



Cofinanciado pela
União Europeia



Inter-Generational
Gender & Sexuality
Education



Anos (Não) Esquecidos: Perspetivas Geracionais sobre Sexualidade, Género e Diversidade na Terceira Idade

Resultados dos Grupos Focais e Sessões de Diálogo Intergeracional

fevereiro de 2026



Verein Niedersächsischer
BILDUNGSINITIATIVEN e.V.
| Geschäftsstelle Göttingen |



SOCIETATEA ROMÂNĂ
ALZHEIMER





Índice

Introdução

Visão Geral do Projeto

Público-Alvo

Conquistas e Metodologia: Implementação de Eventos em Diversos Países

Resultados dos Grupos Focais: Temas e Perspetivas

Configuração e Metodologia da Sessão

Participantes em Todos os Países Parceiros

Temas Comuns: Uma Narrativa Europeia Partilhada

Perspetivas Divergentes: Nuances Culturais e Históricas

Limitações e Feedback

Sessões de Diálogo Intergeracional: Trocas e Reflexões

Metodologia de *Encontros Rápidos*

Participantes em Todos os Países Parceiros

Resultados: Temas Comuns

Tópicos Divergentes e Curiosidades Nacionais

Momentos-Chave de Descoberta!

Limitações e Feedback

Conclusões Finais

Principais Conclusões

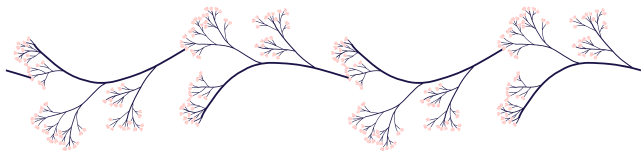
Recomendações para Profissionais

Próximos Passos

Contactos

Website e Redes Sociais





Introdução

Visão Geral do Projeto

O projeto "Never Gets Old – Inter-Generational Gender and Sexuality Education" é um projeto de cooperação Erasmus+ Europeu que aborda a persistente invisibilidade da sexualidade, do género e da diversidade na terceira idade. Apesar do envelhecimento demográfico em toda a Europa, a sexualidade e a intimidade na terceira idade continuam envoltas em silêncio, estigma e preconceitos etários. O projeto promove abordagens inclusivas, baseadas em evidências e intergeracionais que reconhecem a sexualidade e a identidade como dimensões do bem-estar humano ao longo da vida. Os seus principais objetivos são desafiar estereótipos, reforçar competências profissionais, capacitar os idosos para expressarem as suas necessidades e desenvolver recursos educativos práticos, nomeadamente o Manual AgeWise, que apoia práticas inclusivas e centradas na pessoa nos setores da educação de adultos, dos cuidados de saúde e dos serviços sociais.

Parceiros do Projeto

O projeto é implementado por seis organizações parceiras da Alemanha, Roménia, França, Chipre e Portugal, reunindo experiência em educação de adultos, promoção da saúde, inclusão social, defesa dos direitos LGBTQI+, pesquisa e trabalho comunitário com idosos. Essa parceria combina perspectivas académicas, da sociedade civil e práticas, promovendo a aprendizagem transnacional e a troca de boas práticas ao abordar o envelhecimento, a sexualidade e a diversidade em diferentes contextos culturais e institucionais. Para saber mais sobre os objetivos e parceiros do projeto, [clique aqui!](#)

[Clique no logotipo](#) para saber mais sobre cada organização parceira.



Verein Niedersächsischer
BILDUNGSINITIATIVEN e.V.
| Geschäftsstelle Göttingen |



SOCIETATEA ROMÂNĂ
ALZHEIMER





Público-Alvo

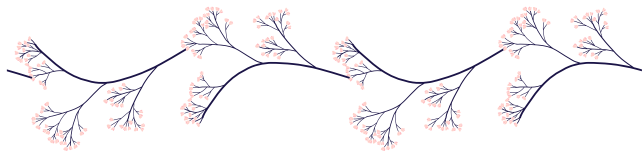
O projeto se destina principalmente a educadores de adultos, profissionais de saúde, assistentes sociais e organizações que trabalham com pessoas mais velhas, capacitando-os com conhecimento, confiança e ferramentas para abordar a sexualidade e a diversidade na terceira idade de forma inclusiva e respeitosa. Ao mesmo tempo, os próprios idosos constituem um grupo-alvo central, tanto como participantes em grupos focais e sessões de diálogo intergeracional quanto como cocriadores do conhecimento que fundamenta os resultados do projeto. É dada atenção especial a grupos vulneráveis, incluindo idosos LGBTQI+ e idosos que vivenciam isolamento social ou declínio cognitivo. Grupos-alvo indiretos incluem responsáveis políticos, instituições de formação e a comunidade em geral que podem contribuir para a promoção de práticas inclusivas a nível sistémico.



Conquistas e Metodologia: Eventos Implementados em Diversos Países

Durante a primeira fase de implementação, os parceiros organizaram um total de **10 grupos focais nacionais**, envolvendo 25 participantes, e **8 Sessões de Diálogo Intergeracional (IDS)**, com a participação de 119 pessoas na Alemanha, Roménia, França, Chipre e Portugal.

Os grupos focais tiveram como objetivo explorar percepções, experiências e barreiras relacionadas com a sexualidade, género e envelhecimento entre profissionais e membros dos Grupos Nacionais de Consulta de Partes Interessadas da Terceira Idade (NSSCGs). As sessões do IDS, estruturadas por meio de diálogo facilitado e formatos interativos, como discussões guiadas e encontros rápidos, criaram espaços seguros para conversas intergeracionais significativas entre idosos e profissionais. Reflexões pré e pós-sessão, feedback qualitativo e observação apoiaram a coleta de dados. Juntas, essas atividades geraram insights valiosos que formam a base deste relatório, o **Guia do IDS** e o alicerce para o desenvolvimento do **Manual AgeWise** e das atividades subsequentes do programa Never Gets Old.



Resultados dos Grupos Focais: Temas e Perspetivas

Os grupos focais do projeto "Never Gets Old", realizados **entre março e junho de 2025**, envolveram com sucesso um grupo diversificado de pessoas mais velhas e profissionais de saúde na Alemanha, Roménia, França, Chipre e Portugal. Embora o projeto tenha sido inicialmente direcionado a indivíduos com 60 anos ou mais, a faixa etária dos participantes foi mais ampla, abrangendo desde **meados dos 40 anos até mais de 80 anos**. Essa diversidade permitiu que o projeto captasse perspetivas não apenas daqueles que já estão na terceira idade, mas também daqueles que estão em transição para essa fase da vida.

Configuração e Metodologia da Sessão

As sessões foram concebidas como espaços seguros para facilitar o diálogo aberto sobre temas sensíveis como intimidade e identidade sexual. A maioria dos países utilizou um guia de moderação semiestruturado com foco em temas centrais: imagens sociais do envelhecimento, sexualidade na terceira idade e experiências nos sistemas de saúde.

Para garantir conforto e acessibilidade, os parceiros implementaram diversos formatos:

- **Ambiente físico:** As sessões foram realizadas em locais familiares, como salas de grupo com vista para o jardim (Alemanha), um centro comunitário (França) ou até mesmo na casa do participante (Chipre).
- **Inclusão híbrida e digital:** Vários parceiros (Alemanha, Roménia, Portugal) ofereceram participação online via Zoom para aqueles com problemas de mobilidade ou conflitos de horário.
- **Recolha de dados:** Com consentimento prévio, as sessões foram gravadas em vídeo e áudio para análise temática e também utilizadas para criar um vídeo de resumo.



Participantes em Todos os Países Parceiros

O processo de recrutamento variou de país para país, frequentemente aproveitando redes existentes para alcançar grupos específicos:

Alemanha: Alcançaram 9 participantes através de uma combinação de discussão em grupo (4 participantes) e entrevistas individuais (5 participantes). O grupo incluía professores aposentados e profissionais de enfermagem com diversas orientações sexuais.

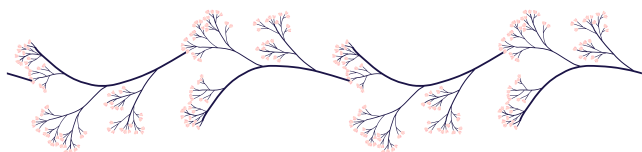
Roménia: Organizaram um grupo focal presencial com 5 participantes e uma sessão online adicional para um participante que não pôde comparecer ao encontro presencial. As sessões incorporaram as contribuições de um psicólogo de uma associação nacional de apoio à comunidade LGBT.

França: Realizaram quatro atividades em Bordéus, incluindo uma discussão em grupo, um workshop intitulado "Sexualidade, Género e Diversidade entre Idosos" e duas entrevistas individuais. O recrutamento teve como alvo específico idosos LGBTQ+ para garantir que as suas vozes, muitas vezes marginalizadas, fossem o foco principal.

Chipre: Foram recrutados 3 participantes, incluindo um casal heterossexual na faixa dos 75 anos e uma mulher trabalhadora na faixa dos 65 anos. Foram observadas dificuldades no recrutamento de participantes LGBTQ+ devido aos altos níveis de estigma local.

Portugal: Realizaram duas sessões de grupo focal para garantir um mínimo de 5 participantes, envolvendo, em última análise, indivíduos na faixa dos 60 anos que se identificavam como ativos e autónomos.





Resumo dos Dados de Participação nos Grupos Focais

País	Nº	Faixa Etária	Formatos utilizados	Perfis dos Participantes
	9	49–75	Discussão em grupo, três entrevistas (presencial e online)	Professores reformados, profissionais de enfermagem, especialistas em saúde (LGBTQ+ e heterossexuais)
	6	28–82	Discussão em grupo, uma entrevista com um especialista (online)	Psicoterapeuta em formação, veterinária reformada, enfermeira, gerontóloga, psicóloga
	8	67–79	Discussão em grupo, workshop, duas entrevistas (presenciais)	Ativista da saúde sexual e inclusão, médica aposentada, forte representação de idosos LGBTQ+
	3	65–72	Discussão em grupo, uma entrevista (presencial)	Casal heterossexual, mulher trabalhadora
	3	45–62	Discussão em grupo (online), uma entrevista (presencial)	Assistentes sociais, educadores, idosos ativos, mães/avós solteiras
Total	29	28–82	Modalidade mista: presencial, online e entrevistas.	Diversidade: LGBTQ+, Profissionais, Casais



Resultados: Temas e Perspetivas

Os grupos focais serviram como uma primeira imersão nas realidades vividas por adultos mais velhos em diferentes contextos europeus. Ao envolver os participantes em ambientes seguros e reflexivos, o projeto revelou as complexas paisagens emocionais e sociais do envelhecimento. Os resultados revelam uma geração que muitas vezes se sente "presa" entre dois mundos: um passado marcado por rígidos tabus morais e um presente que celebra a juventude enquanto torna o corpo envelhecido invisível. Em todos os relatos, emergiu uma mensagem clara: a sexualidade e a identidade não têm prazo de validade, mas a liberdade de expressá-las é frequentemente sufocada por estereótipos sociais e negligência institucional.

País	Principais Áreas Temáticas Identificadas
Alemanha	Mudanças na imagem do envelhecimento; Sexualidade e dimensões do idadismo Tabus institucionais (saúde/enfermagem); Envelhecimento queer e "dupla exclusão"; Invisibilidade da sexualidade e rebeldia contra as normas; Influência da religião, dos media e das normas sociais.
Roménia	Direitos e autonomia na terceira idade; Preconceito contra novos relacionamentos dos pais; Marcos morais e religiosos (sexo como "pecado"); Barreiras institucionais e falta de privacidade; Desafios da comunidade LGBTQ+.
França	Intersecções complexas entre trauma histórico e intimidade; Evolução da identidade pessoal; Duplo isolamento e resiliência no envelhecimento LGBTQ+; Divisões intergeracionais e ativismo.
Chipre	Redefinir intimidade como proximidade emocional/companheirismo; Silêncio e constrangimento cultural; Falta de visibilidade LGBTQ+; Negligência do sistema de saúde.
Portugal	Educação sexual insuficiente; Envelhecimento como um processo emocional/físico; Mudanças sociais nos papéis de género; Envelhecimento ativo como empoderamento; Invisibilidade sexual e lacunas profissionais no atendimento.



Temas Comuns: Uma Narrativa Europeia Partilhada

A análise temática nos cinco países revela um forte consenso sobre as barreiras e aspirações dos adultos mais velhos em relação às suas identidades sexuais e de género. Esses cinco temas persuasivos ilustram uma luta europeia partilhada contra a invisibilidade e o desejo universal por dignidade na terceira idade.

A Redefinição da Intimidade

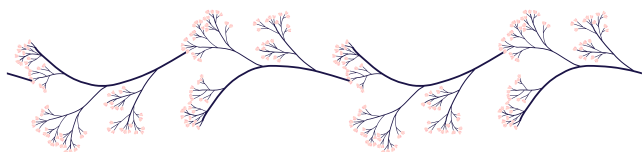
Em todos os grupos focais, os participantes mudaram o foco da conversa, deixando de se concentrar apenas no desempenho físico e adotando uma visão mais ampla e holística da sexualidade. Para muitos, a sexualidade na terceira idade é sinónimo de companheirismo, ternura e segurança emocional.

"Às vezes, é apenas a necessidade de companhia, de presença, de contato, de ter alguém ali em quem possamos confiar." Participante Portugal

"A sexualidade não se resumia tanto a atos físicos, mas sim a ser cuidado, sentir afeto e compartilhar conexões significativas." Participante Chipre

"Pode se tornar mais diverso, [...] as pessoas na terceira fase da vida tendem a ser mais abertas, mais relaxadas. Elas não precisam mais cumprir um objetivo [...]. E você pode entregar-se mais ao que emerge quando tiramos essa máscara."

Participante Alemanha



"Estou convencida de que ainda não há lugar para a sexualidade [...] quando você entra numa sala e surpreende as pessoas [num lar de idosos], elas são imediatamente repreendidas."

Participante França

O Culto à Juventude e a Pressão Estética

Existe um sentimento generalizado de que os media e a sociedade associam a desejabilidade sexual exclusivamente à juventude. Isso cria uma sensação internalizada de ser pouco atraente ou ultrapassado como ser íntimo.

"A ideia é que a geração mais velha seja pouco atraente [...] e que isso prejudicaria a experiência sexual, e acho que essa é uma ideia fundamentalmente equivocada."

Participante Alemanha

Invisibilidade Institucional e Infantilização

Um tema recorrente e persuasivo é o apagar da identidade sexual nos contextos de saúde e enfermagem. Participantes de diferentes países descreveram um sistema que frequentemente os trata como crianças, efetivamente "excluindo-os" dos seus próprios corpos adultos.

"Você entrega a sua sexualidade na porta... você não tem sexualidade. [...] As enfermeiras dizem: 'Não é para isso que você está aqui' e praticamente expulsam-me do meu próprio corpo."

Participante Alemanha





A Necessidade de Proatividade Profissional

Os participantes concordaram unanimemente que os profissionais de saúde devem quebrar o silêncio. Expressaram o desejo de que médicos e cuidadores iniciem conversas sobre bem-estar sexual como parte integrante das avaliações de saúde.

"Os preconceitos são frequentemente internalizados pelos próprios idosos, levando-os a comportarem-se de acordo com o que acreditam ser esperado, em vez de acordo com os seus desejos genuínos."

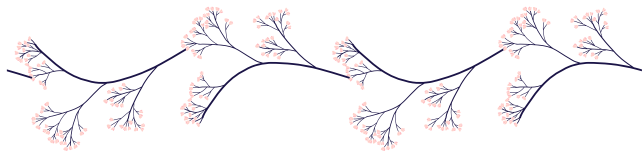
Participante Roménia

"Acho que eles [os profissionais de saúde] estão lá para ajudar, não para julgar." Participante Portugal

"Os médicos deveriam perguntar ocasionalmente: 'Como está a sua vida sexual?'" "A sexualidade deveria ser simplesmente um assunto que pode ser discutido abertamente."

Participantes Alemanha





Empoderamento através da Narrativa

Apesar das barreiras, muitas pessoas mais velhas consideraram o ato de se expressarem extremamente libertador. Participarem no projeto permitiu que eles resgassem narrativas que haviam sido suprimidas por décadas.

"Estou aqui a falar, nunca falei sobre estas coisas antes [...] Obrigada por me deixarem participar."
Participante Portugal

"[...] ocorreu uma mudança e a geração mais velha [...] eu acho que já está a falar por si mesma e sobre si mesma."
Participante Alemanha



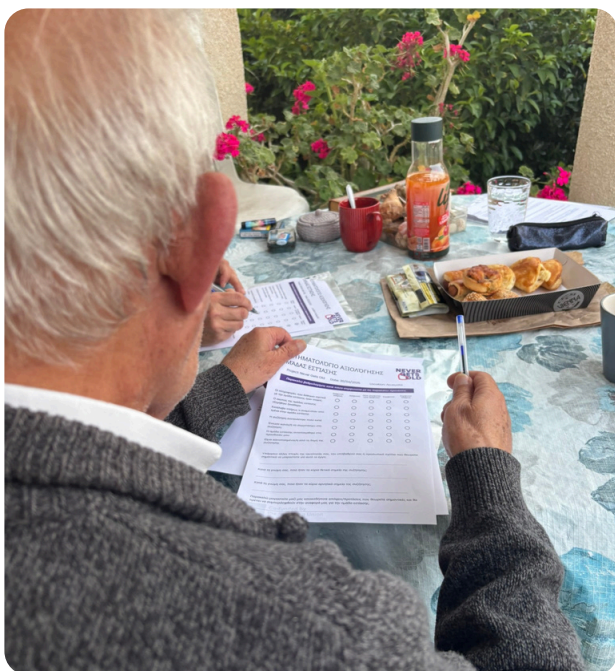
Perspetivas Divergentes: Nuances Culturais e Históricas

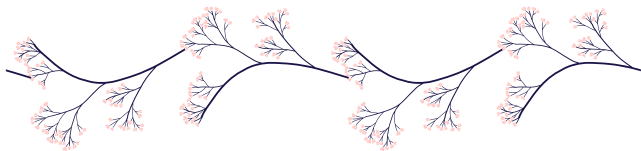
Embora as semelhanças sejam fortes, os resultados também mostraram algumas diferenças na forma como o envelhecimento e a sexualidade são abordados, dependendo da história nacional, da influência religiosa e da abertura social.

O Peso da Religião vs. a Rebelião Secular

Nalguns países, a expressão sexual ainda é fortemente filtrada por uma ótica moral ou religiosa, enquanto noutros, é vista como uma extensão da liberdade política e pessoal.

- **Perspetiva Romena:** As discussões são frequentemente limitadas por estruturas "arquitónicas" ou tradicionais, onde a sexualidade ainda é vista como um tabu ou potencialmente um pecado. As discussões abordaram como a geração mais jovem (os próprios filhos dos participantes) muitas vezes agem como uma polícia moral, impedindo os adultos mais velhos de procurarem novos relacionamentos. Isso gerou um debate sobre o direito à vida privada versus as expectativas familiares tradicionais.
- **Perspetiva Alemã:** Muitos participantes relacionaram a sua atual autonomia sexual às lutas pela liberdade político-sexual da década de 1970, encarando o envelhecimento como uma forma de rebelião contínua contra as normas conservadoras.





Visibilidade do Envelhecimento LGBTQ+

A presença, ou ausência, de vozes LGBTQIA+ marcou uma diferença importante na cobertura jornalística nacional, refletindo a segurança e o nível de progresso em diferentes regiões.

- **Perspetiva Franco-Alemã:** Os resultados apontaram para um "duplo isolamento" ou "dupla exclusão" (ser idoso e queer), mas incluem ativamente essas vozes como centrais para o projeto.
- **Perspetiva Cipriota:** Observou-se uma ausência; nenhum indivíduo LGBTQ+ participou dos eventos e pareceu difícil entrar em contacto com eles, refletindo uma cultura onde assumir a homossexualidade na idade adulta ainda está associado a estigma e medo.

Idadismo Internalizado vs. Envelhecimento Ativo

A reação emocional ao envelhecimento do corpo variou da autodiscriminação a uma abordagem proativa em relação ao estilo de vida.

- **Perspetiva Portuguesa:** Foi dada uma ênfase especial aos desafios de ver o próprio corpo mudar.
- **Perspetiva Alemã:** Por outro lado, os participantes frequentemente se sentiam mais jovens do que sua idade cronológica e desafiavam a barreira dos 60 anos.

"O meu pai era velho aos 50 anos. E se você vir alguém com 50 anos hoje em dia, essa pessoa não é velha."

Participante da Alemanha

"Como lésbica e reformada, sinto-me 'excluída' duas vezes."

Participante da Alemanha

"Falo de mim mesma, que me olho no espelho e começo a ver coisas de que não gosto [...] Eu discrimino contra mim própria."

Participante Portugal



O Conceito de *Família Escolhida*

As diferenças culturais nas estruturas familiares influenciam a forma como os adultos mais velhos veem suas redes de apoio.

- **Perspetiva Francesa:** Deu-se grande ênfase às famílias escolhidas – amigos de longa data que substituem os parentes biológicos – especialmente entre os homens gays da geração mais velha, que muitas vezes não têm filhos.
- **Perspetiva Romena:** O foco permaneceu mais nas dinâmicas familiares tradicionais e nos preconceitos que os filhos têm em relação aos pais que encontram novos parceiros íntimos.

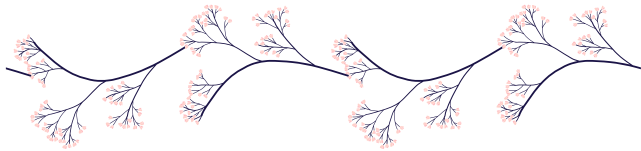


"Para os homens gays desta geração, ter filhos era muito mais raro. Essa é uma grande diferença, porque quando você está sozinho sem filhos, isso costuma ser uma grande fonte de isolamento."
Participante França

Acesso ao Conhecimento e à Educação

A lacuna percebida na educação varia desde a falta de terminologia até a rejeição dos padrões de desempenho modernos.

- **Perspetiva Portuguesa:** Observou-se uma falta sistemática de educação sexual desde a infância até à idade adulta, o que leva a mitos que perduram por toda a vida.
- **Perspetiva Alemã:** Criticou-se a influência dos media na sexualidade, argumentando que as definições modernas são muito "focadas no orgasmo" e não levam em conta os toques carinhosos valorizados na fase posterior da vida.



"A sociedade precisa investir mais neste tema; mostrar às pessoas que isto não é maldade. Não é pecado. Que é algo natural." "Porque, sejamos francos, o que acontece é o seguinte: você tem uma aula de biologia e aprende sobre o corpo humano, mas quem fala abertamente sobre sexualidade? [...] Contextualizando, cientificamente, não existe tal coisa [...] Então, você cresce com base no que pensa e no que ouve." Participantes Portugal

Do Trauma Histórico à Rebelião Biográfica

O grupo focal francês revela uma realidade profunda e frequentemente negligenciada: para muitos adultos mais velhos, a sexualidade não é um tema neutro, mas sim marcado por traumas históricos. A transição do silêncio para a revelação mostra que os bloqueios íntimos atuais são frequentemente resultado da falta de sistemas de apoio e de conceitos de consentimento durante as décadas de 1960 e 70.

"Hoje com 67 anos não consigo ter uma vida com um homem porque, assim que ele se aproxima demais, eu congelo."
Participante França



Limitações e Feedback

Em todos os países, **foram identificadas algumas limitações** que fornecem um contexto importante para as conclusões.

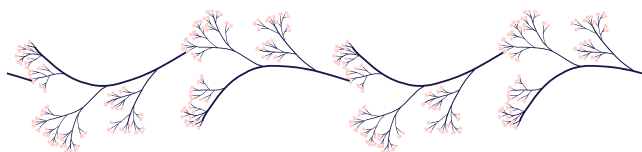
- Embora forneça informações qualitativas, o tamanho geral da amostra é pequeno e não pode ser considerado representativo de toda a população idosa na Europa.
- Alguns participantes já possuíam um nível básico de experiência profissional com o tema da sexualidade. Isso significa que indivíduos que vivenciam um profundo isolamento social ou aqueles com formação mais conservadora e não profissional podem estar sub-representados.
- Em alguns países, nenhum participante LGBTQ+ foi identificado devido ao estigma social persistente, enquanto noutros, o recrutamento por meio de redes pode ter excluído aqueles que não são assumidamente LGBTQ+ em suas comunidades.

O feedback dos participantes foi extremamente positivo, destacando o papel das sessões não apenas como uma atividade de pesquisa, mas também como uma importante válvula de escape social.

- Participantes de diversos países avaliaram consistentemente a clareza das informações, a moderação e a estrutura com nota 5/5.
- O feedback recebido enfatizou que o ambiente acolhedor e privado, juntamente com a condução respeitosa, permitiu que os participantes superassem a vergonha inicial e falassem abertamente.
- Combater o isolamento: Os participantes utilizaram as sessões para abordar o isolamento social, encarando o espaço tanto como um ambiente de pesquisa quanto como uma oportunidade social.
- Muitos participantes manifestaram grande interesse em continuar envolvidos com o projeto.

Conclusão

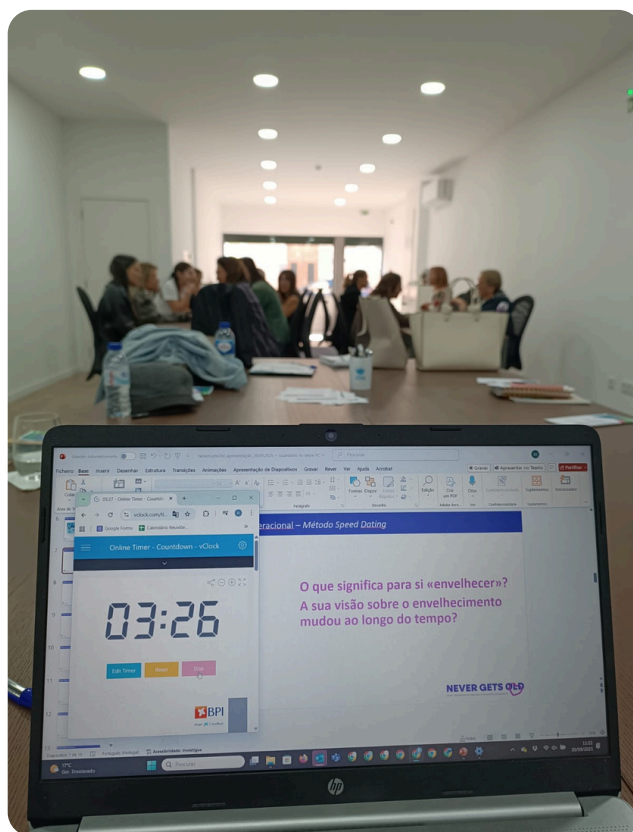
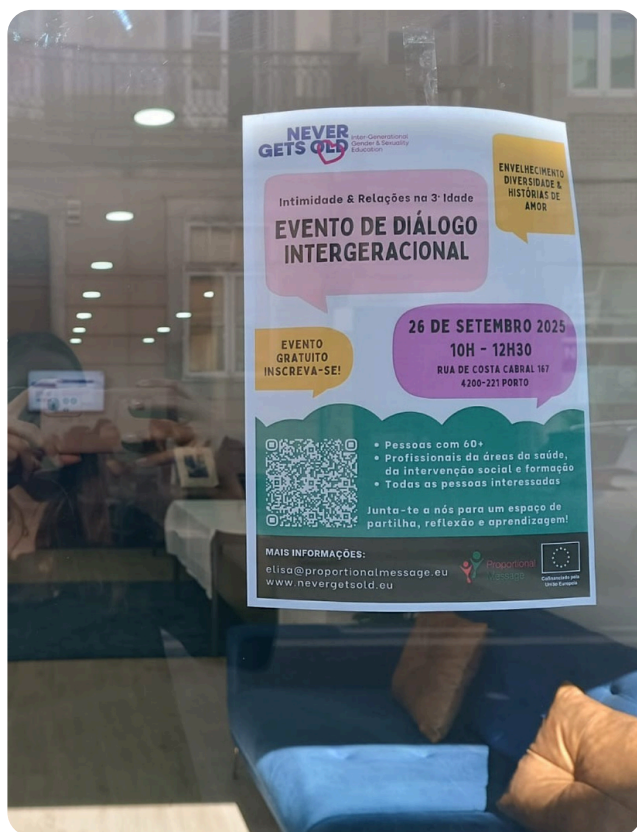
Os grupos focais demonstraram que, embora os adultos mais velhos em toda a Europa reivindiquem seu direito à intimidade e à identidade sexual, são frequentemente afetados pelo silêncio cultural, pela negligência institucional e pelo preconceito etário internalizado. A "barreira do som" da idade — muitas vezes percebida como sendo aos 60 anos — permanece um ponto em que a sociedade frequentemente opta por deixar de enxergar o indivíduo como um ser sexual. Para avançar, essas sessões destacaram que o empoderamento só pode ser alcançado se os serviços de saúde, as instituições de assistência e o discurso público criarem ativamente espaços onde a sexualidade na terceira idade seja reconhecida como parte integrante da qualidade de vida.



Sessões de Diálogo Intergeracional: Trocas e Reflexões

As Sessões de Diálogo Intergeracional (IDS), realizadas entre **setembro e novembro de 2025**, representaram uma fase dinâmica do projeto Never Gets Old, passando da reflexão individual para uma troca ativa e intergeracional. Essas sessões foram concebidas para romper o silêncio em torno da sexualidade e do envelhecimento, reunindo adultos mais velhos (*especialistas em experiência*) e pessoas mais jovens – principalmente estudantes da área da saúde e jovens profissionais (*especialistas em cuidados futuros*).

Utilizando a **Metodologia de Encontros Rápidos (Speed Dating)**, o IDS criou um laboratório social único onde os participantes puderam questionar seus próprios preconceitos em relação à idade. Os resultados em todos os países parceiros demonstram que, quando um espaço seguro e sem julgamentos é oferecido, as gerações estão ansiosas para aprender umas com as outras. Os diálogos revelaram que, embora os mais jovens frequentemente detenham o vocabulário "técnico" para a diversidade moderna, os adultos mais velhos oferecem uma profundidade biográfica que pode contribuir para transformar o cuidado profissional num apoio centrado na pessoa.



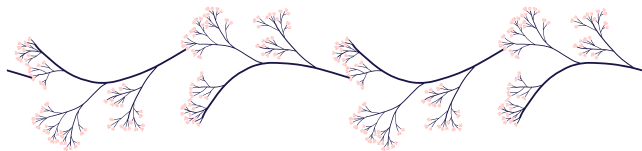


Metodologia de *Encontros Rápidos*

A metodologia dos *encontros rápidos* (*speed dating*) é um formato de diálogo interativo criado para facilitar conversas entre os participantes. No âmbito do projeto Never Gets Old, esse método foi adaptado para o IDS (Institute of Social Dating) a fim de incentivar a troca aberta de ideias entre idosos e profissionais sobre temas como envelhecimento, identidade, relacionamentos e sexualidade.

Os participantes envolveram-se numa série de conversas individuais curtas e guiadas, cada uma com duração fixa (e.g., 5 minutos), antes de passarem para um novo parceiro de diálogo. Perguntas orientadoras apoiaram a discussão, permitindo também a reflexão pessoal. Esse formato reduz as barreiras à participação, diminui a pressão associada a discussões em grupo e cria múltiplas oportunidades para que diversas perspetivas sejam ouvidas num ambiente seguro e respeitoso.

A abordagem de encontros rápidos (*speed dating*) mostrou-se particularmente eficaz para abordar temas sensíveis, pois promove a igualdade entre os participantes, incentiva a escuta ativa e permite a partilha de experiências sem necessidade de exposição ao grupo. Uma descrição detalhada da metodologia adaptada de encontros rápidos pode ser encontrada no **Guia IDS "Never Gets Old"**, que será publicado no [site do projeto](#).



Participantes em Todos os Países Parceiros

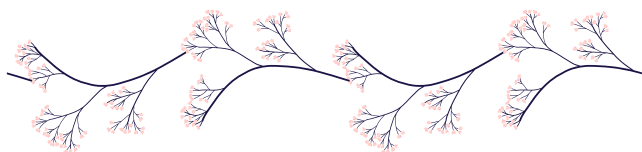
Na Alemanha, Roménia, França, Chipre e Portugal, foram organizados oito eventos do IDS, que contaram com a participação de **119 pessoas**. As sessões foram caracterizadas por uma grande diversidade de idades, variando de 18 a 88 anos, e por uma forte representação do setor da saúde.

- **Alemanha:** Foram realizadas duas sessões distintas. Uma, organizada pela *Verein Niedersächsischer Bildungsinitiativen e.V.*, teve como foco estudantes de enfermagem em Göttingen, muitos dos quais migrantes, o que acrescentou uma rica camada intercultural ao diálogo. A segunda, realizada pela *Freie Altenarbeit Göttingen e.V.*, fez parte dos Dias da Cultura Queer, promovendo especificamente um espaço seguro para o intercâmbio intergeracional LGBTQ+.
- **Roménia:** Projeto conduzido pela *Societatea Română Alzheimer* num centro de convivência para idosos, que promoveu o contacto entre os participantes e jovens médicos residentes especializados em psiquiatria e geriatria. Essa combinação clínico-social permitiu um questionamento direto da visão "medicalizada" do envelhecimento.
- **França:** A associação *Le Girofard* organizou uma sessão híbrida em Bordéus que reuniu idosos LGBTQ+ e profissionais médico-sociais. Atividades criativas de quebra-gelo, como desenhar o parceiro, foram utilizadas para reduzir as barreiras antes de abordar temas sensíveis.
- **Chipre:** Os *Learning Edge* promoveram o encontro entre adultos mais velhos e jovens profissionais de saúde, com foco em reduzir a lacuna entre o dever clínico e as necessidades emocionais dos idosos.
- **Portugal:** A *Proportional Message* realizou três sessões com um grupo misto de profissionais e idosos, focando na autorreflexão e na importância de abordagens lúdicas na educação, como discutir formatos de programas de jogos para abordar o tema dos brinquedos sexuais.



"Fiquei surpreso ao ver que até mesmo pessoas muito jovens têm dificuldade em falar abertamente sobre sexualidade." Participante Alemanha



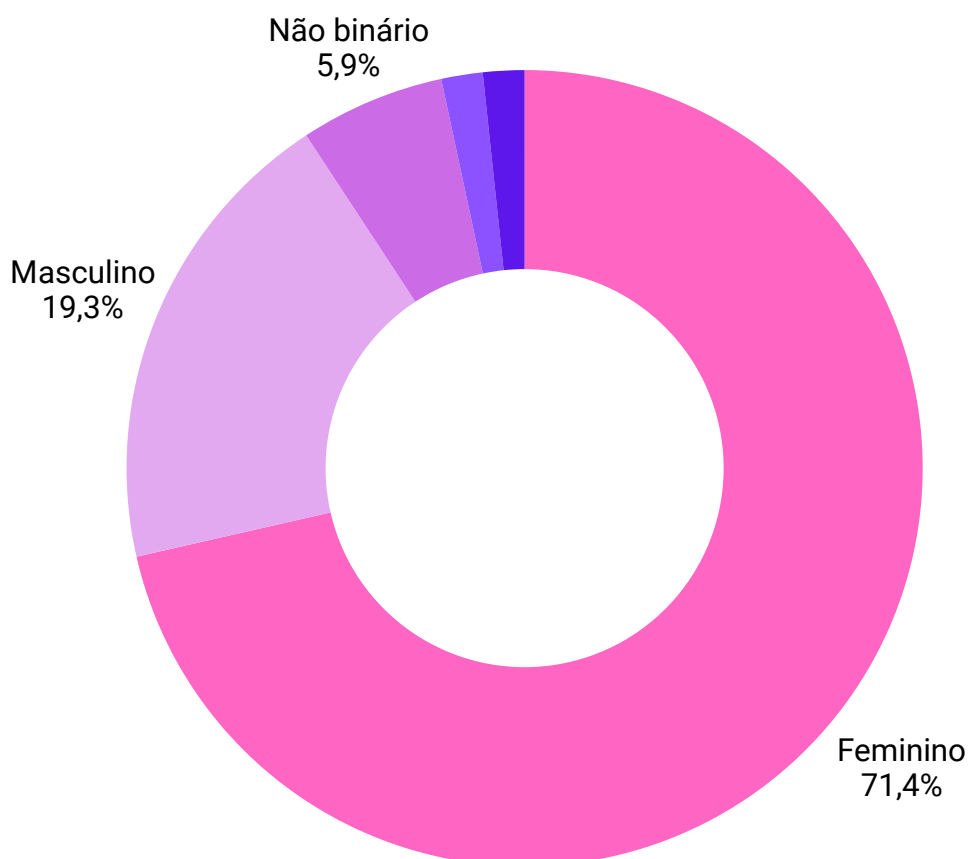


Resumo dos dados de participação no IDS

País	Nº	Faixa etária	Perfis dos principais participantes	Contexto/Ambiente
	16	29–75	Profissionais de saúde, migrantes	Escola profissional de enfermagem
	19	19–83	Diversos profissionais, comunidade LGBTQ+	Dias da Cultura Queer
	17	25–87	Médicos residentes, beneficiários idosos	Centro de Dia para Idosos
	23	19–82	Comunidade LGBTQ+, profissionais da área social	Evento híbrido (presencial + Zoom)
	16	18–80	Profissionais de saúde e idosos	Workshop estruturado
	28	24–88	Assistentes sociais e idosos	Três eventos IDS dedicados
Total	119	18–88	Variações nacionais	Variações nacionais

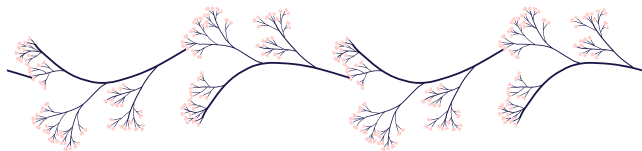


● Feminino ● Masculino ● Não binário ● Homem trans
● Mulher trans



A distribuição por gênero dos 119 participantes mostra uma maioria significativa de pessoas que se identificam como mulheres (85). Essa alta participação feminina está alinhada com tendências mais amplas nos setores de saúde e assistência social, onde as mulheres são frequentemente sobrerrepresentadas. Embora quase 20% dos participantes fossem homens (23), as sessões conseguiram criar um ambiente inclusivo para pessoas com diversidade de gênero. Ao longo de todos os eventos, participaram 7 pessoas não binárias, 2 homens trans e 2 mulheres trans.

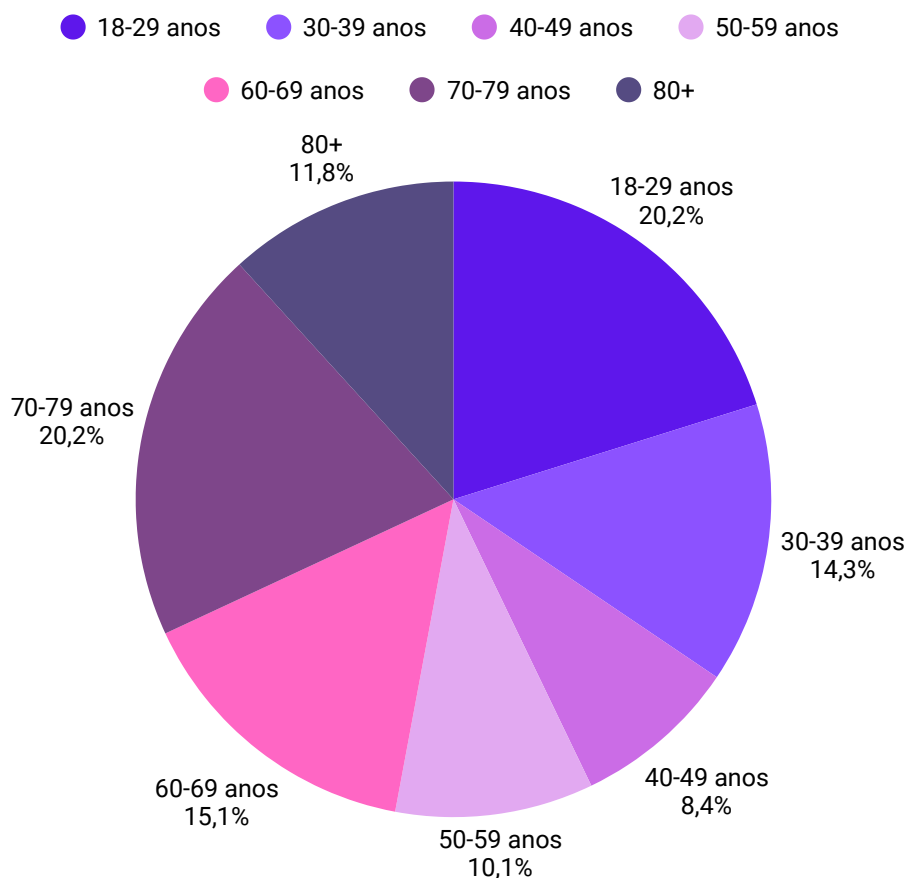
Embora esses números sejam menores em termos absolutos, sua presença é vital para a missão do projeto de abordar a dupla invisibilidade enfrentada por pessoas LGBTQI+ na terceira idade. Essa diversidade garantiu que os diálogos ultrapassassem uma perspectiva cisnormativa, permitindo uma troca de ideias sobre como a identidade de gênero se cruza com o processo de envelhecimento e o cuidado institucional.



A distribuição etária dos participantes do IDS reflete uma amostra intergeracional equilibrada.

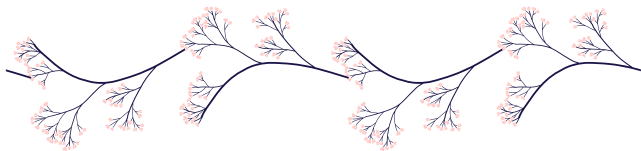
A distribuição em forma de U, com números elevados tanto na faixa etária mais jovem quanto na mais velha, é a configuração ideal para um projeto intergeracional. Ela garantiu que os formatos de encontros rápidos e diálogos contassem com um número suficiente de participantes de diferentes fases da vida, permitindo uma comparação de como os medos, as esperanças e os tabus sociais em relação à sexualidade evoluem ao longo de uma faixa etária de 60 anos.

"Eles [os jovens queer] deram-me um vocabulário, uma maneira de nomear coisas que eu tinha dentro de mim há anos, mas não sabia como expressar."
Participante França





País	Exemplos de Perguntas feitas durante Eventos de IDS
Alemanha (VNB)	Já viu ou vivenciou alguém ser tratado de forma diferente por causa da idade? Sentir-se-ia à vontade para conversar com enfermeiros e médicos sobre a sua identidade sexual? Como você definiria a sexualidade após os 60 anos?
Alemanha (FaGö)	Como você imaginava que seria envelhecer quando era mais jovem? Como foi na realidade? Como a sua compreensão da sexualidade e da identidade de gênero mudou ao longo da sua vida? Na sua opinião, de que forma a discriminação etária e os estereótipos afetam o acesso aos cuidados de saúde sexual para adultos mais velhos?
Roménia (SRA)	Por que você acha que algumas pessoas têm medo do processo de envelhecimento? Como esse medo poderia ser transformado em algo positivo? O que os jovens poderiam aprender com os adultos mais velhos sobre intimidade, relacionamentos românticos ou mesmo sexualidade? Você acha que a sexualidade é discutida hoje de uma maneira diferente em comparação com o passado?
França (LG)	Se os seus avós ou pais tivessem a sua idade hoje, o que eles pensariam sobre diversidade de gênero e eventos relacionados? O que significa para você sentir-se visível e reconhecido na sua identidade?
Chipre (LE)	O que significa envelhecer para você? Como você reagiria se um membro próximo da família anunciasse que é gay ou transgênero? De que forma a comunicação social influencia sua visão sobre as pessoas idosas?
Portugal (PM)	Você já notou alguma diferença na forma como as pessoas falam sobre envelhecimento dependendo de seu gênero, origem ou orientação sexual? O que um lar precisaria levar em consideração para oferecer um bom serviço a idosos LGBTIQ+?



Resultados: Temas Comuns

O principal resultado foi o desmantelamento de preconceitos mútuos por meio do contacto direto.

- **A Mudança de Especialização:** Os participantes mais jovens (frequentemente estudantes da área da saúde ou profissionais da área social) trouxeram conhecimento técnico sobre conceitos modernos como fluidez de género e identidades não binárias. Os participantes mais velhos forneceram a narrativa biográfica, explicando como essas identidades foram vivenciadas (ou ocultadas) durante décadas de diferentes normas sociais.
- **Medo Universal da Perda:** Ambas as gerações compartilhavam um profundo medo da perda de autonomia. Para os jovens, isso significava, por exemplo, a liberdade de viajar ou escolher as suas carreiras; para os idosos, era o medo de perder a capacidade de fazer muitas coisas na velhice, perder a mobilidade ou a capacidade de escolher parceiros íntimos e privacidade em lares de idosos. A solidão foi identificada por ambos os grupos como um grande risco à saúde, com consenso de que a conexão emocional é tão vital quanto o cuidado médico. O medo da velhice também foi associado ao medo do aumento de doenças à medida que envelhecemos.
- **O Mito do Conservadorismo:** Um resultado importante na Alemanha, Roménia e Portugal foi a surpresa expressa por jovens profissionais com a visão moderna e aberta da geração mais velha sobre sexualidade. Na Romênia, médicos residentes surpreenderam-se com a abertura dos idosos para discutir sexualidade como um direito humano fundamental. Na Alemanha, os estudantes observaram que os adultos mais velhos geralmente eram mais tolerantes com a diversidade do que os seus próprios pais, que estavam na meia-idade.

"Sempre esperei sentir -me tão velho quanto o meu pai quando ele tinha 50 anos. Essa sensação nunca chegou. Agora estou lentamente começando a senti-la. Hoje, você não se sente mais tão velho quanto o número que o precede." Participante Alemanha





Tópicos Divergentes e Curiosidades Nacionais

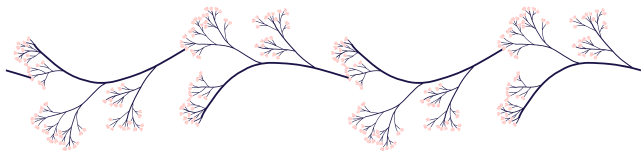
Embora o formato fosse semelhante, os tópicos específicos que suscitaram mais debate variaram ligeiramente de país para país.

- **Alemanha:** Como muitos jovens estudantes de enfermagem no programa de imersão em enfermagem da Alemanha tinham origem migrante, surgiu uma curiosidade peculiar em relação às estruturas familiares. Os participantes discutiram como, em algumas culturas, os idosos permanecem centrais no lar, prevenindo o "isolamento sexual" frequentemente observado em lares de idosos da Europa Ocidental. Após a pergunta: "Imagine que você está organizando uma festa para todas as gerações. O que você consideraria para que todos se sentissem acolhidos?", ficou claro que esses aspetos são mais levados em conta noutras culturas, visto que a questão não surge dessa forma. Os "idosos" simplesmente estão sempre presentes.

"Acho que existe uma grande diferença em comparação com a Alemanha; no nosso país, a sexualidade desempenha um papel fundamental; não importa a idade, seja 60, 70 ou 80 anos." Participante Alemanha, oriundo da República Dominicana.

- **Portugal:** Uma curiosidade nas sessões portuguesas foi a discussão sobre instrumentos de prazer (brinquedos sexuais). Isso levou a um debate sobre se os idosos se permitiam buscar prazer fora da procriação ou do casamento tradicional. Outro foco da discussão foi o facto problemático de muitos adultos LGBTQ+ sentirem vontade de voltar para o armário ao entrarem num lar de idosos.

- **França:** Nas sessões francesas, uma tensão fundamental (e sua eventual resolução) foi a forma como os jovens LGBTQIA+ frequentemente percecionam os adultos mais velhos como relíquias históricas, em vez de pares ativos. Por outro lado, os adultos mais jovens eram, por vezes, percebidos como "excessivamente teóricos" ou desconectados das lutas históricas. O resultado foi uma tendência em direção à solidariedade intergeracional dentro da comunidade LGBTQIA+. Ao mesmo tempo, o culto à juventude fez parte da discussão, visto que muitos homens gays mais velhos relataram sentir-se invisíveis em bares e boates gays. Vários participantes descreveram terem sido informados de que eram "velhos demais" para certos eventos ou espaços. Participantes trans e não binários destacaram os desafios únicos que enfrentam para acessar serviços de saúde adequados.



- **Chipre:** Um foco específico em Chipre foi como a comunicação social cria uma caricatura dos idosos, seja como avós assexuados ou, às vezes, como idosos hiperativos, não deixando espaço para a realidade do envelhecimento e do desejo. Observou-se que os idosos são geralmente retratados em anúncios de medicamentos, sendo raro vê-los a aproveitar a vida ou como casais saudáveis em situações românticas ou íntimas.
- **Roménia:** Um resultado singular nas sessões romenas foi a tensão entre a *Expertise* do Silêncio (o hábito de longa data dos idosos de não discutirem assuntos íntimos) e o Dever Profissional dos jovens médicos residentes. O diálogo revelou que os participantes mais velhos frequentemente aguardam uma permissão moral dos profissionais para falar sobre suas necessidades.

"Os meus pais têm mais de 60 anos e agora viajam pela Europa, mas nenhum programa de TV ou filme mostra os anos despreocupados em que os idosos aproveitam a vida a viajar e a divertirem-se." "Os meus pais ainda são muito românticos um com o outro, abraçam-se e beijam-se, mas nunca vemos essa ternura na TV." Participantes Chipre



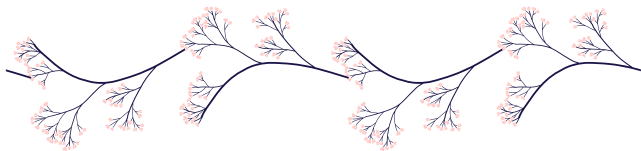


Momentos-Chave de Descoberta!

- **A Perceção da Privacidade:** Um estudante alemão percebeu que bater à porta num lar de idosos não é apenas uma formalidade, mas sim uma forma de proteger o direito do residente ao seu espaço íntimo; um conceito que se tornou concreto após conversar com um participante idoso sobre a sua necessidade de privacidade.
- **A Ponte da Terminologia:** Alguns participantes mais velhos tiveram dificuldades com a terminologia mais recente (por exemplo, não-binário ou pansexual). Os participantes mais jovens conseguiram ajudar os mais velhos a compreender esses termos modernos não como rótulos políticos rígidos, mas através da experiência; de forma semelhante à metáfora de *amar a alma, e não a casca*.
- **A Mudança no Conceito de Consentimento:** Uma jovem profissional portuguesa percebeu que o consentimento num lar de idosos não se resume apenas a procedimentos médicos, mas também ao respeito pela escolha do residente de receber a visita de um parceiro ou de expressar sua identidade de género.
- **O Auge do Amor:** Durante um diálogo na Roménia sobre o que a geração mais jovem poderia aprender com os adultos mais velhos, houve uma mudança de perspetiva em relação ao significado de intimidade. Enquanto os participantes mais jovens frequentemente viam a sexualidade pela ótica da abertura moderna ou da saúde física, os participantes mais velhos a redefiniram como uma "corrente que fortalece a conexão". Eles compartilharam que, para eles, a intimidade sexual não é apenas uma atividade, mas o *auge do amor*, que deve ser nutrido por pequenas e constantes demonstrações de afeto e humor. Isso transformou a conversa de uma discussão clínica ou técnica para uma sobre sustentabilidade emocional ao longo da vida.

"Eu esperava que eles ficassem chocados com as discussões sobre identidades não binárias, mas eles interessaram-se mais por como isso afeta a felicidade de uma pessoa. Esse facto muda a forma como abordarei os meus futuros pacientes."
Estudante de Enfermagem, Alemanha

"Eu tinha medo de falar porque achava que seria julgada. Em vez disso, senti-me como uma professora. Foi a primeira vez em anos que alguém me pediu a minha opinião sobre o amor." Participante Portugal



Limitações e Feedback

Embora o IDS tenha facilitado o diálogo com sucesso, algumas limitações foram identificadas:

- Na Alemanha, Chipre e Portugal, os intervalos de tempo alocados para as rondas de encontros rápidos foram considerados muito curtos, impedindo uma exploração mais aprofundada de tópicos sensíveis.
- As barreiras linguísticas e o volume de documentação (formulários de consentimento, questionários utilizados) foram apontados na Alemanha e em Portugal como potenciais obstáculos.
- Diversos relatórios destacaram a falta de diversidade de género e identidade; por exemplo, as sessões portuguesas tiveram uma representação masculina muito baixa (2 em 28).
- No Chipre, alguns participantes mais velhos tiveram dificuldades com questões abstratas ou conceituais, o que exigiu que os facilitadores as reformulassem em termos mais concretos.
- Na Roménia e em Portugal, observou-se que a troca frequente de pares por vezes limitava a continuidade de revelações mais pessoais.





Apesar desses relatos, o **feedback** dos participantes foi extremamente positivo:

- Os participantes de todos os países avaliaram as sessões muito positivamente, com os participantes romenos e cipriotas a elogiarem particularmente o ambiente seguro, respeitoso e sem julgamentos.
- Na Alemanha, os participantes valorizaram especialmente o intercâmbio entre diferentes culturas, observando que ele promoveu a empatia e desafiou o pensamento individual.
- Profissionais de saúde na Roménia e no Chipre descreveram as sessões como reveladoras, observando que o diálogo os ajudou a compreender melhor os desafios emocionais e sociais enfrentados pelos idosos.
- Um tema recorrente nos comentários foi o pedido de eventos de acompanhamento e workshops mais longos para permitir uma aprendizagem ainda mais aprofundada sobre sexualidade e diversidade.



Conclusão

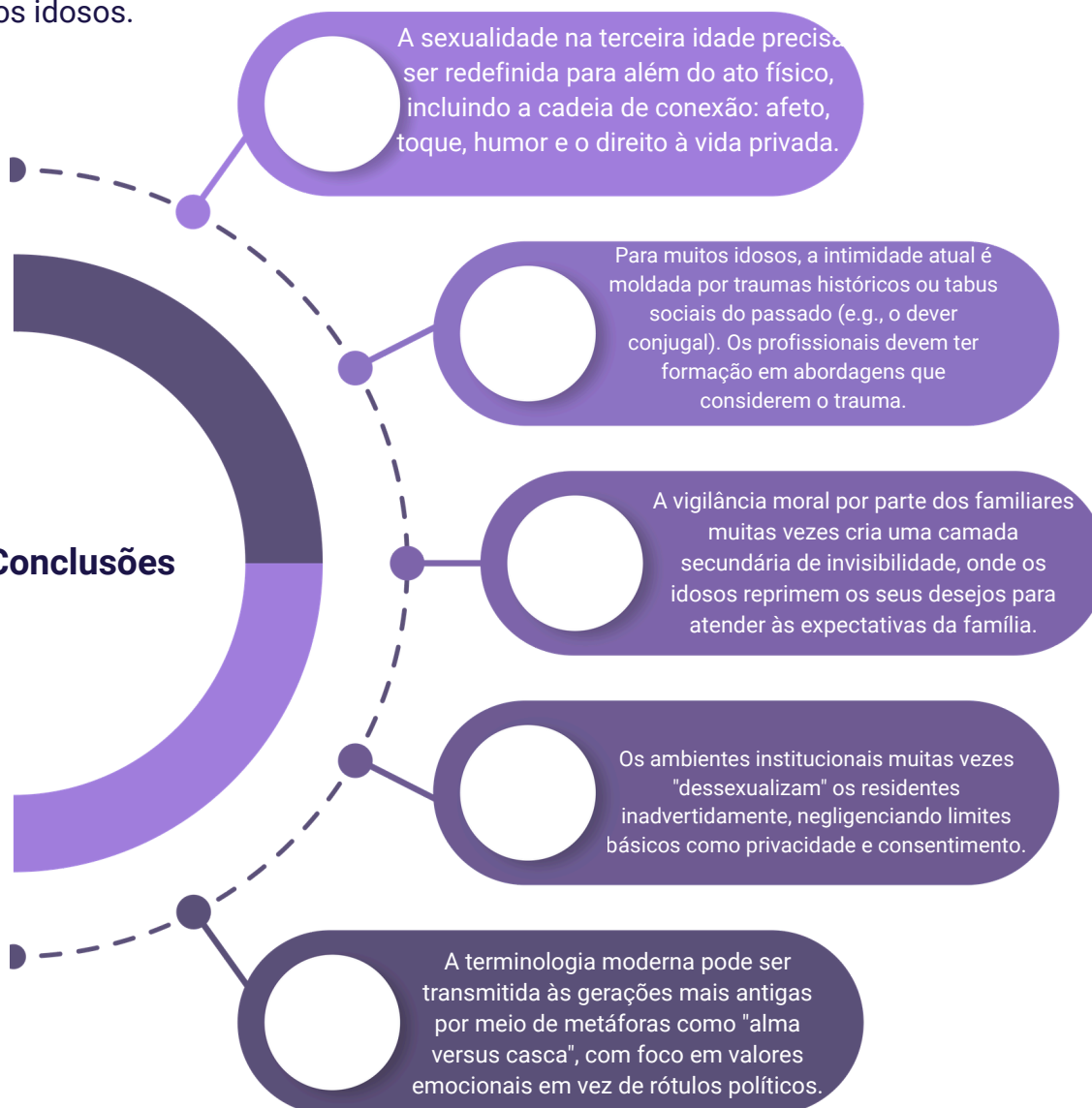
O IDS demonstrou que, quando um ambiente estruturado e seguro é oferecido, as gerações estão ansiosas para romper o silêncio que cerca a sexualidade e o envelhecimento. Os eventos desafiaram com sucesso os estereótipos relacionados à idade, proporcionando aos profissionais mais jovens insights biográficos e aos idosos a sensação de serem vistos. Os resultados ressaltam a necessidade universal de formação especializada que vá além do atendimento clínico, abordando os direitos humanos fundamentais à intimidade, ao consentimento e à identidade na terceira idade.

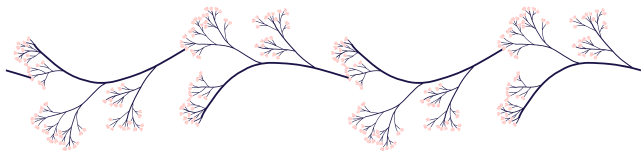


Conclusões Finais

Os resultados obtidos na Alemanha, Roménia, França, Chipre e Portugal confirmam que a sexualidade e a intimidade não desaparecem com a idade; pelo contrário, são frequentemente silenciadas por estruturas sociais preconceituosas em relação à idade. O projeto demonstrou que a principal barreira não é a falta de interesse por parte dos idosos, mas sim a ausência de espaços seguros e de uma linguagem profissional para discutir essas necessidades. Enquanto as gerações mais jovens trazem um novo vocabulário de fluidez e direitos, os idosos oferecem a experiência biográfica que comprova que a intimidade é um pilar fundamental da saúde mental e da dignidade ao longo da vida. As sessões demonstraram que o diálogo intergeracional é uma ferramenta de intervenção poderosa, reduzindo a ansiedade profissional em jovens cuidadores e, ao mesmo tempo, restaurando o senso de visibilidade e protagonismo social dos idosos.

Principais Conclusões





Recomendações para Profissionais

Comunicação	<i>Não espere, tome a iniciativa.</i> Use uma linguagem que demonstre permissão. Em vez de esperar que o residente mencione a intimidade, inclua-a como parte integrante das avaliações de qualidade de vida.
Privacidade	<i>A Regra da Batida na Porta.</i> Respeitar o espaço físico é o primeiro passo para respeitar a autonomia sexual. Garanta que o tempo privado seja defendido como um direito fundamental em ambientes de cuidado.
Formação	<i>Roteiros Práticos.</i> Os profissionais precisam de formação não apenas em teoria, mas também na linguagem prática de como responder a expressões sexuais ou identidades LGBTQ+ sem julgamento.
Mediação Familiar	<i>Educar os jovens.</i> Trabalhar com famílias de idosos para combater o estereótipo do avô ou avó "assexuado", ajudando as crianças a apoiar a autonomia dos seus pais.
Inclusão	<i>Representatividade diversa.</i> Garanta que os folhetos, a decoração e os formulários de inscrição representem explicitamente diversas orientações sexuais e identidades de gênero para sinalizar um espaço seguro.



Cofinanciado pela
União Europeia



Inter-Generational
Gender & Sexuality
Education

Próximos Passos:

Com base nas informações geradas pelos **Grupos de Trabalho Nacionais** e pelas **Sessões de Diálogo Intergeracional (IDS)**, a parceria Never Gets Old está a finalizar dois produtos principais que fortalecerão ainda mais o impacto e a sustentabilidade do projeto.

O **Guia de Diálogos Intergeracionais (IDS)** fornecerá uma estrutura prática e organizada para o planeamento, a facilitação e a avaliação de sessões de diálogo intergeracional sobre envelhecimento, sexualidade e diversidade. Incluirá orientações metodológicas, dicas de facilitação, considerações éticas, materiais prontos para uso e recomendações práticas derivadas diretamente das experiências recolhidas nos países parceiros. O Guia visa apoiar educadores, profissionais de saúde e organizações na replicação de sessões de diálogo de alta qualidade em diversos contextos nacionais e institucionais.

O **Programa de Formação Never Gets Old** oferecerá um percurso de aprendizagem abrangente para educadores e profissionais de adultos, integrando oito módulos do **Manual AgeWise** num formato de formação coerente. O programa combinará conhecimentos teóricos, exercícios de reflexão e ferramentas práticas para fortalecer a prática inclusiva e centrada na pessoa ao abordar a sexualidade e a identidade na terceira idade.

Ambos os recursos serão publicados no [site do projeto](#) e permanecerão de acesso gratuito, garantindo usabilidade a longo prazo e impacto contínuo para além da duração do projeto.



Verein Niedersächsischer
BILDUNGSINITIATIVEN e.V.
| Geschäftsstelle Göttingen |



SOCIETATEA ROMÂNĂ
ALZHEIMER



Centre LG8T1+ de Bordeaux,
Nouvelle Aquitaine



Powered by CARDET





Cofinanciado pela
União Europeia



Inter-Generational
Gender & Sexuality
Education

ACOMPANHE O PROJETO!



[Never Gets Old.](#)



[@nevergetsold.project](#)



[www.nevergetsold.eu](#)



Este relatório do projeto Never Gets Old está licenciado sob a licença CC-BY-NC-SA 4.0. Para visualizar uma cópia desta licença, visite: Creative Commons – Atribuição-NãoComercial-Compartilhual 4.0 Internacional – CC BY-NC-SA 4.0. Esta licença exige que os usuários deem crédito ao criador. Ela permite que os usuários distribuam, remixem, adaptem e criem obras derivadas a partir do material em qualquer meio ou formato, apenas para fins não comerciais. Se outros modificarem ou adaptarem o material, deverão licenciá-lo sob os mesmos termos.



Verein Niedersächsischer
BILDUNGSINITIATIVEN e.V.
| Geschäftsstelle Göttingen |



SOCIETATEA ROMÂNĂ
ALZHEIMER



Centre LGBTI+ de Bordeaux,
Nouvelle Aquitaine



Powered by CARDET

