

A Sexualidade em Lares de Idosos e o Papel da Assistência Sexual

Autora: Karina Hoßfeld - VNB Alemanha

A sexualidade é uma necessidade humana fundamental que persiste na velhice. No entanto, a sexualidade na terceira idade, especialmente em instituições de cuidados residenciais, é frequentemente ignorada, silenciada ou tratada como um tabu. A crença social generalizada de que os idosos ou indivíduos dependentes de cuidados já não têm desejos sexuais persiste, levando frequentemente a uma imagem dessexualizada do envelhecimento.

A forma como a sexualidade é abordada nas instituições de cuidados a pessoas idosas é um tema que me interessa por várias perspectivas profissionais: motivada pelo nosso projeto Never Gets Old, passei a reavaliar o tema nas minhas funções como coach e supervisora em instituições de cuidados a pessoas mais velhas, bem como formadora na área da educação para profissionais de cuidados. Em que medida a sexualidade surge durante as sessões de supervisão? Que tipos de conceitos estão a ser desenvolvidos e implementados para permitir que os residentes em instituições de cuidados a pessoas idosas experimentem a intimidade?

Como membro da equipa do projeto Never Gets Old, a minha missão pessoal é chamar a atenção do público para a interseção entre envelhecimento, sexualidade e saúde, e ajudar a desafiar e mitigar os estereótipos e preconceitos sociais. Este artigo tem como objetivo contribuir para este esforço.

Sexualidade na velhice – uma necessidade incompreendida

A conexão entre sexualidade e saúde e, portanto, também a satisfação com a vida dos idosos tem ganhado cada vez mais destaque nos últimos anos. Embora a principal preocupação costumasse ser as consequências negativas da sexualidade para a saúde, como as infeções sexualmente transmissíveis, as pesquisas atuais tendem a enfatizar os efeitos positivos da sexualidade na saúde na terceira idade.

Embora o envelhecimento traga mudanças para o corpo e para a própria sexualidade, os desejos e necessidades sexuais não desaparecem. A maioria das pessoas idosas sente necessidade de carinho, proximidade, intimidade e pode continuar a ter fantasias sexuais. Numa pesquisa realizada em 2011, metade de todas as mulheres com idades entre 60 e 80 anos e 90% dos homens com idades entre 50 e 90 anos relataram ter fantasias eróticas (Grond 2011, p. 43). Esses números mostram claramente que a sexualidade não é um privilégio reservado aos jovens.

Ao analisar a ligação entre sexualidade e saúde, estudos confirmam que «experiências de satisfação sexual, prazer sexual e uma autoimagem sexual positiva melhoram não só a saúde sexual, mas também a saúde psicológica e física» (Blochwitz 2024, p. 28; citado em Döring 2019). No entanto, em contextos de cuidados residenciais - onde a liberdade pessoal e a privacidade são frequentemente restringidas - expressar a própria sexualidade pode tornar-se um grande desafio.

Novas exigências na formação em enfermagem

A educação e a formação no setor de enfermagem estão a tornar-se cada vez mais académicas. Enquanto há dez anos eu ainda ministrava cursos para profissionais de enfermagem em cargos de liderança em vários institutos de educação continuada, hoje estes cursos às vezes não são mais oferecidos. Cada vez mais pessoas optam por fazer uma graduação, por exemplo, em gestão de enfermagem. Nas últimas décadas, surgiram vários ramos da ciência da enfermagem, juntamente com novas oportunidades académicas de formação avançada. No entanto, o tema da sexualidade raramente é abordado nestes contextos (ver Blochwitz 2024, p. 29). Pela minha experiência como professora em diferentes escolas de enfermagem, estou familiarizada com as teorias de enfermagem que formam a base da prática de cuidados e visam ajudar os alunos a desenvolver uma compreensão holística da enfermagem. Um modelo fundamental na formação é «Atividades e Experiências Existenciais da Vida» (em alemão: Aktivitäten und existenzielle Erfahrungen des Lebens), desenvolvido pela cientista alemã de enfermagem Monika Krohwinkel em 1984. Embora este modelo e as suas adaptações posteriores incorporem a importância das relações sociais, o direito à sexualidade não é explicitamente mencionado entre as suas 13 áreas. A categoria «sentir-se homem ou mulher» pode ser a que mais se aproxima de abordar este aspeto, mas reflete uma compreensão desatualizada do género, tendo em conta as diversas identidades sexuais e de género. Para promover uma compreensão mais profunda de como abordar as necessidades sexuais das pessoas mais velhas em instituições de cuidados, o tema da sexualidade na terceira idade deve ser integrado de forma mais firme na educação e formação em enfermagem. Só assim poderão ser desenvolvidos e implementados conceitos adequados nas instituições de cuidados.

Desafios nas instituições de cuidados residenciais

No meu trabalho como supervisora em instituições residenciais de cuidados, vejo que a maioria dos funcionários é altamente comprometida. Proporcionar uma vida com dignidade e autodeterminação é um objetivo declarado e partilhado. No entanto, todos os envolvidos também estão cientes de como a situação se torna complexa quando se trata de necessidades de

intimidade e sexualidade satisfatória. Os desafios a seguir são baseados na minha experiência real e em conversas que tive com profissionais de cuidados a idosos:

- A proximidade que surge entre residentes e funcionários devido à natureza da relação de cuidados pode ser mal interpretada ou mal compreendida.
- Incerteza em torno da sexualidade, semelhante aos comportamentos adolescentes. Tanto os cuidadores como os outros residentes tendem a ignorar o assunto. Por exemplo, esconder revistas pornográficas e espalhar boates. Isso impede efetivamente qualquer abordagem aberta da questão (ver Marienstiftung 2017, p. 7).
- A falta de privacidade desempenha um papel central: quartos partilhados, verificações frequentes e rotinas de cuidados rígidas deixam pouco espaço para a intimidade.
- Tabus impostos pela equipa ou familiares: os cuidadores ou familiares podem considerar o comportamento sexual dos idosos «inadequado» ou «embaraçoso».
- Homofobia e discriminação: os indivíduos LGBTQ+ muitas vezes enfrentam uma falta de aceitação ou sentem-se compelidos a esconder suas identidades.
- Demência e deficiência cognitiva: estes casos levantam o desafio de avaliar a capacidade de consentimento e proteger os indivíduos de potenciais abusos.

Inspirada pelo projeto Never Gets Old, pergunto aos cuidadores nas minhas sessões de formação sobre as suas experiências com a sexualidade em instituições de cuidados a idosos. Os aspetos acima mencionados são temas recorrentes nas suas respostas. Nas sessões de supervisão, a sexualidade só surge em relação à demência ou a incidentes de violação de limites. Por isso, surge a questão central: como podem os indivíduos em instituições de cuidados viver a sua sexualidade de forma respeitosa?

Assistência sexual – uma forma possível de apoio?

Uma abordagem para apoiar o bem-estar sexual de indivíduos idosos ou dependentes de cuidados é o conceito de assistência sexual. A ideia central é permitir a participação e a auto-determinação sexual.

Como parte do discurso mais amplo sobre a autonomia de indivíduos dependentes de cuidados, a organização alemã Pro Familia iniciou uma discussão profissional e sociopolítica sobre assistência sexual em 2005 com a publicação de um relatório de especialistas (ver Pro Familia 2005, p. 4). Desde então, vários conceitos relacionados ganharam força e um certo grau de aceitação pública. Por exemplo, o site de uma das principais seguradoras de saúde da Alemanha afirma:

«A intimidade, o toque gentil, o erotismo e a sexualidade estão entre as necessidades humanas básicas que são essenciais para o nosso bem-estar físico e mental. A sexualidade significa muito mais do que apenas o ato sexual em si. Ela desempenha um papel crucial nas

relações sociais e na formação da nossa identidade. A sexualidade não realizada pode ser um fardo significativo.» (AOK 2025)

No entanto, o uso da assistência sexual continua sendo altamente controverso. A assistência sexual normalmente envolve indivíduos especialmente treinados que oferecem toque íntimo, conversa ou atividades sexuais - sempre com base nos desejos expressos pela pessoa e dentro de limites éticos e legais claramente definidos. Distinguem-se diferentes tipos de assistência sexual:

- **Assistência sexual passiva**

Inclui o fornecimento de itens como contraceptivos, brinquedos sexuais ou outros auxiliares (por exemplo, materiais pornográficos), bem como a facilitação do contacto com um acompanhante sexual. É importante ressaltar que a pessoa que presta assistência não está diretamente envolvida em nenhuma atividade sexual (ver AOK 2025).

- **Assistência sexual ativa**

Neste caso, o assistente pode apoiar a pessoa durante a masturbação ou ajudar a facilitar a relação sexual entre parceiros com mobilidade limitada. Isto envolve a participação direta em atividades sexuais. Como tal, os limites entre a assistência sexual ativa e a companhia sexual são fluidos (ver AOK 2025).

- **Companhia sexual**

A companhia sexual envolve um terceiro que satisfaz os desejos sexuais específicos de uma pessoa com deficiência ou limitações. Como isso envolve serviços sexuais pagos, é legalmente classificado como prostituição. No entanto, de acordo com a AOK (2025), o foco da companhia sexual não é estritamente a satisfação sexual, como é o caso da prostituição convencional, mas sim o acesso a experiências holísticas de proximidade, contato físico e autonomia pessoal. Nesta compreensão, a companhia sexual também tem uma dimensão clara de saúde. Uma vez que a sexualidade é um aspeto fundamental tanto da identidade pessoal como da vida social, a companhia sexual destina-se principalmente a promover a autoestima, a autodeterminação e a identidade individual (ver *ibid.*).

Considerações éticas e jurídicas

A integração da assistência sexual em instalações de cuidados levanta questões importantes:

- **Autodeterminação versus necessidade de proteção:** quando é que uma pessoa é verdadeiramente capaz de tomar uma decisão autónoma de utilizar tal serviço? Como devem ser tratados os casos envolvendo indivíduos com demência?
- **O papel dos profissionais de saúde:** os cuidadores podem facilitar ou tolerar o contacto com assistentes sexuais?
- **Quadro jurídico:** a assistência sexual não está claramente regulamentada pela legislação alemã. Existe o risco de que seja confundida com formas proibidas de prostituição no contexto dos cuidados.

Abordar estas questões de forma ética requer um diálogo aberto centrado nas necessidades das pessoas afetadas, garantindo simultaneamente a existência de medidas de proteção e normas profissionais. Gabriele Paulsen, fundadora de uma agência de assistência social, também enfatiza a importância de qualificações adequadas para os indivíduos que oferecem tais serviços:

«Para mim, pessoalmente, o que distingue a assistência sexual da prostituição é a qualificação das pessoas envolvidas. Elas são especializadas em trabalhar com indivíduos com deficiências físicas e intelectuais ou com idosos. [...] Normalmente, têm formação em enfermagem ou serviço social. Devem ter experiência de trabalho em instituições de cuidados. Muitas vêm de profissões terapêuticas ou têm formação em Tantra.» (Paulsen em: Landwehr 2017)

Na prática, a assistência sexual continua a ser relativamente rara na Alemanha. Existe numa zona cinzenta legal, é socialmente controversa e raramente é oficialmente apoiada por instituições de cuidados.

Conclusão e perspetivas

A sexualidade na velhice merece mais atenção, reconhecimento e respeito, especialmente em contextos de cuidados residenciais. A necessidade de proximidade, ternura e sexualidade não desaparece ao entrar numa casa de repouso ou ao tornar-se dependente de cuidados.

É provável que a estrutura e o quotidiano das instituições de cuidados a idosos sofram (e devam sofrer) mudanças. Nos próximos anos, a chamada geração baby boomer chegará à velhice, pessoas que cresceram com valores diferentes, estilos de vida alternativos e identidades sexuais diversas.

As instituições de cuidados devem ser apoiadas no desenvolvimento de conceitos que promovam a privacidade, a educação e um ambiente tolerante. Para alguns residentes, a assistência sexual pode oferecer um apoio significativo. No entanto, deve ser integrada em diretrizes éticas claras, comunicação transparente e uma abordagem respeitosa das necessidades individuais.

Em última análise, o objetivo é garantir que as pessoas idosas possam viver com dignidade, autonomia e realização – em todas as áreas da vida.

Referências

AOK-Krankenkasse (2025): Was bedeutet eine Sexualbegleitung für Menschen mit Behinderung? <https://www.aok.de/pk/magazin/familie/liebe-sexualitaet/sexualbegleitung-unterstuetzung-fuer-menschen-mit-behinderung/> (Zugriff 13.10.2025; 12:00 Uhr).

Blochwitz, Melanie (2024) Sexuelle Rechte im Alten- und Pflegeheim. Können Pflegeeinrichtungen von Angeboten der Sexualassistenz profitieren? Eine Untersuchung zur Umsetzung der sexuellen Rechte im Alten- und Pflegeheim. Masterarbeit 2024 Hochschule Merseburg https://repo.bibliothek.uni-halle.de/bitstream/1981185920/120898/1/BlochwitzMelanie_Sexuelle%20Rechte%20im%20Alten-%20und%20Pflegeheim.pdf (Zugriff 06.10.2025; 10:00 Uhr).

Döring, N. (2019). Sexualität in der Pflege. Zwischen Tabu, Grenzüberschreitung und Lebenslust. Aus Politik und Zeitgeschichte. Zeitschrift der Bundeszentrale für politische Bildung (APuZ). 69. Jahrgang, S. 24 – 30.

Grond, Erich (2011): Sexualität im alter. Was Pflegekräfte wissen sollten und was sie tun können.

Landwehr, Tobias und Paulsen, Gabriele (2017): Sexualassistent. Ist das jetzt Förderung der Prostitution oder Zuhälterei? Interview in „Die Zeit“, 9. Januar 2017, 20:14 Uhr: <https://www.zeit.de/wissen/gesundheit/2017-01/sexualassistent-spd-gruene-demenz-nessita-interview/komplettansicht> (Zugriff 07.10.2025; 15:00 Uhr).

Marienhausestiftung (Hrsg.) 2017: Konzept „Sexualität leben“ in den Senioreneinrichtungen der Marienhaus Stiftung. https://www.marienhaus.de/fileadmin/user_upload/01_Traeger/News/2023/02_Februar/Konzept_Sexualitaet_leben.pdf (Zugriff 07.10.2025; 15:00 Uhr).

Pro Familia (Hrsg.) (2005): Expertise: Sexuelle Assistenz für Frauen und Männer mit Behinderung. Frankfurt.

Pro Familia (2018). Hintergrund Sexuelle Vielfalt. In Sexualberatung und Sexualpädagogik im Kontext sexueller und reproduktiver Rechte. Pro Familia Bundesverband. Frankfurt.