

Idade, Sexualidade e Normas Sociais: Entre a Invisibilidade e a Mudança

Autora: Karina Hoßfeld, VNB Göttingen, Germany

Até aos dias de hoje, a idade e a sexualidade continuam intimamente ligadas a normas sociais, atribuições estereotipadas e tabus. As pessoas mais velhas são frequentemente vistas como assexuais ou definidas principalmente pelos seus papéis familiares, como o de avós. Tais noções encontram-se não só no discurso quotidiano, mas também nas representações dos meios de comunicação social e nas estruturas institucionais, como nas instituições de saúde e de cuidados prolongados. No entanto, há muito que se sabe que a sexualidade não é um domínio exclusivo da juventude e que a sexualidade na velhice não é um fenómeno marginal, mas sim parte da construção ao longo da vida da identidade e das relações (ver Heinemann & Kalbermatten 2017; OMS 2006).

Para compreender por que razão a sexualidade na velhice permanece frequentemente invisível ou parece invulgar, é útil examinar as normas sociais. Estas normas moldam as perceções sobre o que é considerado apropriado, normal ou desviante e, assim, influenciam tanto as escolhas de vida individuais como as práticas institucionais.

As normas como orientação social — e como expressão de processos históricos

As normas sociais estruturam as expectativas da sociedade e servem de orientação para a coexistência social. Definem quais os comportamentos considerados adequados, desejáveis ou desviantes, contribuindo assim para a estabilização da ordem social (Popitz 2006, p. 11 e seguintes; Dimbath 2020, p. 211 e seguintes).

Ao mesmo tempo, limitam o âmbito de ação e influenciam as perceções, as avaliações e as autoimagens. As normas não operam exclusivamente através de leis ou regulamentos formais; são também transmitidas através da educação, dos meios de comunicação social, da religião, da ciência, das relações sociais e das tradições culturais.

A eficácia das normas sociais é particularmente evidente nas áreas do género, da sexualidade e da idade. Estes temas estão intimamente ligados a conceitos morais, valores culturais e expectativas sociais. Por exemplo, as normas influenciam as ideias sobre como as mulheres e os homens devem viver, que formas de união recebem reconhecimento social ou que comportamento é considerado adequado em determinadas fases da vida.

Numa perspetiva das ciências sociais, o género, a sexualidade e a idade não são entendidos exclusivamente como factos biológicos. Trata-se, antes, de categorias sociais cujo significado emerge no seio de contextos históricos, culturais e institucionais. O termo «género», por exemplo, refere-se a papéis, expectativas e atribuições socialmente construídos, associados a corpos e identidades. A idade, também, não é vista apenas como um processo biológico, mas como uma fase da vida socialmente estruturada, ligada a direitos, obrigações e modelos de comportamento específicos.

No entanto, as normas não são grande coisa imutáveis. Surgem através de processos históricos de negociação e mudança, sob a influência de desenvolvimentos sociais, movimentos sociais, descobertas científicas e decisões políticas. A história da Europa desde o fim da Segunda Guerra Mundial, em particular, ilustra vividamente até que ponto as noções sociais de género e sexualidade podem mudar profundamente.

Mudanças sociais desde o período do pós-guerra

Na década de 1950, em muitos países europeus predominavam noções relativamente rígidas sobre a família, os papéis de género e a sexualidade. O casamento entre um homem e uma mulher era considerado a norma social; a sexualidade era entendida principalmente no contexto do casamento e da procriação; e os papéis de género tradicionais definiam a relação entre os sexos. A homossexualidade era criminalizada em muitos locais ou fortemente estigmatizada pela sociedade, e os estilos de vida alternativos permaneciam, em grande parte, invisíveis.

Com as agitações sociais das décadas de 1960 e 1970, este panorama começou a mudar. As chamadas revoluções sexuais, os movimentos feministas e os movimentos pelos direitos civis desafiaram as normas existentes. As reivindicações de autodeterminação sexual, igualdade e liberdade individual levaram a uma análise cada vez mais crítica das noções tradicionais de género e sexualidade. Nas décadas que se seguiram, muitos países europeus descriminalizaram os atos homossexuais, reconheceram legalmente as uniões entre pessoas do mesmo sexo e assistiram a uma crescente aceitação social da diversidade sexual e de género.

Estes desenvolvimentos mostram que as normas sociais não são nem naturais nem permanentemente fixas. O que hoje é amplamente dado como certo pode ter sido considerado inadequado, moralmente repreensível ou mesmo punível por lei nas gerações anteriores. Por outro lado, as normas atuais podem ser renovadas e alteradas no futuro. As normas têm, assim, um duplo efeito: estruturam a vida social e, ao mesmo tempo, podem ser objeto de mudança social.

A sexualidade na terceira idade como resultado das perceções sociais sobre o envelhecimento

Esta perspetiva é fundamental para compreender a sexualidade na terceira idade. No discurso público, a sexualidade é frequentemente associada à juventude, à atratividade física e ao desempenho sexual. Em contrapartida, existem perceções sobre o envelhecimento que associam principalmente o avanço da idade ao declínio físico, à doença ou à dependência. Isto dá origem à suposição generalizada de que as necessidades sexuais desaparecem com a idade ou se tornam menos significativas na terceira idade. No entanto, esta noção não é um dado da natureza. Trata-se, antes, de uma imagem socialmente construída do envelhecimento, baseada em normas específicas e expectativas culturais. A questão de saber quais as necessidades que os idosos podem ter e que comportamentos são considerados adequados à idade é significativamente influenciada pelas atribuições da sociedade. Isto cria frequentemente tensões entre as necessidades individuais e as expectativas sociais.

A suposição de que as necessidades sexuais desaparecem geralmente com o avanço da idade não é corroborada pela investigação. Pelo contrário, estudos em gerontologia e sexologia mostram que os desejos de proximidade, intimidade e autodeterminação sexual persistem mesmo na velhice. As formas de expressão sexual mudam frequentemente ao longo da vida, mas não desaparecem necessariamente. A sexualidade abrange muito mais do que os atos sexuais. Inclui também a proximidade emocional, a ternura, o contacto físico, o sentimento de pertença e a identidade pessoal. A noção generalizada de «asexualidade na velhice» pode, portanto, ser entendida mais como uma expressão das normas sociais relativas ao envelhecimento do que como um facto empiricamente comprovado (ver Heinemann & Kalbermatten 2017; Kruse 2017).

Narrativas culturais e expectativas sociais

As percepções sobre a velhice são, em grande medida, moldadas por narrativas culturais (ver Matuszkiewicz 2017). Em muitas sociedades ocidentais, a juventude está associada à atratividade, à vitalidade e à atividade sexual. A velhice, em contrapartida, é frequentemente vista como uma fase da vida marcada pelo isolamento ou pela perda. Tais narrativas influenciam não só as percepções sociais, mas também a autopercepção dos idosos. As expectativas sociais sobre como se devem comportar numa determinada idade são internalizadas na sua autoimagem. Isto pode levar a sentimentos de insegurança quando as necessidades pessoais divergem das expectativas sociais. As mulheres idosas, em particular, enfrentam frequentemente uma dupla invisibilidade, uma vez que entram em jogo padrões de beleza e atratividade relacionados com a idade e específicos de género (Hausbichler e Kruckenhauser 2024). Ao mesmo tempo, as realidades vividas pelos idosos queer ou pelos idosos com deficiência são frequentemente ignoradas.

A representação da idade e da sexualidade nos meios de comunicação social

Os meios de comunicação desempenham um papel significativo na transmissão e no reforço das normas sociais. Os filmes, as séries de televisão, a publicidade e as redes sociais moldam as percepções sobre quais os corpos considerados atraentes e quais as formas de sexualidade que são tornadas visíveis. Nas representações dos meios de comunicação social, as pessoas idosas são frequentemente ou totalmente ignoradas como seres sexuais, ou reduzidas a papéis estereotipados. Aparecem como avós carinhosos, pessoas que necessitam de cuidados ou personagens humorísticas e excêntricas. Consequentemente, a sexualidade na terceira idade é frequentemente retratada como surpreendente ou invulgar, enquanto os corpos jovens continuam a servir de padrão de atratividade para a sociedade.

A escassez de representações realistas e diversificadas da sexualidade na terceira idade dá a impressão de que esta quase não desempenha qualquer papel na sociedade ou é meramente uma exceção. Esta forma de invisibilidade não é, de forma alguma, neutra. O que está ausente das imagens e narrativas públicas muitas vezes não é percebido como uma parte natural da realidade social. Desta forma, a sexualidade é implicitamente associada à juventude, à atratividade física e ao desempenho sexual, enquanto a terceira idade é situada fora destas noções. As representações nos meios de comunicação social contribuem, assim, para reforçar as normas existentes relativas ao corpo, à idade e à sexualidade. Em consequência, a diversidade das realidades sexuais dos idosos permanece em grande parte invisível. Tais imagens não só influenciam as atitudes do público, como também permeiam a prática profissional. Podem moldar a compreensão dos profissionais de cuidados, aconselhamento ou educação de adultos e, muitas vezes inconscientemente, reproduzem as normas existentes relativas à idade e à sexualidade nestes domínios. A importância dos estereótipos mediáticos estende-se, assim, para além das percepções individuais. Estes influenciam as expectativas familiares, as rotinas institucionais e os debates sociais sobre quais as formas de sexualidade consideradas normais ou adequadas. A sexualidade na velhice raramente é explicitamente questionada; pelo contrário, a sua marginalização ocorre frequentemente de forma indireta, através da falta de visibilidade e da incapacidade de abordar a questão na sociedade. É precisamente esta forma subtil de exclusão que ajuda a perpetuar a noção de que o envelhecimento e a sexualidade são fundamentalmente incompatíveis entre si. Neste contexto, uma análise crítica das representações mediáticas do envelhecimento e da sexualidade assume uma importância central. O trabalho educativo de

reflexão sobre as normas pode ajudar a expor representações estereotipadas, a questionar as suas origens sociais e a abrir perspetivas alternativas. Isto pode tornar possível reconhecer a sexualidade na velhice como uma parte natural das histórias de vida humanas e como uma expressão de autodeterminação, de relações e de qualidade de vida.

Neste contexto, o trabalho educativo que reflete sobre as normas significa não tomar como certas as noções sociais de idade, género e sexualidade, mas sim tornar visíveis as suas origens históricas, os seus efeitos e o seu potencial de mudança. Só através desta reflexão é que as imagens estereotipadas do envelhecimento podem ser contestadas e abertos espaços nos quais as pessoas idosas possam viver a sua sexualidade de forma autodeterminada e sem desvalorização social.

Estigmatização e práticas institucionais

O tabu social em torno da sexualidade na terceira idade também afeta os contextos profissionais. Em instituições de cuidados prolongados, centros de aconselhamento ou no sistema de saúde, a sexualidade nem sempre é vista como uma componente natural da qualidade de vida. Consequentemente, as necessidades de proximidade, parceria e intimidade são frequentemente ignoradas.

Muitos profissionais têm apenas oportunidades limitadas de formação e formação contínua nesta área. A isto acrescentam-se as incertezas na abordagem das necessidades sexuais dos idosos, particularmente quando estão envolvidas questões como a demência, a necessidade de cuidados ou a diversidade sexual. Muitas vezes, faltam diretrizes ou quadros institucionais que permitam uma abordagem profissional e sensível.

Consequentemente, as necessidades sexuais dos idosos permanecem invisíveis ou são predominantemente percebidas como um problema. Uma abordagem centrada na pessoa e orientada para os direitos humanos, no entanto, exige o reconhecimento da autodeterminação sexual como parte da qualidade de vida e da dignidade.

Implicações para a educação e os cuidados

Para os profissionais da educação, do aconselhamento e dos cuidados, isto implica a tarefa de refletir criticamente sobre as normas sociais e as perceções da sociedade relativamente ao envelhecimento. Isto inclui examinar as próprias noções de idade, género e sexualidade, bem como criar espaços onde a intimidade, a parceria e as necessidades sexuais possam ser discutidas.

Além disso, os programas educativos devem destacar as imagens estereotipadas do envelhecimento e abordar as suas origens históricas. A consciência de que as normas sociais estão sujeitas a mudanças abre oportunidades para desafiar os tabus existentes e desenvolver novas perspetivas sobre o envelhecimento. Em instituições de cuidados prolongados, as diretrizes, a formação contínua e condições-quadro adequadas podem ajudar a reforçar a privacidade e a autodeterminação dos idosos.

Conclusão

A história das normas sociais mostra que as noções de género, sexualidade e idade não são nem naturais nem imutáveis. Surgem através de processos históricos, são negociadas socialmente e estão sujeitas a mudanças. Os desenvolvimentos ocorridos desde o período do pós-guerra, em particular, ilustram até que ponto as noções sociais de normalidade podem mudar profundamente.

No que diz respeito à abordagem da sexualidade na terceira idade, isto significa questionar criticamente os pressupostos que são dados como certos. Quando a sexualidade é entendida como uma componente da identidade humana ao longo de toda a vida, o foco desloca-se das deficiências ou dos limites de idade para a diversidade dos percursos de vida individuais. A reflexão sobre as normas sociais pode, assim, dar um contributo importante para quebrar imagens estereotipadas do envelhecimento e promover a autodeterminação sexual dos idosos.

Os resultados obtidos até à data no âmbito do projeto «Never Gets Old» (2024–2026) mostram que as noções normativas sobre o envelhecimento e a sexualidade continuam a prevalecer em todos os países participantes. Ao mesmo tempo, ilustram que as atitudes sociais estão em processo de mudança. As iniciativas educativas, em particular, podem apoiar esta mudança, incentivando a reflexão sobre as normas sociais e contribuindo para a visibilidade de percursos de vida diversificados na velhice.

Referências

Dimbath, Oliver (2025): Social Norm. In: <https://www.socialnet.de/lexikon/Soziale-Norm>

Dimbath, Oliver (2020): Introduction to Sociology. 4th ed. Paderborn: Fink/UTB.

Feldmann, Milena; Wazinski, Karla; Wanka, Anna (2025): Intersectional Perspectives on Age(ing) and Gender in Social Work

Hausbichler, Beate; Kruckenhauser, Pia (2024): How the Persistent Combination of Ageism and Sexism Makes Women Invisible. In: DerStandard <https://www.derstandard.at/story/3000000235598/zu-alt-f252r-fast-alles>

Heinemann, Anja; Kalbermatten, Urs (Eds.) (2017). Sexuality in Old Age. A Handbook for Nursing and Healthcare Professionals. Bern: Hogrefe.

Kruse, Andreas (2017): The Life Stage of Old Age. Heidelberg: Springer.

Matuszkiewicz, Kai (2017): "Who Creates the Story? Media and Personal Narratives in Digital Games." In: Conrad, Maren; Schmidtke, Theresa; Stobbe, Martin (eds.): Digital Contexts. Literature and Computer Games in Contemporary Society. Special Issue #2 of Textpraxis. Digital Journal of Philology (2.2017). URL: <http://www.uni-muenster.de/Textpraxis/kai-matuszkiewicz-wer-erzeugt-die-geschichte>, DOI: <http://dx.doi.org/10.17879/61269492200>.

Plummer, Kenneth (1995). Telling Sexual Stories: Power, Change, and Social Worlds. London/New York: Routledge.

Popitz, Heinrich (2006): Social Norms. Frankfurt am Main: Suhrkamp.

Somers, Margaret R. (1994). The Narrative Constitution of Identity: A Relational and Network Approach. Theory and Society, 23(5), 605–649.

World Health Organization (WHO) (2006). Defining Sexual Health. Report of a Technical Consultation on Sexual Health.