

CONSTRUÇÃO DE CARTILHA EDUCATIVA: SEXUALIDADE NA TERCEIRA IDADE

CONSTRUCTION OF SEXUALITY EDUCATION BOOKLET IN THE ELDERLY

Adriana Maria Lopes

Enfermeira graduada pela Faculdade Metropolitana da Grande Fortaleza (FAMETRO)

Renata Pereira Costa Silva

Enfermeira assistencial do Hospital Monte Klinikum

RESUMO

A sexualidade faz parte das necessidades do ser humano, desenvolve-se por toda vida e não se reduz ao ato sexual, não desaparece com o avançar da idade. O estudo teve como objetivo elaborar uma cartilha educativa sobre sexualidade na terceira idade, orientando-os sobre a promoção da saúde e qualidade de vida. É uma pesquisa do tipo metodológica, do qual o processo de elaboração da cartilha foi composto por três etapas consecutivas. O conteúdo foi abordado de forma que houvesse concordância entre o título da cartilha e o texto interno, conduzidas no período de janeiro a junho de 2013. A cor da cartilha, o tamanho e tipo de letra, as figuras, os textos e o layout foram os mais criativos e dinâmicos possíveis para uma leitura chamativa e agradável. A cartilha é destinada aos idosos de todas as idades, independente de cor, raça, classe social, estado civil e religião.

Palavras-chave: Sexualidade. Idoso. Envelhecimento. Educação em saúde.

ABSTRACT

Sexuality is part of human needs, develops throughout life and is not limited to sexual intercourse, does not disappear with advancing age. The study aimed to develop an education booklet about sexuality in elderly, at guiding them on promoting health and quality of life. It is a survey of methodological type, which process of drafting the charter was composed of three consecutive steps. The content has been addressed in a way that was no agreement between the title of the booklet and the inside text, conducted from january to june 2013. The color of the primer, the size and font, figures, texts and layout were the most creative and dynamic possible for a flashy and enjoyable read. The booklet is intended for seniors of all ages, regardless of color, race, social class, marital status and religion.

Keywords: *Sexuality. Elderly. Aging. Health education.*

Recebido em: 27/11/2013

Aceito em : 18/01/2014

1 INTRODUÇÃO

A velhice constitui uma das etapas da vida, onde ocorrem mudanças inevitáveis do processo fisiológico do envelhecimento, independente de raça, classe ou sexo. É algo determinante em nossa vida, porém mesmo com estas alterações e algumas limitações proveniente do envelhecimento, pode-se viver saudável.

A Organização Mundial de Saúde (OMS) estabelece a velhice por meio de um critério cronológico. Em países desenvolvidos, são considerados idosos pessoas com idade igual ou superior a 65 anos. Já em países em desenvolvimento, como o Brasil, a idade limite é a partir dos 60 anos. O Brasil passa hoje por uma importante mudança em sua pirâmide demográfica, com progressivo e acelerado envelhecimento da população.

Na gerontologia, o envelhecimento é a sequência da vida. É cercado de mudanças fisiológicas, sexuais, tendo suas peculiaridades e características específicas. Atualmente vem se construindo uma visão mais positiva e produtiva para o idoso mesmo com essas modificações (ALMEIDA; LOURENÇO, 2007).

Com o crescimento da população dos idosos, gera-se a necessidade de estudos em benefício de melhorar a qualidade de vida destes idosos, identificando fatores biológicos, psíquicos, sociais e funcionais, de acordo com a necessidade, para que possamos intervir e obter resultados satisfatórios.

Existem modificações na resposta sexual humana com o envelhecimento. Ao ultrapassar o tempo da capacidade ovariana, a mulher vivenciará uma nova realidade hormonal. Esses hormônios sexuais são diretamente relacionados com comportamento e utilização das funções intelectuais. Vários autores tem demonstrado que a sexualidade está diretamente relacionada aos esteroides sexuais (GUIMARÃES; CUNHA, 2004).

Entretanto, sua expressão nunca foi naturalizada e, mesmo nos dias atuais, a temática sexualidade caracteriza-se como de difícil

discussão, nos diversos espaços da sociedade, inclusive no ambiente das práticas da saúde (MELO *et al.*, 2009).

A sexualidade é algo que se expressa naturalmente em tudo aquilo que nos diz respeito. É a maneira como uma pessoa expressa seu sexo. Na terceira idade, pode se dizer que se perde em quantidade, mas, seguramente pode-se ganhar em qualidade. A idade permite as pessoas vivenciar o sexo em suas sutilezas, como uma linguagem que aperfeiçoa, reforça e enriquece a relação humana (PAPALÉO NETTO, 2007).

É relevante ressaltar a possibilidade de contração/transmissão de doenças sexualmente transmissíveis (DST) nessa faixa etária. Os idosos sexualmente ativos com múltiplos parceiros devem ser alertados a praticarem o sexo seguro, usando preservativos e orientados quanto à importância das vacinas contra as hepatites A e B (GALLO *et al.*, 2001).

A sexualidade é um elemento fundamental para uma boa qualidade de vida e é questão pouco abordada nesta fase. Observa-se, empiricamente, que as questões relacionadas a esta temática são discutidas abertamente quando se trata de adolescentes e adultos, enquanto, para os idosos muitas vezes são negadas (PINTO *et al.*, 2005). Em nossa sociedade prevalece a crença de que a atividade sexual desaparece com a idade, deixando o idoso constrangido para falar acerca do assunto, além de diversos outros tabus relacionados a esse tema. Desta forma, a sexualidade e a autoestima devem ser trabalhadas nesta população.

A sexualidade quando relacionada ao envelhecimento remete a mitos e estereótipos levando os idosos à condição de pessoas assexuadas. Mesmo com a modernidade de algumas concepções na prática da sexualidade, ainda podemos registrar preconceitos (COELHO *et al.*, 2010). Entende-se que a sexualidade não está relacionada somente a relação sexual, a penetração em si, mas envolve também sentimentos, carícias, palavras, gestos, olhares, entre outros aspectos (FREITAS, 2006).

Na realidade, os idosos tem dificuldade de vivenciar sua sexualidade devido a auto-

repressão. Sentem vergonha de falar sobre o assunto e relatar suas experiências. Os idosos vivenciam sua sexualidade de diferentes formas e cada pessoa expressa sua sexualidade de maneira particular e única, cada idoso manifesta ou entende sexualidade de acordo com sua vivência anterior (RODRIGUES, 2008).

Sabe-se que o ser humano passa por modificações fisiológicas com o decorrer do tempo e que ao chegar a senescência existem limitações e mudanças estéticas, o que faz com que as pessoas pensem que os idosos perdem a sedução e a sexualidade. No entanto, diante do exposto, percebe-se que a sexualidade dos idosos é um assunto complexo e pouco explorado nos dias de hoje. Tal fato pode ser influenciado ainda por alguns valores de uma educação conservadora e preconceituosa, a qual ainda predomina nos dias de hoje.

O desenvolvimento deste estudo permitirá explorar a compreensão do idoso na sua vivência, objetivando assim melhor atendê-lo e ajudá-lo a compreender a sexualidade em meio a tantas limitações próprias da idade. Fornecerá subsídios relevantes para que profissionais da área de saúde que lidam direta ou indiretamente com idosos possam melhor atendê-los quanto as suas necessidades relacionadas à sexualidade, tendo impacto na qualidade de vida desses idosos. A importância de uma cartilha educativa se dá na sensibilização da sociedade em relação à sexualidade ao esclarecer os idosos sobre o assunto, explicando as principais alterações físicas com o envelhecimento que podem afetar a sexualidade, curiosidades relacionadas ao efeito das doenças sobre a sexualidade, fatores emocionais que podem influenciar na sexualidade e informação sobre mitos e tabus através de perguntas e respostas.

2 METODOLOGIA

2.1 Tipo de estudo

Trata-se de um estudo tipo metodológico, que possui como objetivo investigar os métodos de obtenção, organização e análise dos

dados com elaboração, validação e avaliação de instrumentos, através de passos implementados e debatidos a cada etapa concluída (POLIT; BECK; HUNGLER, 2004).

2.2 Etapas do estudo

O processo de elaboração da cartilha foi composto por três etapas consecutivas (Figura 01), conduzidas no período de janeiro a junho de 2013.

Figura 01 - Processo de elaboração da cartilha.



Fonte: Autores.

2.2.1 Etapa 1

Na primeira etapa foi realizada uma seleção dos conteúdos que seriam utilizados na construção da cartilha. Fez-se um levantamento bibliográfico sobre a sexualidade nas bases de dados Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciência da Saúde (LILACS) e *Scientific Electronic Library Online* (SciELO).

Dentre os artigos encontrados foram escolhidos os que mais se adequavam a temática, sendo verificados através da leitura dos resumos. Além dos artigos encontrados foram utilizados livros. Ao final, selecionou-se 26 documentos que atendiam a proposta do estudo.

2.2.2 Etapa 2

Para tornar a cartilha mais atrativa e dinâmica para a população idosa, foram selecionadas ilustrações em sites de busca da internet

que se relacionassem com as informações que estariam contidas na cartilha. Buscamos figuras de casais demonstrando afeto, carinho mútuo. Sites pesquisados

- www.mattonimages.com.pt/imagens;
- www.asimagens.com/a/fotos-de-casais-idosos;
- www.rodrigooller.com.

2.2.3 Etapa 3

A terceira etapa refere-se à montagem do leiaute. Nessa etapa ocorreu o agrupamento das informações com as ilustrações coletadas. Procurou-se propiciar ao leitor uma leitura interessante e de fácil entendimento, associada a uma estrutura visual atrativa.

Por não haver pesquisa direta com seres humanos para a construção da cartilha e não se tratar da validação da mesma, o presente estudo não foi submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa conforme regulamenta a Resolução 466 do Conselho Nacional de Saúde. (BRASIL, 2012).

3 RESULTADOS E DISCUSSÕES

A construção da cartilha foi realizada de forma sequencial, ou seja, todas as etapas ocorriam em uma ordem definida para facilitar a organização e promover a coerência entre as informações, proporcionando a compreensão do assunto contido no material pelo público alvo.

As etapas que compuseram o estudo foram três: etapa 1, onde ocorreu a seleção dos conteúdos; etapa 2, seleção das ilustrações para a cartilha e etapa 3, a montagem do leiaute da cartilha.

3.1 Etapa 1: seleção de conteúdos

Na primeira etapa foi realizada uma seleção dos conteúdos que seriam utilizados na construção da cartilha. Essa seleção tinha por finalidade embasar cientificamente o assunto

que seria abordado no material, proporcionar domínio do conteúdo pelas autoras e informações corretas e atualizadas para o público alvo.

Foi realizado um levantamento bibliográfico nas bases de dados LILACS e SciELO, utilizando os descritores sexualidade, idoso, envelhecimento, educação em saúde.

Dentre os artigos encontrados foram selecionados, através da leitura dos seus resumos, os que mais se adequavam ao assunto que seria abordado e que estavam disponíveis na íntegra. Além dos artigos encontrados foram utilizados livros sobre sexualidade na terceira idade.

A partir da leitura dos documentos, foram selecionados os tópicos referentes à sexualidade na terceira idade que iriam compor o conteúdo da cartilha. O conteúdo foi abordado de forma que houvesse concordância entre o título da cartilha e o texto interno, com objetivo de difundir as informações sobre a sexualidade. Para tanto, elaboramos perguntas e respostas no intuito de proporcionar um dinamismo durante a leitura e envolver o idoso no contexto da conversa.

No início da cartilha, há a apresentação para esclarecer o seu objetivo, aborda a temática envelhecimento, sexualidade e pensamentos errôneos da população sobre o tema escolhido. Em seguida, através de perguntas e respostas, conceitua-se velhice e sexualidade, mostrando para o leitor que envelhecer não é o fim da vida sexual. Também são esclarecidos para o leitor como as alterações físicas que ocorrem devido à idade, no homem e na mulher, que podem afetar a sexualidade. Logo após, colocamos uma abordagem com curiosidades a respeito da sexualidade, explicando o efeito das doenças sobre esta, fatores emocionais e psicossociais que podem influenciar. E, finalizando, dá-se início as perguntas e respostas explicando mitos e tabus.

As perguntas realizadas e respondidas na cartilha para um melhor entendimento sobre mitos e tabus foram as seguintes:

- Até que idade um homem é potente sexualmente?
- Um idoso é capaz de manter uma ereção?
- Os idosos têm desejo sexual?
- Os idosos podem ejacular?
- As mulheres perdem o interesse por sexo depois da menopausa?
- Por que é que depois da menopausa a penetração vaginal é mais difícil?
- As mulheres idosas podem ter orgasmo?

Ao final foram colocadas as referências bibliográficas utilizadas na construção teórica da cartilha e uma figura de um casal unido, demonstrando afeto um pelo outro.

3.2 Etapa 2: seleção das ilustrações

Nessa etapa selecionamos as figuras para ilustração da cartilha em sites de domínio público para propiciar um entendimento eficaz do público alvo e para tornar a cartilha mais atrativa. Optou-se por trabalhar somente com figuras evitando utilizar imagens de pessoas.

3.3 Etapa 3: montagem do leiaute

A montagem do leiaute da cartilha foi feito pelas próprias pesquisadoras. Foi utilizado o programa CorelDRAW. O tamanho da folha foi A4 (21x29.7cm) sendo que a cartilha foi construída para ser impressa no tamanho 10x14cm, pois nessas dimensões a cartilha caberá facilmente no lugar que o leitor desejar, ficando sempre disponível para leitura em qualquer lugar, podendo assim também ser compartilhada com outras pessoas.

O texto foi escrito com a fonte Times New Roman, o tamanho variou entre 16 a 18 e o espaçamento entre linhas utilizado foi de 1,3. Escolhemos uma cor clara, predominância na cartilha bege, para uma melhor visualização e para que a leitura não se torne cansativa.

Na capa da cartilha foi utilizada uma figura de um casal idoso, demonstrando que a sexualidade, não é apenas relação sexual propriamente dita, mais sim, a troca de sons, cheiros, olhares, toques e carícias.

Figura 01 - Cartilha informativa: sexualidade na terceira idade.





O QUE É SEXUALIDADE?

A sexualidade é algo que se expressa naturalmente em tudo aquilo que nos diz respeito. É a maneira como uma pessoa expressa seu sexo! Na terceira idade, pode se dizer que se perde em quantidade, mas seguramente pode-se ganhar em qualidade. A idade permite a pessoa vivenciar o sexo em suas sutilezas, como uma linguagem que aperfeiçoa, reforça e enriquece a relação humana. (NETTO, 2007).

02

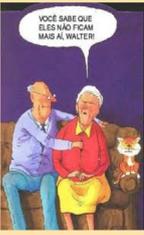


QUEM DISSE QUE VOCÊ É VELHO DEMAIS PARA FAZER SEXO?

Em nossa sociedade prevalece a crença de que a atividade sexual desaparece com a idade, deixando o idoso constrangido para falar acerca do assunto. Além de diversos tabus relacionados a esse tema. Na realidade, os idosos tem dificuldade de vivenciar sua sexualidade devida sua religião, cultura, preconceitos relacionados a idade, vigor físico. Sentem vergonha de falar sobre o assunto e relatar suas experiências. Cada um pode vivenciar sua sexualidade de várias formas e gestos como, companheirismo, olhares, cheiros, toque e carícia. (RODRIGUES, 2008).

03

QUAIS AS PRINCIPAIS ALTERAÇÕES FÍSICAS COM O ENVELHECIMENTO QUE PODEM AFETAR A SEXUALIDADE?



Nos homens:

- Prolongamento do tempo necessário para haver uma ereção completa.
- A ereção pode não ser assim firme ou ampla como nos últimos anos precedentes.
- Uma diminuição do tempo em manter a ereção antes da ejaculação.
- Uma percepção mais limitada do fato que a ejaculação está para vir.



04

- Alguns homens podem necessitar de um maior tempo de preliminares (masturbação).

Nas mulheres:

Período da menopausa que ocorre por volta dos 48 a 51 anos, diminui a produção de hormônios feminino ocasionando:

- Dilatação do canal vaginal (perda da elasticidade)
- Diminuição da lubrificação vaginal.
- Diminuição do tamanho da vagina.
- Irritabilidade



05

Pessoas idosas que ignoram as mudanças normais das funções sexuais próprias do envelhecimento e que por falta de informação, adota atitudes erradas em relação a atividade sexual na terceira idade acabam deixando de experimentar uma relação prazerosa.

OUTRAS CAUSAS

- Ansiedade
- Uso de bebidas alcoólicas
- Medicamentos
- Doenças
- Desconfiança do parceiro



06

CURIOSIDADES

EFEITO DAS DOENÇAS SOBRE A SEXUALIDADE

Embora as doenças e a invalidez possam afetar a sexualidade, mesmo nas mais sérias condições não devem impedir que o indivíduo tenha uma vida sexual satisfatória.

Disfunções cardíacas

Muitas pessoas que sofreram ataques cardíacos temem que o fato de haver relações sexuais possa causar outros ataques. Muita gente pode recomençar a atividade sexual depois de um período de tempo variável entre 12 e 16 semanas após ter sofrido um ataque

07

Diabetes

Muitos homens sujeitos ao diabetes não tem problemas, mas é uma das poucas doenças que na realidade pode causar impotência.

Artrite

Dores articulares devido a artrite podem limitar a atividade sexual. Em alguns casos, os medicamentos podem diminuir o desejo pelo sexo. Exercícios físicos, repouso, banhos quentes e mudanças de posição durante o ato sexual, podem ajudar.

Alguns medicinais rendem difícil ao homem a ejaculação, outros reduzem o desejo sexual feminino. Neste caso as pessoas afetadas devem procurar seu medico, conversar sobre o que está ocorrendo, na tentativa de solucionar este problema.

08



FATORES EMOCIONAIS PODEM INFLUENCIAR NA SEXUALIDADE?

Sim. A sexualidade é frequentemente um delicado equilíbrio entre as emoções e as causas psicológicas. Se o homem teme excessivamente a impotência, pode criar estresse o suficiente para causá-la. Problemas por motivos próprios relacionados a velhice, com a aposentadoria e outras mudanças no estilo de vida, ou enfermidades. Estes problemas podem causar dificuldade sexual.

09

Outros fatores psicológicos que afetam as funções sexuais na velhice:

- Atitudes negativas em relação ao sexo, adquiridas quando se é ainda jovem, podem seriamente enfraquecer a capacidade de aproveitar do sexo na idade avançada.
- Muitos casais idosos devem enfrentar os problemas de "monotonia" e cansaço no que diz respeito a relação com o passar do tempo e, isto é sem dúvida um dos fatores que pode influenciar negativamente na vida sexual.
- Uma relação sem amor ou um casamento em idade madura, podem consumir a experiência sexual ou até mesmo a relação, no decorrer do tempo quando se apresenta uma oportunidade tardia.
- Sanções religiosas que restringem o sexo unicamente a função reprodutiva e ignoram a importância da intimidade, do amor e do prazer sexual para o bem-estar de cada um, rejeitam uma importante necessidade humana.

10

MITOS E TABUS **Até que idade um homem é potente sexualmente?**

Sempre. Enquanto estiver vivo, enquanto o coração bater, o homem é potente sexualmente. É claro que há doenças e quadros físicos que impedem o exercício, logo recomendam moderação na atividade sexual.

Um idoso é capaz de manter uma ereção?

Claro que sim. O que acontece é que, com a idade, o homem precisa de mais estímulos. Num jovem a ereção é um processo imediato, no idoso é um pouco mais lenta, não devido à falta de prazer mas ao desgaste físico próprio da idade. É como subir uma escadaria: o jovem sobe a correr o idoso mais devagar, mas ambos chegam ao topo.

11

Os idosos têm desejo sexual?

O apetite sexual não tem nada a ver com a idade. Manifesta-se em qualquer etapa da vida. Inclusivamente há idosos com uma vida sexual muito ativa, um grande interesse por sexo.

Os idosos podem ejacular?

A ejaculação é possível até ao fim da vida. Com o aumento da idade, diminui a quantidade ejaculada, mas a produção de espermatozoides mantém-se. Também as contrações ejaculatórias vão sendo menores, mas isso não significa menos prazer.

12

As mulheres perdem o interesse por sexo depois da menopausa?

De maneira alguma. Essa ideia deve-se aos mitos criados em torno da menstruação. Quando ela cessa de vez, a mulher apenas deixa de ser fértil, não é por não poder ter mais filhos que ela perde o interesse pelo sexo.

Por que é que depois da menopausa a penetração vaginal é mais difícil?

Com a menopausa diminui a mucosa vaginal e reduz-se a lubrificação vaginal, pelo que uma mulher pode sentir desconforto no início da penetração.

13

As mulheres idosas podem ter orgasmos?

Podem, porque a capacidade orgânica de ter gozo sexual não diminui com a idade. As mulheres respondem orgasticamente não importa em que idade



14

REFERENCIAS

Revista transdisciplinar de gerontologia. (2007)
 RODRIGUES, L.C.B. Vivências da sexualidade de idosos. Dissertação (Mestrado)-Pós-graduação de enfermagem, Universidade Federal do Rio Grande, 2008.
 NETTO, M.P. Tratados de gerontologia, 2ª. Ed. São Paulo, Atheneu, 2007.
 Organização Mundial da Saúde (OMS), Envelhecimento ativo: uma política de saúde, Brasília.
 Disponível: <http://bvsmis.saude.gov.br>

SITES CONSULTADOS

<http://www.virilplant.com/sexualidade-e-id>
<http://www.psicologia.com.pt>

15



Fonte: Autores.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo permitiu a elaboração de uma tecnologia sobre sexualidade na terceira idade para ser utilizada na educação em saúde da população idosa.

A construção de um material educativo, como a cartilha, contribuirá para orientar sobre a promoção e qualidade de vida facilitando a compreensão e o entendimento do idoso de como expressar sua sexualidade em meio a tantas limitações próprias da idade. A cartilha é destinada a idosos de todas as idades,

independente de cor, raça, classe social, estado civil e religião.

Mediante levantamentos bibliográficos foi possível identificar as principais dúvidas que acometem os idosos relacionadas a sexualidade na terceira idade. Estes questionamentos juntamente com suas respostas foram abordados na cartilha para que o leitor possa tirar suas dúvidas e até mesmo propagar a informação a outros idosos.

A formatação da cartilha foi voltada para o público idoso atendendo suas limitações naturais da idade. A cor da cartilha, o tamanho

e tipo de letra, as figuras, os textos e o leiaute foram os mais criativos e dinâmicos possíveis para uma leitura chamativa e agradável.

A divulgação de tecnologias para educação em saúde tem-se mostrado de grande relevância. Diante disso pretende-se posteriormente submeter a cartilha para avaliação por especialistas para sua validação, e assim, possa ser utilizada na promoção da saúde da população idosa.

REFERÊNCIAS

- ALMEIDA, T; LOURENÇO, M. L. Envelhecimento, amor e sexualidade: utopia? **Revista brasileira gerontologica**, v. 10, n. 1, p. 101-113, 2007.
- COELHO, D. N. P. *et al.* Percepção de mulheres idosas sobre sexualidade: Implicações de gênero e no cuidado de enfermagem, **Rev. RENE**, Fortaleza, v. 11, n. 4, p. 167-173, 2010.
- BRASIL. Conselho Nacional de Saúde. **Resolução n.º 466, de 12 de dezembro de 2012**. Disponível em: <<http://conselho.saude.gov.br/resolucoes/2012/Reso466.pdf>>. Acesso em: 10 out. 2013.
- FREITAS, E. V. *et al.* **Tratado de geriatria e gerontologia**. 2 ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2006.
- GALLO, J. J. *et al.* **Reichel assistência ao idoso: aspecto clínico do envelhecimento**. 5 ed. Rio de Janeiro: Guanabara, 2001.
- GUIMARÃES, R. M.; CUNHA, V. G. **Sinais e sintomas em geriatria**. 2 ed. São Paulo: Atheneu, 2004.
- MELO, K. M. T. *et al.* Sexualidade na gravidez: representação social de gestantes, **Rev. Tendências da Enfermagem Profissional**, v. 2, n. 2, p. 98-103, 2009.
- OMS. **Envelhecimento ativo: uma política de saúde**. Brasília: Organização Panamericana de Saúde, 2005. Disponível em: <<http://bvsms.saude.gov.br>>. Acesso em: 01 nov. 2013.
- PAPALÉO NETTO, M. P. **Tratado de gerontologia**. 2 ed. São Paulo, Atheneu, 2007.
- PINTO, A. C. M. *et al.* **Sexualidade na terceira idade**. Faculdade da Saúde e Ecologia Humana. Minas Gerais, Primeira semana Científica, 2005.
- POLIT, D. F.; BECK, C. T.; HUNGLER, B. P. **Fundamentos de pesquisa em enfermagem: métodos, avaliação e utilização**. 5. ed. Porto Alegre: Artmed, 2004;
- RODRIGUES, L. C. B. **Vivências da sexualidade de idosos**. 2008. 157 f. Dissertação (Mestrado em enfermagem) - Universidade Federal do Rio Grande, Porto Alegre, 2008.