



SEXUALIDADE ENTRE OS IDOSOS: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA.

RESUMO

Introdução: O envelhecimento saudável visa otimizar a capacidade funcional e promover a saúde dos idosos. Além disso, há evidências que muitos profissionais de saúde não abordam a sexualidade dos idosos, contribuindo para uma percepção distorcida de que os idosos são assexuados, o que dificulta a identificação de riscos e a prevenção de Infecções Sexualmente Transmissíveis. **Objetivo:** Desenvolver um projeto de educação em saúde para efetivar medidas de prevenção e autocuidado referentes a sexualidade entre idosos. **Relato da Experiência:** Trata-se de um relato de experiência realizada com 15 mulheres idosas que frequentam um centro de convivência, o qual abordou temas acerca da saúde sexual em encontros semanais. **Discussão:** O reconhecimento do perfil das participantes, 15 idosas, evidenciou alta prevalência de hipertensão e diabetes, além de incontinência urinária. Embora a maioria fosse sexualmente ativa, não utilizavam preservativo, destacando a falta de conscientização sobre os riscos em saúde sexual. Os encontros para a realização das atividades educativas ocorreram por um período de dois meses em forma de rodas de conversa e abordaram os temas sexualidade, menopausa, incontinência urinária e Infecções Sexualmente Transmissíveis, promovendo discussões e proporcionando um espaço seguro para compartilhamento de dúvidas e experiências. As intervenções educativas foram fundamentais para melhorar a saúde e a qualidade de vida das idosas. **Conclusão:** Este trabalho possibilitou identificar a importância de compreender as necessidades dessa população, para a efetividade das ações de promoção de um diálogo aberto e intergeracional, para contribuir com o bem-estar, ao abordar temas raramente discutidos e disseminar conhecimentos valiosos sobre saúde e sexualidade. Além de possibilitar uma formação mais abrangente de estudantes do curso Técnico em Enfermagem.

Palavras Chaves: Envelhecimento; Saúde Sexual, Prevenção.

1 INTRODUÇÃO

O envelhecimento saudável, conforme destacado pela OPAS/OMS (2024), é um processo contínuo que visa otimizar a capacidade funcional e garantir oportunidades para manter e melhorar a saúde física e mental das pessoas idosas. A Década do Envelhecimento Saudável (2021-2030), liderada pela OPAS nas Américas, pretende mobilizar diversos setores da sociedade para melhorar a vida dos idosos e suas comunidades, abrangendo áreas como serviços de saúde centrados na pessoa e acesso a cuidados de longo prazo (OPAS, 2024).

Em relação à sexualidade, um tema frequentemente negligenciado, a prevalência de Infecções Sexualmente Transmissíveis (ISTs) entre idosos é alarmante, com destaque para a sífilis. Andrade *et al.* (2017), apontam que a falta de atenção dos serviços de saúde e a percepção distorcida de que idosos são assexuados dificultam a identificação de riscos e a prevenção de ISTs. Apesar do aumento da socialização e da qualidade de vida, muitas vezes a sexualidade na velhice é tratada com preconceito, o que impede uma abordagem eficaz. O estudo de Crema *et al.* (2022), destaca que, em um grupo de idosos universitários, a maioria era sexualmente ativa. Outro aspecto relevante é a incontinência urinária, muitas vezes mal interpretada como parte normal do envelhecimento, o que exige maior atenção e tratamento (Reis *et al.*, 2003).

Brito *et al.* (2023), corroboram a ideia de que os idosos têm uma compreensão clara sobre a sexualidade, mas enfrentam barreiras significativas, como o estigma social e a falta de conhecimento sobre ISTs. Além disso, observam que muitos idosos, especialmente homens, continuam a manter comportamentos de risco, como múltiplos parceiros sexuais e não uso de preservativos, mesmo em contextos de HIV. O estudo reforça a necessidade de uma maior abordagem sobre a sexualidade na velhice, tanto por parte dos profissionais de saúde quanto em políticas públicas voltadas à promoção da saúde sexual dos idosos.

Diante da relevância da temática, torna-se essencial conhecer o perfil epidemiológico, demográfico e as atitudes dos idosos em relação à sexualidade. O estudo sobre idosos em centros de convivência, como o de Monte Carmelo-MG, visa identificar aspectos que influenciam a vivência da sexualidade na terceira idade e permitir o desenvolvimento de intervenções educativas para promover o autocuidado e a prevenção de riscos. Para estudantes de enfermagem, essa experiência é fundamental para o desenvolvimento de habilidades profissionais em consonância com as políticas públicas de saúde vigentes.

Neste contexto, o objetivo foi desenvolver um projeto de educação em saúde junto às idosas que frequentam um centro de convivência para idosos na cidade de Monte Carmelo-MG, para efetivar medidas de prevenção e autocuidado referentes à aspectos que envolvem a sexualidade nesta população.

2 RELATO DA EXPERIÊNCIA

Trata-se de um relato de experiência. Segundo Souza *et al.* (2007), um relato de experiência tem como objetivo compartilhar práticas e conhecimentos adquiridos em um projeto de educação em saúde. A escolha do tema ocorreu após o interesse despertado em disciplinas anteriores. O público-alvo foi composto por mulheres idosas que participam de atividades recreativas semanais junto a um centro de convivência para idosos no município de Monte Carmelo-MG.

O projeto interdisciplinar é uma disciplina do curso Técnico em Enfermagem do Centro Educacional Alpha COC. Neste contexto os estudantes são inseridos em cenários práticos para reconhecimento da realidade e intervenções educativas em saúde. Foram promovidos oito encontros, inicialmente para a criação de vínculo e reconhecimento das necessidades e quatro encontros destinados a realização das atividades educativas com diferentes temas relacionados à saúde, bem-estar e qualidade de vida, com o objetivo de proporcionar informação e apoio a essas mulheres, valorizando o diálogo e a troca de experiências.

O projeto foi dividido em três etapas: 1) levantamento de temas de interesse por meio de entrevista com as idosas sobre sexualidade, menopausa, incontinência urinária e ISTs; 2) realização de encontros semanais para discussão dos temas em rodas de conversa; 3) avaliação das atividades, com relatos das participantes acerca do projeto proposto.

3 DISCUSSÃO

Participaram deste estudo 15 idosas residentes em Monte Carmelo, MG. A maioria das participantes (60%) tinha idades entre 70 e 80 anos, e todas faziam uso de algum tipo de medicação. As condições de saúde mais prevalentes foram a hipertensão arterial sistêmica (HAS), citada por 66,6% das idosas, seguida por diabetes mellitus (33,3%) e artrite (26,6%). Essas doenças crônicas estão frequentemente associadas ao envelhecimento e aos estilos de vida adotados ao longo da vida. A hipertensão e o diabetes, por exemplo, têm uma forte relação com a alimentação, o sedentarismo e a predisposição genética, condições que se agravam com a idade (Mendes *et al.*, 2015; Freitas e Py, 2013).

O aumento da população idosa no Brasil traz desafios relacionados ao cuidado e à qualidade de vida. Estima-se que, até 2030, a população com 60 anos ou mais alcance 41,5

milhões de pessoas, o que exige políticas públicas e ações de saúde voltadas para o envelhecimento saudável (Mendes *et al.*, 2015).

No contexto do envelhecimento, a hipertensão arterial é uma das condições crônicas mais comuns, com prevalência crescente à medida que a idade avança (Radovanovic *et al.*, 2014). O diabetes mellitus também é mais prevalente entre os idosos, uma vez que o envelhecimento reduz a capacidade do pâncreas de secretar insulina, além de aumentar a resistência à insulina (Freitas e Py, 2013).

Quanto a aspectos relacionados à sexualidade na terceira idade é um tema frequentemente cercado por tabus, e os resultados deste estudo confirmam essa realidade. Entre as 15 idosas participantes, 5 (33,3%) não mantêm vida sexual ativa, enquanto 10 (66,6%) continuam ativas sexualmente. Dessas, metade tem o esposo como parceiro, enquanto a outra metade possui um namorado. O estudo de Vieira *et al.* (2016), destaca que a sexualidade na terceira idade, embora afetada por mudanças fisiológicas, continua a ser uma área de importância para muitos idosos, que se adaptam às novas condições do corpo e buscam formas de manter sua intimidade e prazer.

Infelizmente, o tema da sexualidade ainda é carregado de preconceitos em muitas culturas, e o silêncio em torno da sexualidade na população idosa pode levar a sentimentos de isolamento e estigmatização. A falta de uma abordagem aberta sobre o tema impede que os idosos recebam informações necessárias sobre saúde sexual, aumentando riscos como Infecções Sexualmente Transmissíveis (ISTs) e diminuindo a qualidade de vida sexual. A educação sexual voltada para a população idosa deve ser incentivada, com o objetivo de desmistificar as questões sobre o envelhecimento e a sexualidade, promovendo uma vivência sexual saudável e sem estigmas (Brito *et al.*, 2023; Vieira *et al.*, 2016).

Outro tema abordado no estudo foi a menopausa. Das 15 participantes, 5 (33,3%) relataram sentir ondas de calor, 6 (40%) mencionaram irritabilidade e secura vaginal, 9 (60%) afirmaram ter suores noturnos e dificuldades para dormir, e 9 (60%) relataram não perceber alterações no desejo sexual. Esses sintomas são comuns durante a transição para o climatério, período que pode afetar profundamente a qualidade de vida das mulheres. A revisão de Pardini *et al.* (2014), revela que entre 30% e 80% das mulheres apresentam sintomas da menopausa, sendo os vasomotores (ondas de calor e suores noturnos) os mais prevalentes.

A diminuição do estrogênio durante a menopausa tem um impacto significativo no corpo, e muitos sintomas podem ser amenizados com intervenções adequadas, como a Terapia Hormonal (TH) e a prática regular de atividades físicas. A TH pode aliviar sintomas como a atrofia urogenital e preservar a saúde óssea, enquanto a atividade física pode ajudar no controle de sintomas como insônia, alterações de humor e dores musculares (Pardini *et al.*, 2014). As intervenções educativas que promovem um estilo de vida saudável e ativo são essenciais para reduzir a intensidade dos sintomas da menopausa e melhorar a qualidade de vida das mulheres nessa fase.

A incontinência urinária (IU) foi relatada por 6 (40%) idosas, enquanto 2 (13,3%) mencionaram a incontinência fecal. A IU é uma condição comum entre as idosas e pode afetar significativamente sua qualidade de vida. Embora a IU seja muitas vezes associada ao envelhecimento, é importante destacar que essa condição não deve ser vista como uma consequência inevitável do processo de envelhecimento. O tratamento adequado, incluindo fisioterapia, medicamentos e, em alguns casos, cirurgia, pode melhorar a condição e aliviar os sintomas (Carvalho *et al.*, 2014).

A detecção precoce e o manejo adequado da incontinência urinária são essenciais para evitar complicações e promover uma melhor qualidade de vida para as idosas. A educação em saúde sobre a IU deve ser enfatizada, para que as idosas compreendam que existem opções de tratamento eficazes para melhorar a condição e que não precisam viver com esse desconforto sem buscar ajuda médica.

Todas as participantes do estudo afirmaram realizar regularmente o exame de Papanicolau, sendo que em apenas um caso (6,6%) houve alteração no resultado desse exame. Esse dado demonstra que a maioria das idosas está atenta à importância do acompanhamento preventivo da saúde ginecológica. Contudo, muitas mulheres idosas ainda apresentam barreiras culturais que dificultam a adesão a esses exames. A vergonha e a crença de que, devido à idade, o exame não é mais necessário são comuns entre as idosas. Tais barreiras podem ser superadas por meio de programas educativos que incentivem a realização do Papanicolau e esclareçam sua importância para a detecção precoce de câncer cervical (Silva *et al.*, 2014).

A educação sobre a saúde ginecológica na terceira idade deve ser uma prioridade, uma vez que o câncer cervical continua sendo uma preocupação para mulheres mais velhas. Os profissionais de saúde devem estar preparados para abordar essas questões com sensibilidade, rompendo tabus e incentivando o autocuidado das idosas.

Em relação ao uso de preservativos, 80% das idosas participantes afirmaram nunca usá-los, enquanto apenas 13,3% usaram em todas as relações sexuais, e 6,6% usaram ocasionalmente. Esses dados refletem uma falta de conscientização sobre a importância do uso de preservativos, especialmente para prevenir infecções sexualmente transmissíveis (ISTs). O comportamento de não usar preservativos pode ser explicado por uma série de fatores, incluindo a percepção de que, devido à idade, o risco de ISTs é baixo, ou pela crença de que a sexualidade na terceira idade não apresenta riscos (Dantas *et al.*, 2019).

É fundamental implementar programas educativos que sensibilizem as idosas para os riscos das ISTs, incluindo o HIV, e promovam a utilização de preservativos, mesmo na terceira idade. A educação em saúde sexual deve ser uma prioridade nas ações voltadas para o envelhecimento saudável, garantindo que as idosas compreendam que a proteção nas relações sexuais é importante para preservar a saúde e prevenir doenças.

Em relação ao HIV, as idosas participantes apresentaram diferentes percepções sobre a prevalência da infecção. A maioria (60%) considera que há um número significativo de pessoas afetadas pelo HIV, enquanto 33,3% acreditam que sua prevalência é baixa. Essas percepções refletem a necessidade de estratégias educativas que abordem a realidade epidemiológica do HIV, principalmente entre a população idosa. Programas educativos devem destacar que o HIV pode afetar todas as faixas etárias, e que a prevenção deve ser parte de uma abordagem de saúde contínua, sem restrição à idade.

A educação sobre HIV e outras ISTs é crucial para quebrar mitos e reduzir a vulnerabilidade dos idosos, que muitas vezes não percebem o risco de infecção na terceira idade. Intervenções educativas que discutam abertamente o HIV, as formas de transmissão e a importância do uso de preservativos podem ajudar a proteger essa população e promover um envelhecimento mais saudável e seguro.

Na segunda etapa foram realizadas as atividades educativas por meio da realização de rodas de conversas semanais. No primeiro encontro foi discutido o assunto menopausa, cujo objetivo principal foi discutir os aspectos fisiológicos dessa fase da vida, assim como a definição, idade de início, sinais e sintomas mais comuns. Foi enfatizado hábitos saudáveis de vida que podem ajudar a amenizar os sintomas, como alimentação balanceada, prática de exercícios e o uso de chás naturais. As 15 participantes interagiram ativamente, compartilhando suas próprias experiências e dúvidas. Uma questão que causou inquietação de maneira significativa foi acerca da reposição hormonal, que gerou bastante interesse entre as participantes. Orientamos acerca de riscos e que buscassem acompanhamento em seus postos de saúde para obter informações personalizadas. Por fim, enfatizamos a importância de práticas saudáveis como caminhadas leves, alimentação saudável e a manutenção de atividades em grupo, para contribuir com a saúde mental e emocional.

No segundo encontro, falamos sobre incontinência urinária, focando nas causas e impactos dessa condição, especialmente durante a terceira idade. As participantes

compartilharam suas experiências pessoais, relatando que a maioria enfrentava episódios de enurese noturna, o que gerava desconforto e constrangimento. Apresentamos a técnica do diário miccional, que se mostrou uma ferramenta valiosa para identificar padrões de incontinência. Além disso, instruímos as participantes sobre a prática dos exercícios de Kegel, que podem ajudar a fortalecer o assoalho pélvico e reduzir os sintomas da incontinência urinária. A experiência foi enriquecedora, pois as participantes demonstraram interesse em aplicar o conhecimento adquirido no cotidiano.

O terceiro encontro abordou um tema muitas vezes considerado tabu, a sexualidade entre os idosos. Iniciamos a roda de conversa destacando que, apesar de ser um tema pouco discutido, a sexualidade é parte essencial do bem-estar, independentemente da idade. Discutimos as mudanças fisiológicas que ocorrem com o envelhecimento, como a diminuição da libido, secura vaginal e desconforto durante as relações, relacionadas à menopausa.

Também abordamos questões emocionais, como a autoestima e a importância do afeto, além de desconstruir o estereótipo de que a sexualidade é exclusiva da juventude. As participantes se sentiram à vontade para compartilhar suas experiências e dúvidas, criando um espaço de apoio mútuo. Incentivamos a busca por informações e o diálogo aberto com parceiros e profissionais de saúde.

No quarto encontro, o tema foi a prevenção de Infecções Sexualmente Transmissíveis (ISTs) e a importância do uso da camisinha, mesmo na terceira idade. Durante a conversa, ficou claro que o público demonstrou grande interesse pelo tema, especialmente em relação à prevenção de ISTs. Embora muitas participantes não estivessem ativamente envolvidas em relações sexuais, reconheceram a importância de estar bem informadas e compartilhar o conhecimento com suas filhas e netas.

Na terceira etapa foi realizada avaliação do projeto. Para tal realizamos em um último encontro, uma dinâmica com perguntas e respostas acerca dos temas discutidos previamente, com base nas respostas dadas, podemos ver que as participantes avaliaram positivamente nosso trabalho sobre sexualidade na terceira idade. Elas demonstraram interesse e curiosidade em temas antes desconhecidos para elas, como a menopausa, exercícios de Kegel, o uso do diário miccional e a prevenção de infecções sexualmente transmissíveis. Além disso, percebemos uma mudança de perspectiva em relação à importância da sexualidade na vida atual e a relevância de discutir abertamente esses temas. A disposição em praticar exercícios de Kegel e a consideração do diário miccional como uma ferramenta útil para monitorar a saúde urinária refletem a receptividade das participantes às informações compartilhadas. Tudo isso sugere que o nosso trabalho foi bem recebido e contribuiu para aumentar o conhecimento e conscientização sobre questões de saúde sexual na terceira idade.

4 CONCLUSÃO

Este trabalho foi essencial para entender as necessidades da população idosa e identificar formas de apoio, destacando a importância de iniciativas que incentivem o diálogo entre profissionais de saúde e idosos. As participantes ressaltaram a relevância de discutir temas raramente abordados, expressando como as informações adquiridas foram valiosas para compreender suas experiências e o impacto delas em sua saúde. Além disso, manifestaram o desejo de compartilhar esse conhecimento com outros, ampliando a conscientização e o acesso à informação dentro da comunidade.

REFERÊNCIAS

ANDRADE.J, APARECIDO.J.A, AGUIAR.R.A, TERESINHA.M.C.D, MARIA.C.G.D.L. Vulnerabilidade de idosos a infecções sexualmente transmissíveis. Acta Paulista de Enfermagem, v. 30, n. 1, p. 8–15, jan. 2017. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/ape/a/NXypD4MRzpP6jtnp3xbHZHm/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 10 nov. 2024.

ANDRADE.M.V,NORONHA.K,OLIVEIRA.C.D.L,CARDOSO.C.S,CALAZANS.J.A,JULIÃO.N.A,SOUZA.A.D,TAVARES.P.A.Análise da linha de cuidado para pacientes com diabetes mellitus e hipertensão arterial: a experiência de um município de pequeno porte no Brasil. *Revista Brasileira de Estudos de População*, v. 36, p. e0104, 2019. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbepop/a/49VLVL4QXF8f6QYjJ9p6yMB/>. Acesso em: 11 dez. 2024.

BRITO, P. S. .; SILVA, J. O. L.; SILVA, J. O. L.; ALMEIDA, J. S. .; SILVA, T. A. .; CEZAR, J. G. .; SOUSA, L. S.; SILVA, D. A.; CAMPOS, V. A.; SANTOS, L. B. dos. The importance of sexuality in the health of the elderly . *Research, Society and Development*, [S. l.], v. 12, n. 2, p. e18112240155, 2023. DOI: 10.33448/rsd-v12i2.40155. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/40155>. Acesso em: 11 dez. 2024.

CARVALHO.M.P,ANDRADE.F,P,PERES.W,MARTINELLI.T,SMICH.F,ORCY.R.B, O impacto da incontinência urinária e seus fatores associados em idosas. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, v. 17, n. 4, p. 721–730, out. 2014. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbgg/a/JYDnQrHWHM4fGSV66n8STYn/> Acesso em: 10 nov. 2024.

CREMA, I. L.; DE TILIO, R.Sexualidade no envelhecimento: relatos de idosos:. *Fractal Revista de Psicologia*, v. 33, n. 3, p. 182–191, set. 2021. Disponível em: <https://periodicos.uff.br/fractal/article/view/5811>. Acesso em: 05 out. 2024.

FIGUEIREDO, A. E. B.; CECCON, R. F.; FIGUEIREDO, J. H. C.. Doenças crônicas não transmissíveis e suas implicações na vida de idosos dependentes. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 26, n. 1, p. 77–88, jan. 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/n4nH53DFx39SRCC3FkHDzyz/>. Acesso em: 10 nov. 2024.

GRAVENA,A.A.F,ROCHA.S,C,ROMEIRO.T.C,AGNOLO.C.M.D,GIL.L.M,CARVALHO.M..D.B,PELLOSO.S.M. Sintomas climatéricos e estado nutricional de mulheres na pós-menopausa usuárias e não usuárias de terapia hormonal. *Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia*, v. 35, n. 4, p. 178–184, abr. 2013. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbgo/a/kcCXLyfrzwjw5Vr44Cj9j7n/abstract/?lang=pt> Acesso em: 10 nov. 2024.

MALLMANN, D. G,NETO..N.M.G,SOUZA,VASCONCELOS.D.E.M.R. Educação em saúde como principal alternativa para promover a saúde do idoso. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 20, n. 6, p. 1763–1772, jun. 2015. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/MQYsHjXzsJfwNgwfKrGVcfp/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 05 out. 2024.

MENDES, C. R. S,SOUZA.T.L.V.D. Comparação do autocuidado entre usuários com hipertensão de serviços da atenção à saúde primária e secundária. *Acta Paulista de Enfermagem*, v. 28, n. 6, p. 580–586, nov. 2015. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ape/a/nyH4Nv7gDyMG8vbJVRK549N/> Acesso em: 11 dez. 2024

PARDINI, D. Terapia de reposição hormonal na menopausa. *Arquivos Brasileiros de Endocrinologia & Metabologia*, v. 58, n. 2, p. 172–181, mar. 2014. Disponível

em: <https://www.scielo.br/j/abem/a/bnhD8LVvNT9P5yWFvzhfvBc/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 05 out. 2024.

RADOVANOVIC, C. A. T, SANTOS. L. A. D, CARVALHO. M. D. D. B, MARCON. S. S. Arterial Hypertension and other risk factors associated with cardiovascular diseases among adults. Revista Latino-Americana de Enfermagem, v. 22, n. 4, p. 547–553, jul. 2014. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rlae/a/98MYtgmnbDSm5rR4pGMgcRk/abstract/?lang=pt> Acesso em: 11 dez. 2024

REIS, R. B. DOS, COLOGNA. A. J, MARTINS. A. C. P, PASCHOALIN. E. L. Incontinência urinária no idoso. Acta Cirúrgica Brasileira, v. 18, p. 47–51, 2003. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/acb/a/JqVGTGKvG7Xp6JPfMqnvJ6q/abstract/?lang=pt>

RIBEIRO D. R.; CALIXTO D. M.; DA SILVA L. L.; ALVES R. P. C. N.; SOUZA L. M. de C. PREVALÊNCIA DE DIABETES MELLITUS E HIPERTENSÃO EM IDOSOS. Revista Artigos. Com, v. 14, p. e2132, 28 jan. 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/acb/a/JqVGTGKvG7Xp6JPfMqnvJ6q/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 05 out. 2024.

ROMA. I, ALMEIDA. M. L. D, MANSANO. N. D. S, VIANI. G. A, ASSIS. M. R. D, BARBOSA. P. M. K. Qualidade de vida de pacientes adultos e idosos com artrite reumatoide. Revista Brasileira de Reumatologia, v. 54, n. 4, p. 279–286, jul. 2014. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbr/a/gJTJQsRTWP3CFkzRtKTg9wd/abstract/?lang=pt> Acesso em: 11 dez. 2024

SILVA I. D.; da SILVA M. E. TANDRADE J. S. DE O.; NUNES B. C. M.; PEGO C. O. Exame papanicolau: percepção das mulheres sobre os motivos que influenciam a sua não realização. Revista Eletrônica Acervo Saúde, n. 34, p. e1125, 7 out. 2019. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbr/a/gJTJQsRTWP3CFkzRtKTg9wd/?format=pdf&lang=pt>

SOUZA, M. M.; BRUNINI, S.; ALMEIDA, N. A. M.; MUNARI, D. B. Título: Programa educativo sobre sexualidade e DST: relato de experiência com grupo de adolescentes. SciELO Brasil, 2007. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reben/a/Z9rJZ8v9DSmCdjhDS4ByjJj/#undefined>). Acesso em: 29 dez. 2024.

VIEIRA. K. F. L.; COUTINHO, M. D. P. D. L.; SARAIVA, E. R. D. A.. A Sexualidade Na Velhice: Representações Sociais De Idosos Frequentadores de Um Grupo de Convivência. Psicologia: Ciência e Profissão, v. 36, n. 1, p. 196–209, jan. 2016. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pcp/a/dtF8qQ6skTwWk4jK5ySG7Gq/?format=pdf&lang=pt> Acesso em: 11 dez. 2024

ZATTAR, L. C, BOING. A. F, GIEHL. M. W. C, ORSI. E. D. Prevalência e fatores associados à pressão arterial elevada, seu conhecimento e tratamento em idosos no sul do Brasil. Cadernos de Saúde Pública, v. 29, n. 3, p. 507–521, mar. 2013. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csp/a/FnK4DK7p3SQYt6rrgrSbzgS/?format=pdf&lang=pt> Acesso em: 05 out. 2024