5, DP = 5.2$ ) e lúdico ( $M = 19.8, DP = 5.5$ ).

**Quadro nº 21 - Atitudes em relação ao amor em função da religião crentes (praticantes/não praticantes)**

Estilos de amor	Religião crentes	N	M	DP	F	Sig.
<b>Eros</b>	<b>Praticante</b>	84	27.9	5.9		
	<b>Não Praticante</b>	110	28.5	5.2		
					.472	.493
<b>Ludus</b>	<b>Praticante</b>	84	18.1	5.5		
	<b>Não Praticante</b>	110	19.8	5.5		
					4.5	.035
<b>Storge</b>	<b>Praticante</b>	84	29.2	4.9		
	<b>Não Praticante</b>	110	28.1	4.8		
					2.2	.139
<b>Pragma</b>	<b>Praticante</b>	84	24.4	6.2		
	<b>Não Praticante</b>	110	21.9	5.4		
					9.0	.003
<b>Mania</b>	<b>Praticante</b>	84	21.5	7.0		
	<b>Não Praticante</b>	110	19.5	5.5		
					5.2	.024
<b>Agape</b>	<b>Praticante</b>	84	27.7	5.5		
	<b>Não Praticante</b>	110	26.5	5.0		
					2.5	.115

Relativamente a escolaridade, nenhum dos estilos de amor se revelou significativo, demonstrando assim, que a escolaridade não influencia as atitudes dos inquiridos face ao amor.

**Quadro nº 22 - Atitudes em relação ao amor em função da escolaridade**

Estilos de amor	Escolaridade	N	M	DP	F	Sig.
<b>Eros</b>	<b>Até ao 3ºAno</b>	60	28.8	5.4		
	<b>4ºAno</b>	82	27.7	5.3		
	<b>Após 4ºAno</b>	58	28.3	5.9		
					.643	.527
<b>Ludus</b>	<b>Até ao 3ºAno</b>	60	19.6	5.9		
	<b>4ºAno</b>	82	18.6	5.3		
	<b>Após 4ºAno</b>	58	18.7	5.2		
					.695	.500
<b>Storge</b>	<b>Até ao 3ºAno</b>	60	28.3	5.0		
	<b>4ºAno</b>	82	28.6	4.9		
	<b>Após 4ºAno</b>	58	28.2	5.0		
					.113	.893
<b>Pragma</b>	<b>Até ao 3ºAno</b>	60	23.2	6.2		
	<b>4ºAno</b>	82	23.0	6.0		
	<b>Após 4ºAno</b>	58	22.2	5.6		
					.464	.630
<b>Mania</b>	<b>Até ao 3ºAno</b>	60	20.6	5.7		
	<b>4ºAno</b>	82	20.9	6.8		
	<b>Após 4ºAno</b>	58	19.4	5.9		
					.934	.395
<b>Agape</b>	<b>Até ao 3ºAno</b>	60	27.0	5.0		
	<b>4ºAno</b>	82	27.4	4.7		
	<b>Após 4ºAno</b>	58	25.9	6.2		
					1.328	.267

### 3.3. Escala de atitudes sexuais e outros constructos psicológicos

A escala de atitudes sexuais foi correlacionada com outros constructos psicológicos, nomeadamente, escala de atitudes em relação ao amor; escala da ideologia do papel sexual; escala de atitudes para com o cristianismo; e satisfação com a vida amorosa, como aliás já referimos anteriormente.

Foi calculado o  $r$  de *Pearson*, com o objectivo analisar, em que medida os outros constructos se relacionam com a escala de atitudes sexuais, assim apresentamos os resultados obtidos no presente estudo no quadro nº 23.

De acordo com os resultados obtidos, concluímos que algumas correlações são significativas, positiva ou negativamente, entre os cinco questionários usados no presente estudo.

Verificamos que a escala de atitudes sexuais apresenta uma correlação positiva com a escala de atitudes para com o cristianismo, com o valor de  $r = .293$ ,  $p < .01$ , na correlação de *Pearson*, indicando portanto que a religiosidade está relacionada com a atitude do sujeito face a sexualidade. Por conseguinte, e um pouco de acordo com as ideias já refutadas na literatura existente, uma atitude mais conservadora a nível sexual está aliada a uma maior religiosidade.

Relativamente a correlação entre a escala de atitudes sexuais com a escala de ideologia do papel sexual, revelou-se significativamente negativa, o que indica que quanto mais conservadoras são as pessoas inquiridas nas suas atitudes sexuais, menos igualitárias são no seu papel de género, de resto uma constatação dos valores alcançados nesta correlação ( $r = -.510$ ,  $p < .01$ ).

Na correlação entre escala de atitudes sexuais (SAS) e a escala de satisfação com a vida amorosa o valor de  $r = .012$  ( $p < .05$ ) exemplifica que as atitudes sexuais dos questionados não estão relacionadas com a sua satisfação com a vida amorosa.

Relativamente a escala de atitudes em relação ao amor, a correlação com a escala de atitudes sexuais, foi realizada através da correlação com cada um dos seis estilos de amor apresentados nesta escala, respectivamente, eros, ludus, storge, pragma, mania e agape. No que diz respeito a correlação entre SAS e eros (amor apaixonado) o valor alcançado foi de  $r = .037$  ( $p > .05$ ) revelando assim que este tipo de amor não está relacionada com as atitudes dos inqueridos nas suas atitudes sexuais. Mania (amor possessivo) e agape (amor altruísta) com um  $r = .175$  ( $p < .05$ ), assim verificamos que os inquiridos adoptam estilos de amor maniacos e agapicos, quanto mais conservadora for a sua atitude face a sexualidade. No que contempla o estilo de amor ludus, o valor de  $r$  foi de  $-.060$  ( $p > .05$ ), isto é, os sujeitos com atitudes conservadoras face a sexualidade não vivenciam o amor como um jogo. Relativamente aos estilos de amor, storge e pragma, constatamos correlações significativas com a SAS, respectivamente com os valores de  $r = .193$  e  $r = .364$  ( $p < .01$ ), o que nos indica que um amor amizade e um amor prático estão relacionados com atitudes sexuais mais conservadoras. A população inquirida apresenta estilos de amor mais direccionados para um tipo de amor amigo e prático, a sexualidade não possui um papel central nesses dois estilos de amor, daí este resultado nos constatar e confirmar as atitudes mais conservadoras dos inquiridos face a sexualidade.

#### **3.4. Escala de atitudes em relação ao amor e outros constructos psicológicos**

Tal como na escala anterior, a SAS, a escala de atitudes em relação ao amor também foi correlacionada com os outros constructos psicológicos empregados neste estudo e os seis estilos de amor avaliados pela escala em questão, foram sujeitos ao mesmo tipo de análise estatística.

Eros apresenta correlações significativas com o cristianismo  $r = .312$  ( $p < .01$ ) e com a escala de satisfação com a vida amorosa  $r = .689$  ( $p < .01$ ). Isto demonstra que quanto mais os sujeitos experienciam um estilo de amor

apaixonado, mais satisfeitos estão com a sua vida amorosa e maior religiosidade.

Quanto ao estilo de amor Ludus apresenta correlações significativas com SRIS,  $r = -.311$  ( $p < .01$ ). Essa correlação revelou-se significativamente negativa, o que indica que quanto mais os inquiridos vivenciam o amor como um jogo, menos igualitárias são no seu papel de género.

Com a escala de atitudes para com o cristianismo,  $r = .335$  ( $p < .01$ ); SRIS  $r = -.427$  ( $p < .01$ ); ludus,  $r = .264$  ( $p < .01$ ) e storge,  $r = .507$  ( $p < .01$ ). Assim, verificamos que o estilo de amor prático está relacionado com atitudes conservadoras face a sexualidade, com a religiosidade, com uma atitude menos igualitária do papel de género, amor com um jogo e um amor amizade.

No que contempla o estilo de amor, Mania, correlações significativas com pragma,  $r = .236$  ( $p < .01$ ); eros,  $r = .152$  ( $p < .05$ ); ludus,  $r = .150$  ( $p < .05$ ) e storge,  $r = .154$  ( $p < .05$ ). Este estilo de amor revelou que os inquiridos que assumem um amor possessivo, também apresentam estilos de amor práticos, apaixonados, lúdicos e amor amizade.

Por último, temos o estilo de amor, Agape que se correlaciona significativamente com a escala de atitudes para com o cristianismo,  $r = .301$  ( $p < .01$ ); a escala de satisfação com a vida amorosa,  $r = .387$  ( $p < .01$ ); o estilo de amor eros,  $r = .310$  ( $p < .01$ ), storgico,  $r = .271$  ( $p < .01$ ) e maníaco,  $r = .255$ , ( $p < .01$ ); e SRIS,  $r = -.149$  ( $p < .05$ ). Deste modo, podemos assumir que os inquiridos que adoptam um estilo de amor altruísta, apresentam fortes convicções religiosas, encontram-se satisfeitos com a sua vida amorosa na generalidade, também apresentam estilos de amor apaixonado, amor amizade e amor possessivo. De um modo geral, apresentam uma atitude conservadora face a sexualidade e revelam uma atitude menos igualitária no seu papel de género.

Quadro nº 23 – Escala de atitudes sexuais e escala de atitudes em relação ao amor, e outros constructos psicológicos

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
<i>Pearson Correlation (r)</i>										
1. Escala de atitudes sexuais	-									
2. Escala de atitudes para com o cristianismo	.293**	-								
3. Escala da ideologia do papel sexual	-.510**	-.333**	-							
4. Escala de satisfação com a vida amorosa	.012	.329**	-.136	-						
5. Eros	.037	.312**	-.138	.689**	-					
6. Ludus	-.060	.015	-.311**	-.061	-.017	-				
7. Storge	.193**	.353**	-.380**	.149*	.229**	.104	-			
8. Pragma	.364**	.335**	-.427**	.063	.190**	.264**	.507**	-		
9. Mania	.003	.121	-.069	.074	.152*	.150*	.154*	.236**	-	
10. Agape	.175*	.301**	-.149*	.387**	.310**	-.043	.271**	.127	.255**	-

\* $p < .05$ ; \*\* $p < .01$

## 4. Discussão

As hipóteses formuladas inicialmente, durante o decorrer do estudo foram obtendo resposta e, neste tópico apresentamos a discussão desses mesmos resultados. Assim:

*H1.* A escala de avaliação de atitudes sexuais tem qualidades psicométricas adequadas para a população idosa portuguesa.

No que respeita a primeira hipótese, os resultados obtidos pela versão adaptada pela autora da escala de atitudes sexuais com 10 itens permitem afirmar que se trata de um instrumento com qualidade metrológicas satisfatórias, tanto a nível geral, como correlacionada com os factores sócio-demográficos e as outras medidas usadas no presente estudo.

Em relação à fidelidade da escala, a análise da consistência interna da mesma, permite considerar que este instrumento é preciso, deste modo comprovamos a primeira hipótese que levantamos aquando do início deste estudo.

*H2.* Espera-se que as mulheres idosas sejam mais conservadores nas suas atitudes sexuais do que os homens idosos.

De facto, as mulheres inquiridas revelaram uma atitude mais conservadora face a sexualidade do que os homens, assim a segunda hipótese proposta foi verificada durante o decorrer do presente estudo.

Esta atitude da mulher é influenciada pelo papel que desempenha na sociedade, ideia que Foucault desmistificou – homem dominador e mulher dominada. Estereótipos sociais acerca dos comportamentos sexuais que cada género, pode e/ou deve adoptar. De acordo com Frayser (1985), os homens têm papéis socialmente aceites opostos aos das mulheres, “dá-se maior autorização sexual para os homens que para as mulheres (Neto, 2002, p. 172).”

*H3.* Crê-se que o factor idade interfere de algum modo nas atitudes dos idosos face a sexualidade, e por isso nos questionamos de quais serão os mais conservadores/liberais, os idosos mais jovens ou os mais velhos.

“O comportamento sexual e as reacções à sexualidade variam segundo as gerações e as culturas” (Neto, 2000, p.273). Uma constatação aferida a partir da proposta apresentada na hipótese 3, onde se previu que a idade interferia directamente nas atitudes dos idosos face a sexualidade. Tal facto não foi confirmado pelos resultados obtidos no nosso estudo. De acordo, com a análise estatística realizada, dentro da população inquirida, o factor idade não interfere nas atitudes sexuais dos inquiridos.

*H4.* Acreditamos que os idosos viúvos e divorciados/separados apresentam uma atitude mais conservadora face a sexualidade, do que os idosos casados.

A hipótese 4 sugerida inicialmente, em parte foi corroborada no decorrer do estudo, isto é, os idosos viúvos de facto revelaram uma atitude mais conservadora face a sexualidade, do que os idosos casados, porém o mesmo cenário não foi verificado, no que respeita aos idosos divorciados/separados. Estes últimos revelaram-se menos conservadores nas suas atitudes sexuais face aos idosos casados.

Lima (2006, p. 91) cita nos seus estudos DeLamater & Sill (2005) que, “O sexo é importante para muitos idosos não casados, no entanto, existem poucos dados sobre a sexualidade daqueles idosos que vivem sozinhos.”

*H5.* Espera-se que a população crente e praticante revele uma atitude mais conservadora face a sexualidade, do que os crentes não praticantes.

A quinta hipótese, por nós levantada no início deste estudo, foi consolidada pelos dados recolhidos. Este comportamento, pode ser fruto de algumas restrições religiosas face as atitudes sexuais consideradas como

apropriadas para os idosos. “Os católicos (praticantes ou não) e outros crentes reclamam, numa percentagem considerável, a necessidade do casamento para que duas pessoas se possam relacionar sexualmente (Pais, 2003, p. 425)”. Este estudo desenvolvido por Pais, defende que a igreja corrobora uma filosofia da prática sexual unicamente inserida num casamento e para fins reprodutivos, ignorando a importância do prazer, criando assim barreiras a vivência de uma sexualidade plena.

Fernandes (2003, p. 174) desenvolveu um estudo, onde conclui que “quanto mais intensamente e de forma pessoal a fé é assumida, mais tenderá a determinar a conduta quotidiana”.

Corroborando a hipótese por nós levantada, Pais apresentou num estudo dados que lhe permitiram afirmar que “os inquiridos com alguma filiação religiosa demonstrarem uma menor permissividade em relação ao conjunto de relacionamentos sexuais (2003, p. 441)”. Acrescenta ainda que, “as suas atitudes, embora genericamente mais permissivas, não destoam marcadamente do quadro de valores dominantes: ou seja, determinadas práticas sexuais continuam a ser apreciadas através de filtragens atitudinais reguladas por valores tradicionais e religiosos que se cimentaram socialmente (2003, p. 441)”.

*H6.* Espera-se que os homens sejam mais lúdicos e agápicos no amor do que as mulheres.

Ao longo deste estudo verificamos que de facto a população inquirida do sexo masculino era mais lúdica do que a do sexo feminino, porém, no que respeita o estilo de amor agápico, obtivemos resultados semelhantes para ambos os géneros.

De facto, os homens compreendem o amor de modo mais desprendido e livre, ao contrário das mulheres que procuram compromisso. “O ser humano está cada vez mais à procura da sua liberdade quer mental quer corporal,

procurando o prazer e a felicidade, alterando assim em gerações, a forma de lidar com a sexualidade e com o relacionamento amoroso (Ribeiro, 2007, p. 9)”.

*H7.* Os sujeitos inqueridos casados são mais eróticos do que os sujeitos com outros estados civis.

“Nas culturas ocidentais o amor romântico ou apaixonado emergiu historicamente como sendo o pilar fundamental do casamento (Neto, 2000, p. 241)”. Partindo desta citação, abordamos a hipótese 7, por nós levantada no início deste estudo, que foi confirmada durante o desenvolvimento do estudo. De facto os inqueridos casados revelam um estilo de amor mais erótico, isto é, amor apaixonado, do que os inquiridos, solteiros, viúvos e divorciados/separados. Citando Barros (2004, p. 18), “O amor não tem bilhete de ida e volta, mas apenas de ida, perdendo-se no outro”.

De acordo com o estudo desenvolvido por Pais (2003, p. 423) denota-se que as gerações mais velhas associam o amor e as relações sexuais ao casamento (verbalizando os estereótipos em que foram socializados).

*H8.* Sujeitos com um estilo de amor erótico, apresentarão maior satisfação na vida amorosa.

Quanto a hipótese 8, verificou-se a sua veracidade, os inquiridos que demonstravam adoptar este estilo de amor, revelavam valores mais elevados na escala de satisfação com a vida amorosa. Isto pode dever-se ao facto, de que o estilo de amor erótico que valoriza a beleza, o amor romântico, «amor à primeira vista», durante o período em que o sujeito se encontra enamorado, sente-se realizado, preenchido, satisfeito com a sua vida, citando Barros (2004, p. 17) “o amor faz milagres”. Quem ama, ve a vida “através de óculos cor-de-rosa (Neto, 2000, p. 233)”, tal como já referimos anteriormente.

Relativamente as relações existentes entre atitudes sexuais e amorosas e outros constructos psicológicos, verificamos que os inquiridos apresentam correlações positivas entre a escala de atitudes para com o cristianismo e os

estilos de amor, eros, storge, pragama e agape. O amor tantas vezes versado na religião (Barros, 2004, p. 19) é influenciado, claramente, pelas práticas e crenças religiosas. Quanto a escala de ideologia do papel sexual, aferimos correlações positivas com os estilos de amor, ludus, storge, pragma e agape. E quanto ao constructo psicológico que avalia a satisfação com a vida amorosa, verificou-se uma correlação positiva com eros, storge e agape. O amor constitui o “sumo da felicidade” (Barros, 2004, p. 18).

## 5. Conclusão

Com o aumento da esperança média de vida as pessoas vivem mais anos. Pese embora o maior número de anos não equivalha a viver em/com qualidade de vida. É preciso fomentar uma velhice mais saudável e com uma maior qualidade de vida. Onde todas as questões possam ser abordadas de forma clara e esclarecida, mesmo que sejam questões de carácter sexual, porquanto são igualmente vitais para a promoção do bem-estar e da alegria de bem viver.

A cultura faculta e garante significados e formas de experiência e de vida que nos permitem melhor compreender a sua influência no amor e nos relacionamentos (Neto, 2000). E, se ainda hoje não assimilamos o amor na terceira idade esta circunstância advém das influências sociais e/ou culturais que importa mudar em prol de uma sociedade esclarecida, solidária e para todas as idades.

Efectivamente, a vivacidade e a vida sexual possibilitam o emergir de sentimentos positivos e a convicção de continuarmos desejados. E, apesar de vivermos numa sociedade que todos os dias clama por valores de celeridade e de beleza, a verdade é que todos os dias tomamos conhecimento e experimentamos sentimentos que nos lembram que viver é aprender e que ninguém é capaz de viver sozinho. Ser homem e ser mulher é ser social e, nessa verdade, ninguém deveria viver (morrer) sozinho e ou discriminado ou negligenciado por questões de idadeismo.

A Educação Sexual para os mais velhos – esta é a proposta e uma necessidade, tendo em conta os valores obtidos na aplicação do questionário. Falta de informação, pressão social, são alguns dos muitos factores que justificam atitudes tão conservadoras face a sexualidade em geral.

Na óptica da indigência de uma educação sexual direccionada para um público maior, Lima (2006, p. 97) atesta o seguinte, “Tendo em consideração que grande parte dos problemas sexuais dos idosos são psicossociais, torna-se fundamental uma intervenção sistémica abrangendo pessoal técnico, os familiares e a sociedade em geral. A educação sexual durante a velhice, como ao longo de toda a vida, tem como objectivo geral favorecer o desenvolvimento e a optimização das capacidades no domínio das relações interpessoais, em geral, e das sexuais, em particular”.

Um dos problemas com que nos deparamos na questão da educação sexual é a falta de técnicos especializados na área da sexualidade, a propósito dessa contenda Vaz (2000, p. 45) afirma, “A falta de formação dos técnicos (...) leva-os a confirmar receios despropositados e a passar verdadeiras «certidões de óbito» eróticas. Não é raro as pessoas ouvirem discursos melancólicos (ou sádicos?) do género bom-compreende-os-anos-passam-o-sexo-não-é-tudo. Por causa das minhas habituais divagações, que fique desde já bem claro: homens e mulheres (...) podem manter uma vida erótica satisfatória até idades muito avançadas.”

A sexualidade e o amor não possuem idade. Desde que nascemos até que morremos, a sexualidade e o amor fazem parte da nossa vida e contribuem para uma maior satisfação com a vida em geral (Neto, 2000).

## Bibliografia

- Alferes, V. (1997). *Encenações e comportamentos sexuais: Para uma psicologia social da sexualidade*. Porto: Afrontamento.
- Almeida, J. (1990). *Portugal. Os Próximos 20 Anos – Valores e Representações Sociais*. Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian.
- Amaro, F., Silva, G. (1999). E o amor continua. *Cidade Solidária*, 3, 30-34.
- Ballone, G. (2002). Alterações emocionais no envelhecimento. *PsiquWeb, Psiquiatria Geral*, [On-line], <http://sites.uol.com.br/gballone/geriat/andropausa.html>, 30/11/07.
- Baptista, I (2002). A serena idade. *Terceira Idade: Uma Questão para a Educação Social*, 71-75.
- Barros, J. (2004). *Psicologia positiva*. Porto: ASA.
- Barros, J. (2005). *Psicologia do envelhecimento e do idoso* (2ª ed.). Porto: Livpsic.
- Berger, L., e Mailloux-Poirier, D. (1995). *Pessoas idosas: Uma abordagem global*. Lisboa: Lusodidacta.
- Berryman, J. et al. (2002). *A Psicologia do desenvolvimento humano*. Lisboa: Instituto Piaget.
- Birren, J. et al. (1983). Psychology of adult development and aging. *Psychology*, 34, 543-575.
- Biscaia, J.(2003). *Perder para encontrar*. Coimbra: Gráfica de Coimbra.
- Bize, P.R., e Vallier, C. (1985). *Uma vida nova: A terceira idade*. Lisboa: Verbo.
- Bouman, W. et al. (2006). Nottingham study of sexuality & ageing (NoSSA I). Attitudes regarding sexuality and older people: a review of the literature. *Sexual and Relationship Therapy*, 21, (2).

- Caetano, J. (2003). Educação da sexualidade. Na prevenção da Sida. In Sá, E. *Quero-te! Psicologia da Sexualidade*. 149-159. Coimbra: Quarteto.
- Cagliano, S. (2000). *O Corpo humano*. Porto: Edições ASA.
- Carvalho, A., e Baptista. I. (2004). *Educação social – Fundamentos e estratégias*. Porto: Porto Editora.
- Carvalho, A.D. (2002). Dilemas das representações contemporâneas da velhice. *Terceira Idade: Uma Questão para a Educação Social*, 7-9.
- Chaplin, J. (1981). *Dicionário de psicologia*. Lisboa: Publicações Dom Quixote.
- Cordeiro, M. (2003). Sexualidade. Algumas questões. In Sá, E. *Quero-te! Psicologia da Sexualidade*. Coimbra: Quarteto, 71-85.
- Costa, M. (1999). *Novos encontros de amor*. Porto: Ambar.
- Costa, M. (2005). *À procura da intimidade*. Porto: Edições ASA.
- Crawford, M. (2006). *Sexo sem tabus (para viver o sexo com prazer)*. Lisboa: A Esfera dos Livros.
- Cunha, Maria (2007). *Educação da sexualidade e relação pedagógica*. Braga: Universidade Católica Portuguesa. (dissertação)
- Dambrot, H., Papp, E., e Whitmore, C. (1984). The sex-role attitudes of three generations of women, *Personality and Social Psychology Bulletin*, 10, 3, 469-473.
- DeLamater, J., e Sill, M. (2005). Sexual desire in later life. *The Journal of Sex Research*, 42, (2), 138 – 149.
- Dersch, C. et al. *Sexual issues for aging adults*. On-line], [www.depts.ttu.edu/hs/sexuality&aging/](http://www.depts.ttu.edu/hs/sexuality&aging/), 05/03/2008.
- Dias, J. (2008). *O desejo não desaparece com a idade: visão da sexualidade numa fase avançada da vida*. in, [On-line],

[http://www.psicologia.com.pt/artigos/ver\\_opiniao.php?codigo=AOP0167](http://www.psicologia.com.pt/artigos/ver_opiniao.php?codigo=AOP0167)  
, 10.08.2008.

*Dicionário de Língua Portuguesa* (2001). Porto: Porto Editora.

Esteves, A. (1995). *Jovens e idosos. Família, escola e trabalho*. Porto: Afrontamento

Fernández-Ballesteros, R. (Dir.) (2000). *Gerontología social*. Madrid: Ediciones Pirâmide.

Ferreira, A., e Neto, F. (2002). Psychometric properties of the francis scale of attitude towards christianity among portuguese university students. *Psychological Reports*, 91, 995-998.

Ferreira, P. (1998). Atitudes perante a vida, moralidades e éticas de vida. *Gerações e Valores na Sociedade Portuguesa Contemporânea*. 61-145.

Ferreira, V. (1998). Atitudes perante a sociedade. *Gerações e Valores na Sociedade Portuguesa Contemporânea*. 149-243.

Fonseca, A. (2004). *Desenvolvimento humano e envelhecimento*. Lisboa: Climepsi Editores.

Fonseca, A. (2006). *O Envelhecimento – Uma abordagem psicológica*. Lisboa: Universidade Católica Editora.

Fontaine, R. (2000). *Psicologia do envelhecimento*. Lisboa: Climepsi Editores.

Gaspar, M. (1983). *Para una educación de la sexualidade integradora*. Madrid: PPM.

Hall, C., e Lindsey, G. (1984). *Teorias da personalidade*. São Paulo: EPU.

Hansenne, M. (2005). *Psicologia da personalidade*. Lisboa: Climepsi Editores.

Harvard Medical School (2006). *O seu futuro sexual*. Revista Visão 710, 14-25.

- Hesse, H. (2002). *Elogia da velhice*. Miraflores: Difel.
- <http://www.un.org/spanish/Depts/dpi/boletin/olderpersons/>, 12/02/08.
- Instituto Nacional de Estatística (2002). *O Envelhecimento em Portugal*. DECP/Serviço de Estudos sobre a População.
- Jacquard, A. (1993). *A Explosão demográfica*. Lisboa: Instituto Piaget.
- Kallejjan, V. (2000). *It never ends: Aging and sexuality*, in, [On-line], [www.healthandage.com/public/health-center/4/article/739/gm=20!gid2=739](http://www.healthandage.com/public/health-center/4/article/739/gm=20!gid2=739), 15/05/2008.
- Kathryn, e Petras, R. (2005). *Velhos são os trapos*. Lisboa: Edições 70.
- Levet, M. (1995). *Viver depois dos 60 anos*. Lisboa: Instituto Piaget.
- Lima, M. (2003). A sexualidade na terceira Idade. In Sá, E. *Quero-te! Psicologia da Sexualidade*. 109-115. Coimbra: Quarteto.
- Lima, M. (2006). Sexualidade “de terceira” na terceira idade?. *Psychologica*, 41, 83-101.
- Loo, R., e Thorpe, K., Attitudes toward women’s roles in society: A replication after 20 years, *Sex Roles*, 1998, 39, 11/12, 903-912.
- Marchand, H. (2005). *A Idade da sabedoria – Maturidade e envelhecimento*. Porto: Âmbar.
- Martins, R., e Rodrigues, M. (2002). Estereótipos sobre idosos: Uma representação social gerontofóbica. *Educação, Ciência e Tecnologia*, [On-line], <http://www.ipv.pt/millenium/Millenium29/32.pdf>, 01/12/07.
- Mendes, F. (2005). *Conspiração grisalha*. Oeiras: Celta Editora.
- Minois, G. (1999). *A história da velhice no ocidente*. Lisboa: Teorema.
- Mirada, A., e Valls-Llobet, C. (1996). *Dar vida aos anos – Como viver bem a maturidade*. Barcelona: Círculo de Leitores.

- Morrow, A. (2005). *Quanto mais velhos mais sábios*. Lisboa: Paulinas.
- Nações Unidas, [On-line],
- Nalim, F. (2007). El sexo no es exclusivo de la juventud, [On-line], <http://www.portaldoenvelhecimento.net/artigos/artigo2742.html>, 08/08/08.
- Neri, A. (2001). *Desenvolvimento e Envelhecimento: Perspectivas biológicas, psicológicas e sociológicas*. Campinas, S.P.: Papyrus Editora.
- Neto, F. (1992). *Solidão, embaraço e amor*. Porto: Centro de Psicologia Social.
- Neto, F. (1998). Ideologia do papel de género. In *Ensaio em Homenagem a Joaquim Ferreira Gomes*. 541-549. Coimbra: Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação.
- Neto, F. (2000). *Psicologia social. Volume II*. Lisboa: Universidade de Lisboa.
- Neto, F. (2002). *Psicologia intercultural*. Lisboa: Universidade Aberta.
- Neto, F. (2005). The satisfaction with love life scale. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 38, 2-13.
- Neto, F. e Williams, J. (1989). Estereótipos sexuais em jovens adultos: Estudo intercultural. *Revista Portuguesa de Pedagogia*, XXII. Carvalhos: Colégio Internato dos Carvalhos.
- Nobre, P. (2006). *Disfunções sexuais*. Lisboa: Climepsi Editores.
- Nunes, A. (1967). *Sociologia e ideologia do desenvolvimento*. Lisboa: Moraes Editores.
- Pais, J. (Coord.) (2003). *Geração e valores: Na sociedade portuguesa contemporânea*. Lisboa: Instituto de Ciências Sociais da Universidade de Lisboa.

- Palmeirão, C. (2002). Derrubar para mudar. *Terceira Idade: Uma Questão para a Educação Social*. 35-49.
- Palmeirão, C. (2007). *A interação geracional educativa: um contributo para o desenvolvimento de atitudes, saberes e competências entre gerações*. Porto: FPCEUP (Tese Doutoramento)
- Palmore, E. (1999). *Ageism: negative and positive*. New York: Springer Publishing Company.
- Papalia, D. et al. (2001). *O mundo da criança*. Amadora: McGraw-Hill.
- Pariser, S., e Niedermier, J. (1998). Sex and the mature woman. *Journal of Women's Health*, 7. Mary Ann Liberty, Inc.
- Paúl, C. (1997). *Lá para o fim da vida – Idosos, família e meio ambiente*. Coimbra: Almedina.
- Paúl, C. (2002). Bem-estar e satisfação de vida em idosos. *Terceira Idade: Uma Questão para a Educação Social*. 29-34.
- Paúl, C., e Fonseca, A. (Coord.) (2005). *Envelhecer em Portugal – Psicologia, saúde e prestação de cuidados*. Lisboa: Climepsi Editores.
- Peinado, J. (1999). *Liberación sexual y ética Cristiana*. Madrid: San Pablo.
- Pestana, N. (2003). Trabalhadores mais velhos: Políticas públicas e práticas empresariais. *Cadernos de Emprego e Relações de Trabalho*, Nº 1. Lisboa: MSST/DGERT.
- Piaget, J. (1990). *Seis estudos de psicologia*. Lisboa: Publicações Dom Quixote.
- Plano Nacional do XVII Governo Português, in, [On-line], <http://www.portugal.gov.pt/NR/rdonlyres/FE4A1BA9-EE5D-432B-A7B0-0FA072587A1C/0/PNAINacional20062008Site.pdf>, 26/01/08.
- Pollak, K. (1975). *Dicionário da saúde*. Lisboa: Editorial Presença.

- Ribeiro, V. (2007). *Relações amorosas – Uma revisão sobre as relações amorosas desde a década de 50 até à actualidade*, in [On-line], [www.psicologia.com.pt](http://www.psicologia.com.pt), 04/01/2008.
- Risman, A. (2005). Sexualidade e terceira idade: Uma visão histórico-cultural, in [On-line], [http://www.unati.uerj.br/tse/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=s1517-59282005000100006&lng=pt&nrm=iso](http://www.unati.uerj.br/tse/scielo.php?script=sci_arttext&pid=s1517-59282005000100006&lng=pt&nrm=iso), 18/01/09.
- Robert, L. (1995). *O envelhecimento – factos e teorias*. Lisboa: Instituto Piaget.
- Rosa, M., e Vieira, C. (2003). *A população portuguesa no século XX*. Lisboa: ICS.
- Rosnay, J. et al. (2006). *Viver mais e melhor – Uma longevidade activa na sociedade actual*. Lisboa: Editorial Presença.
- Sampieri, Collado, e Lucio (2006). *Metodologia de pesquisa*. São Paulo: McGraw-Hill.
- Simões, A. (1990). Alguns mitos respeitantes ao idoso. *Revista Portuguesa de Pedagogia*. 2,109-121.
- Simões, A. (2006). *A nova velhice – Um novo público a educar*. Porto: Ambar.
- Singer, C. (2004). *As Idades da vida*. Lisboa: Sinais de Fogo.
- Sterpellone, L. (2005). *Dicionário do sexo e da sexualidade*. Lisboa: MAREANTES EDITORA.
- Stuart-Hamilton, I. (2002). *A psicologia do envelhecimento: Uma introdução*. Porto Alegre: Artmed Editora.
- Thiollier, M. (1990). *Dicionário das religiões*. Porto: Editorial Perpétuo Socorro.
- Vala, J., Cabral, M., e Ramos, A. (Org.) (2003). *Valores sociais: Mudanças e contrastes em Portugal e na Europa*. Lisboa: Imprensa de Ciências Sociais.

- Vandenplas-Holper, C. (2000). *Desenvolvimento psicológico na idade adulta e durante a velhice (Maturidade e sabedoria)*. Porto: ASA.
- Vaz, A. (2004). Sabedoria bíblica, escola da vida. *Revista de Espiritualidade*, 46, 85-110.
- Vaz, J. (2000). *O sexo dos anjos*. Lisboa: Relógio D'Água.
- Vaz, R., e Nodin, N. (2005). A importância do exercício físico nos anos maduros da sexualidade. *Análise Psicológica*, 3 (XXIII), 329-339.
- Zimerman, G. (2000). *Velhice – Aspectos biopsicossociais*. Porto Alegre: ARTMED Editora.