



Viúvas e o Desejo: Sexo na Senescência

Widows and Desire: Sex in Senescence

Maria Clara Rodrigues da Silva

Discente da Graduação em Psicologia do Centro Universitário São Carlos – FAMESC.

Livia Castanheira Marçal

Discente da Graduação em Psicologia do Centro Universitário São Carlos – FAMESC.

Maria de Fátima da Silva Fernandes

Discente da Graduação em Psicologia do Centro Universitário São Carlos – FAMESC.

Liliane Duarte Oliveira

Discente da Graduação em Psicologia do Centro Universitário São Carlos – FAMESC.

Mariana Faria Lima

Discente da Graduação em Psicologia do Centro Universitário São Carlos – FAMESC.

Naiara Andrade Biscácio

Docente do Centro Universitário São Carlos FAMESC.

Rosalí Andrade Biscácio

Resumo: Este estudo se estende na discussão sobre o desejo das viúvas, de sua relação com o envelhecimento e na problematização de seu papel e função social bem como o sentido que ela própria afere a sua existência, respondendo qual a influência da perda do parceiro no desejo das viúvas na terceira idade. Trata-se de uma pesquisa bibliográfica, baseada em textos existencialistas, em estudos da sexualidade e senescência. Justifica-se, portanto, pela proposta dar ênfase às necessidades e desejos de mulheres enlutadas e por dar-lhes voz, enxergando-as como muito além de apenas mulheres sem maridos. Possui enquanto objetivo explanar a influência da perda do cônjuge na aceitação do próprio desejo na vida de viúva, para tanto conceituará desejo, sexo e sexualidade com especificidade na terceira idade e na sociedade atual; correlacionará aspectos do luto na obra de Elizabeth Kübler-Ross com o ser-para-a-morte na filosofia existencialista; e discorrerá sobre novas atualizações possíveis às mulheres viúvas baseadas no texto feminista de Chinamanda Ngozi Adichie e na teoria fenomenológica.

Palavras-chave: desejo; idosas; viúvas; morte; fenomenologia.

Abstract: This study extends itself on the discussion about the widow's desires, their relation with aging and on the problematization about their role and social function as well as the sense that the widow gives to her own existence, answering what is the influence of the partner's loss on the widow's desire in the third age. This is a bibliographical search, based on existentialists texts, sexual and senescence studies. It is justified, thus, by the proposal to emphasize the needs and desires of bereaved women and to give them a voice, seeing them as more than women without husbands. Its objective is to explain the influence of the loss of the spouse in the acceptance of her own desire in the widow's life, for that purpose it will conceptualize desire, sex and sexuality with specificity in the elderly in today's society; correlate aspects of mourning in Elizabeth Kübler-Ross's work with being-for-death in existentialist philosophy; and will discuss some possible new updates for widowed women based on the feminist text by Chinamanda Ngozi Adichie and the phenomenological theory.

Keywords: wish; elderly; widows; death; phenomenology.

INTRODUÇÃO

A sexualidade é um tema que vem sofrendo grandes mudanças nas últimas décadas em todos os seus âmbitos e conceitos, apesar da extensa caminhada a ser percorrida com avanços significativos ao longo desse tempo. Falar das viúvas é falar de um grupo minoritário e sem visibilidade, já que estão inseridas numa sociedade voltada para o homem (hétero, branco, europeu e jovem) seja no âmbito político, social ou familiar, portanto é comum a valorização de comportamentos machistas. Em todas as pesquisas e leituras o homem é o ator principal, enfatizando assim o quanto falar sobre essas mulheres é necessário. Além disso, a perda pode ser vivenciada de forma dolorida, independentemente do que se perde, atualmente, na terceira idade, casais se mantêm unidos até a grande perda do parceiro, por conta disso, da convivência de anos, o processo de luto pela perda do cônjuge é tão dolorido quanto necessário. Trazer voz ao sofrimento das viúvas é diminuir sua falta de visibilidade e ao mesmo tempo tornar visível o que foi esquecido, reacender o desejo, não do outro, mas da satisfação de si, entendê-las como algo mais do que mulheres idosas e sem marido. Portanto, apesar da história e do estudo da velhice ser protagonizada por homens e suas questões masculinas, será utilizada nesse estudo as palavras no sexo feminino - idosas, viúvas, para se referir a mulheres com mais de 60 anos (baseando-se no índice da OMS), para melhor entendimento do sujeito da pesquisa.

Este estudo se propõe a pesquisar sobre o tema das viúvas, dando ênfase em sua liberdade sexual problematizando a vivência do luto como fator principal para tomada de consciência dos próprios desejos, utilizando como base pensamentos fenomenológicos de autores existencialistas como Sartre (2014) e Heidegger (2005). Não ignorando a relevância de autoras feministas como Beauvoir (2018) para contar a história da velhice enquanto fenômeno social e Adichie (2015) para colaborar com a visão sociocultural de mulheres inseridas num processo patriarcal de elaboração de personalidade e perspectivas.

A partir de estudos qualitativos, documentais e bibliográficos, aborda-se a problemática do desejo na fase do envelhecimento e das várias formas de satisfação, fazendo contraponto com o luto pela perda do cônjuge. Entender que a morte faz parte da vida é complexo e parece incoerente, porém sempre foi necessário. A vivência do luto é dolorida, mas fundamental após uma perda significativa. Justifica-se, portanto, não só pelo fato de que a voz do idoso, independente do gênero, é ignorada em um momento histórico onde o improdutivo é descartável, mas também por abordar assuntos indispostos, como luto e sexualidade na terceira idade. Além disso, o discurso feminista se faz presente para trazer atualidade e coerência ao tema, bem como relevância acadêmica.

Ao longo da pesquisa percebeu-se que, na vida, assim como as perdas, críticas ao modelo social vigente são inevitáveis. Todo o contexto mostra o quanto, ainda hoje, as mulheres são para a satisfação do outro. Uma frase muito usada popularmente em casamentos é um exemplo que deixa bem claro que as mulheres são propriedade de seus maridos, ao se casarem, mulheres são renomeadas para

demonstrar isso. Com esse estudo, então, é esperado problematizar a aceitação da morte como forma de amor à vida e renovação do desejo, bem como questionar a raiz patriarcal e machista que permeia a sociedade, o indivíduo como um todo e, portanto, toda relação interpessoal da atualidade.

SEXO E TERCEIRA IDADE FEMININA

*“Existem tantas formas de amor
como momentos no tempo.”*

Jane Austen.

Apesar da caminhada que o tema da sexualidade percorreu durante os anos, ainda é pouco contemplada em contato com a terceira idade já que “a sexualidade quando relacionada ao envelhecimento remete a mitos e estereótipos levando idosos à condição de pessoas assexuadas, e conseqüentemente representando um tabu.” (Coelho *et al.*, 2010, p. 164). Será discutida nesta seção as propriedades contextuais do sexo em especificidade à terceira idade feminina.

Ribeiro (2005) afirma que o conceito sexual ocidental vigente está ligado aos valores e costumes do século XIX, em seu texto, diferencia sexualidade de sexo, onde o primeiro se refere a sentimentos e percepções voltadas ao segundo, isto é, sexo se refere as práticas sexuais, ao ato em si; enquanto sexualidade se define como as percepções individuais sobre tal. “Existe, é claro, o sexo biológico, que determina o macho e a fêmea de uma espécie, a partir de um conjunto de características hereditárias, físicas e biológicas que nasce com cada um.” (Ribeiro, 2005, p. 1). O que destaca-se é a sexualidade (portanto, percepções individuais acerca do que causa prazer e o desejo de prazer) enquanto parte inerente da vivência humana. O autor destaca que sexualidade vem ganhando espaço em discussões atrelado a diversos sub-assuntos, seja de forma direta ou indireta, tais como linguagem, quando fala-se em desejos simplórios do cotidiano; no modo de vestir e de como é ditado a moda; no aumento do público nas academias e na procura por cirurgias plásticas, que retardam ou diminuem os efeitos do envelhecimento ligado ao tabu e preconceito que rondam a velhice e a necessidade de desejar e permanecer para sempre desejável; nas relações momentâneas e efemeridade relacional da atualidade; na erotização da infância e aumento da pedofilia e nos índices altíssimos de gravidez precoce, etc, já que sexo é uma questão central na vida de todo ser humano e se faz presente em diversos âmbitos pessoais e discussões sociais, tanto na atualidade como no passado. Sexo e sexualidade estão atrelados diretamente ao surgimento do ser humano e a configuração de sociedade, não trata-se de uma questão apenas de adultos. Atravessa a puberdade, diz respeito a todas as áreas da vida e a todas as fases do desenvolvimento. Ainda que alguma pessoa não seja sexualmente ativa, está sujeita a sexualidade (percepção do desejo) e existe a partir do sexo.

Em 2006 a OMS (Organização Mundial de Saúde) se refere à sexualidade como parte da personalidade de todo ser humano bem como um aspecto que

garante seu bem-estar físico e psíquico. Para Reich (1933) a sexualidade é uma entrega natural e espontânea em direção ao amor, ao trabalho ou para qualquer atividade prazerosa de uma forma geral. Portanto, é possível interpretar sexualidade como direcionamento pessoal as práticas de desejo somado às próprias percepções sobre tal. Compreende-se como sexualidade, então, uma expressão humana não necessariamente conectada ao ato sexual em si, mas a atitudes e comportamentos que estão diretamente relacionados ao prazer pessoal, seja ligado a outros ou a si, tais como fantasias, pensamentos, masturbação, carícias, beijos, abraços, o ato propriamente dito e, até, diálogos. Portanto, “A forma de expressão da sexualidade e o desejo por momentos de intimidade são complexos, já que sofrem influência de fatores biopsicossociais, econômicos, culturais, religiosos e espirituais” (Bastos *et al.*, 2012, p. 88) também levando em consideração o que pode ser considerado moral e imoral perante a sociedade, bem como o que é suportável perante ao contexto pessoal (Ribeiro, 2018), e o contexto de idosas viúvas atravessa, além das percepções pessoais sobre o desejo e o prazer, inibições de gênero, inibições de idade e o luto.

Segundo Beauvoir (2018) a definição de senescência, além de ter dado voz apenas a homens, ainda não é consenso já que “para a sociedade, a velhice aparece como uma espécie de segredo vergonhoso, do qual é indecente falar” (Beauvoir, 2018, p. 7). É ponderado definir, então, o que é terceira idade pela própria idade cronológica ou, até, por incapacidade de contribuir com a economia (trabalhar), porém “o envelhecimento parece escorrer pelos vãos dos dedos, como algo muito complexo e muito maior do que o possam conceber a geriatria e a gerontologia!” (Prado; Sayd, 2006, p. 497). Apesar dessa vaga definição, ainda é proposto vida ativa durante a terceira idade atualmente, Beauvoir (2018) liga a condição de terceira idade, aposentadoria e fim da vida com improdutividade, já que, enquanto sociedade capitalista, aquele que produz é o único digno de ser escutado e declara que, também por conta do modelo socioeconômico, a tendência silenciadora às vidas idosas se justifica.

Adichie (2015) discorre sobre a diferença entre a criação de meninas para a criação de meninos e salienta diferenças de gênero, apresenta que, desde as brincadeiras até a maneira às quais lhes são direcionadas a fala, mulheres são preparadas para o casamento e a função de esposa bem como moldadas para se perceberem e serem percebidas como fracas e incapazes de ser sem essa função. Freitas, Couto Júnior e Carvalho (2018) levantam que a criação diferenciada não se limita ao lar, mas perpassa pelas escolas e outros ambientes e que, porque durante as fases do desenvolvimento infantil essas diferenças são presentes, permanece na identidade do adulto, nesse caso, da mulher, a opressão, isto é, a necessidade de ser submissa ao desejo do homem e da sociedade como um todo.

O que leva a presumir que a mulher idosa sem marido não possui função socioeconômica, já que não possui idade para contribuir economicamente e ainda precisa, por lei, ser resguardada pela aposentadoria (de acordo com a Lei nº 8.213, 1 A geriatria é a área da medicina que trabalha com prevenção, diagnóstico e tratamentos específicos da terceira idade, enquanto gerontologia se trata de uma ciência especializada na saúde e bem-estar social de idosos.

de 24 de julho de 1991)², causando certo prejuízo; nem possui marido, personificação de sua principal função, ditada pela família, escola e todos os ambientes que a permeiam.

VIÚVAS E LUTO

“Tudo é vivido pela primeira vez e sem preparação.

*Como se um ator entrasse em cena
sem nunca ter ensaiado.”*

Milan Kundera

Ainda sobre a velhice, Beauvoir (2018) fala sobre este estágio do desenvolvimento humano, sugerindo que “a velhice desemboca sempre na morte” (Beauvoir, 2018, p. 40) e de como, mesmo assim, a encaramos com surpresa e ultraje, já que não está presente na mente do coletivo a aceitação desta ruptura abrupta da vida; Elizabeth Kübler-Ross (2017), completa esse pensamento no início de seu livro *Sobre a Morte e o Morrer*, ao comentar sobre a relação da humanidade com o luto e a morte. Kübler-Ross (2017) ilustra a maneira atual que a não-aceitação da morte se dá por causa de um movimento social de distanciamento da morte, bem como de adiá-la por percebê-la como um mal, como algo avesso ao processo natural de viver, a morte passa a ser vista como um processo a ser evitado a todo custo. Antigamente, as pessoas morriam em casa, com a família, em suas camas e naturalmente, hoje em dia (não)³ morrem em hospitais dando o último suspiro de forma artificial. Freitas (2018), bem como as autoras supracitadas, critica abertamente a noção atual de que o luto deve ser, como a morte, repreendido, juntamente do sofrimento e da angústia que ele causa. Dando o exemplo do tempo que se obtém de licença do trabalho quando se perde alguém (sete dias) e questionando se existe, de fato, algum espaço de tempo normal e natural para se estar de luto. No fim do texto, conclui que a modernidade percebe como intolerável o sofrimento, desse jeito, veta-se a capacidade de ressignificação do luto e causa ao enlutado repreensão dos familiares e amigos próximos.

Para Heidegger (2012), porém, o ser-para-morte, conceito existencialista, é a maneira autêntica de viver ao se deparar com a realidade doída da morte do ser. Esta é, portanto a realidade da morte: insubstituível, intransferível e, principalmente, subjetiva. Cada morte, de acordo com a visão fenomenológica-existencial, é única pois faz parte da vivência e vida humana que é, resumidamente, igualmente única. A morte, apesar de marcar o fim do ser, marca também a completude da vida, sendo a experiência última da vida dos homens. Tanto Beauvoir (2018) e Kübler-Ross (2017) apontam que a humanidade não se dá bem com a noção de finitude própria,

² Para mais informações, acesse: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/18213cons.htm

³ Kübler-Ross (2017) comenta que a morte é constantemente adiada em hospitais pela equipe médica, causando uma desnaturalização do processo do morrer, por isso usamos “não morrem em hospitais”, já que o principal objetivo da medicina atual é evitar o morrer de todas as formas possíveis, mesmo que isso signifique deixar a pessoa sem nenhum dos sentidos em um leito, por exemplo.

mas, apesar dessa verdade, Heidegger (2012) afirma que é exatamente essa noção de finitude própria que compõe a existência de forma autêntica:

Assim, ter consciência da própria morte, faz com que o indivíduo tenha experiências de vida que estejam relacionadas ao fato de que um dia irá morrer, e consigo levará todas suas vivências, sonhos e realizações. Portanto, há a consciência de que cada momento deve ser aproveitado, pois a vida não é infinita (Siman; Rauch, 2017, p 113).

Portanto, para o existencialista, a única maneira possível de se viver de forma autêntica é percebendo-se finito - passível de ser morto, já que dessa forma as decisões, isto é, o que define o rumo e o sentido da vida do indivíduo se voltam para as próprias percepções e os próprios desejos em vida. Mas não só a morte é apresentada como impensável e repreendida, a própria velhice, enquanto o último estágio do desenvolvimento humano é percebida com ultraje, já que prenuncia a morte ao mesmo tempo que deteriora a autoimagem e o ideal pessoal construído durante a vida.

Para cada indivíduo, a velhice acarreta uma degradação que ele teme. Ela contradiz o ideal viril ou feminino adotado pelos jovens e pelos adultos. A atitude espontânea é a de recusá-la, uma vez que se define pela impotência, pela feiura, pela doença. A velhice dos outros inspira também uma repulsa imediata. Essa reação elementar subsiste mesmo quando os costumes reprovam (Beauvoir, 2018, p. 45).

É preciso salientar que “a velhice não tem o mesmo sentido nem as mesmas consequências para os homens e para as mulheres” (Beauvoir, 2018, p. 89). Com ênfase na sexualidade, a função reprodutora da mulher é interrompida de forma brutal pela menopausa, enquanto o homem continua fértil por toda a vida. Levando a mulher a perder uma de suas principais funções sociais: reprodução. É esperado, portanto, que quando uma mulher atinge a velhice, se abstenha de toda prática sexual.

“Morrer prematuramente, ou envelhecer: não há outra alternativa” (Beauvoir, 2018, p. 297). Para além disso, deparam-se durante a velhice diante de diversas perdas. Inicialmente da função reprodutora, por conta da menopausa, e num segundo momento com a perda do cônjuge; não necessariamente nessa ordem, que fora inserida para fins didáticos, mas porque quando fala-se de viúvas é preciso compreender que fala-se de mulheres enlutadas pela perda de seu companheiro de longa data e pela função que exerceu durante a maior parte de sua vida (mãe e esposa). A perda do ente querido é estressante mesmo se estivesse doente já há algum tempo, e a morte do cônjuge se trata de um enorme desafio emocional que impacta a vida da viúva em todos os âmbitos, não se privando ao emocional. Isso se dá pois trata-se da perda de um parceiro de longa data, considerando que mulheres vivem mais e que os casamentos duram mais para esta geração; mesmo que o casamento não fosse amigável, como sugere o autor, pois se trata

também da perda do papel que se exercia. “O luto vivido em decorrência da morte de um ente querido não é somente uma experiência dura e profunda de perda, mas também a evocação de nossa condição mortal, assim como da inevitabilidade e irreversibilidade da morte” (Freitas, p 98, 2013), portanto, o luto, que por si já não é um processo simplório, torna-se mais complexo e intenso nesta fase da vida por sugerir a própria mortalidade e falta de sentido existencial em camadas profundas do ser. A identidade da idosa viúva passa a ser a viuvez, privando-se de seus desejos, não mais é (esposa), pois deixou de ser (viúva) (Galicioli; Lopes; Rabelo, 2012).

ATUALIZANDO O DESEJO

*“Procuramos sempre o peso das responsabilidades,
quando o que na verdade almejamos
é a leveza da liberdade.”*

Milan Kundera

Pensar em viuvez sugere, necessariamente, pensar em luto; assim como não existiria humanidade se não fosse sexo, não existiria viuvez sem morte. Porém, para além do luto, da dor da perda do parceiro e da perda de função social, a viúva se encontra com o desafio de se perceber enquanto detentora do próprio desejo, nem que seja para negá-lo. “Quando desfrutam de uma vida sem companheiro, seja por viuvez ou por outras causas, as mulheres idosas sentem ainda mais que não há espaço para a vida amorosa, vivenciam apenas um silêncio que nega qualquer apelo” (Souza *et al.*, 2015, p. 938). Porém, Teixeira (2006) ao dissertar sobre a escolha autêntica enquanto escolha de si afirma que, para a filosofia existencial, todo indivíduo é um ser consciente e potencialmente capaz de escolher para si, não deve-se supor que idosas viúvas escapam dessa verdade.

O que caracteriza a existência individual é o ser que se escolhe a si-mesmo com autenticidade, construindo assim o seu destino, num processo dinâmico de vir-a-ser. O indivíduo é um ser consciente, capaz de fazer escolhas livres e intencionais, isto é, escolhas das quais resulta o sentido da sua existência (Teixeira, 2006, p. 290).

Percebem-se, portanto, diante de uma escolha existencial. Anular-se pelas outras pessoas e prender-se a estereótipos refutáveis e preconceitos baseados em moralismo social, como sugere Souza *et al.* (2015), ou a escolha existencial autêntica, que pode até abraçar a renúncia ao sexo e ao desejo próprio, mas ligado as próprias possibilidades e potencialidades, como sugere o discurso existencial trabalhado por Teixeira (2006).

Sobre os estereótipos e preconceitos, destaca-se o do idoso sem desejo sexual, como se o desejo se esvaecesse com a idade, o que é, no mínimo, questionável, já que o desejo se dá de diversas formas, como citado anteriormente. O desejo e o sexo nem sempre andam juntos, mas a ideia do velho assexuado é social, ditada pela moral da sociedade atual (Ribeiro, 2018; Bastos, 2012).

A mulher idosa sente-se esmagada pelos preconceitos e alimenta o pensamento de que por ser “velha” já não oferece atrativos. Nessa perspectiva, opta por uma postura mais discreta para não ser rotulada como a “velha assanhada”. Isso se aplica, obrigatoriamente, às vestimentas e ao modo de se comunicar (Fernandes, 2009).

Para além deste, os mais profundos e simbólicos: a falta de valor socioeconômico pela perda do marido e da condição de contribuir trabalhando. Também a falta de espaço de vivenciar o luto, percebido como inaceitável, pois denuncia a morte, a velhice, a doença e a verdade irrefutável que a morte e o sofrimento são para todos. Ainda a perda da função para qual foram educadas, isto é, ser esposa e viver em função de uma relação heterossexual, monogâmica e submissa (Beauvoir, 2018; Küblr-Ross, 2017; Adiche, 2015).

É preciso, portanto, que essas mulheres se escolham, mesmo que para se negarem. Sartre (2014) fala da escolha como única forma de escolher a si. Afirma que este é o peso da responsabilidade da escolha, angústia e sofrimento por ser impossível perceber com certeza as consequências de cada escolha existencial. Os homens, nesse caso, mulheres⁴, utilizam-se da angústia para agir em coerência consigo, o autor diz que a escolha só é percebida com valor por ter sido escolhida, portanto, mesmo que a mulher tenha escolhido se relacionar com seu desejo após a perda de seu cônjuge ou que tenha escolhido permanecer só, é uma escolha de valor, desde que tomada com consciência de si e para si mesma. Não é correto afirmar, de acordo com a visão fenomenológica-existencial, que mulheres devem permanecer sozinhas após a perda do parceiro, nem que devem se limitar a cuidados do lar, ou se apegarem a identidade do luto, as mulheres devem, existencialmente, enquanto compromisso com elas mesmas, escolherem a si, já que a mulher só existe à medida que realiza seu projeto, isto é, só existe à medida que realiza a si mesma. É preciso salientar que as mulheres possuem o poder da escolha durante toda a vida, não só na velhice, mas é em contato com a própria finitude que podem encarar com maior facilidade a verdade de precisarem escolher a si mesmas (Sartre, 2014; Heidegger, 2012).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A sexualidade é tema abrangente e inerente ao ser humano, já que se trata da vontade, desejo e das percepções pessoais sobre aquilo que causa prazer. A sexualidade é mais que o ato sexual, transparece no amor próprio e no direcionado a outras pessoas ou outros afazeres. Sendo parte inerente da personalidade humana, a sexualidade atravessa todas as fases de seu desenvolvimento e chega até a terceira idade, apesar das percepções errôneas de que o idoso não é um ser sexual.

⁴ Sartre, em seu texto, utiliza a palavra “homens”, aqui substituímos por mulheres por se tratar de um artigo direcionado a questões de mulheres idosas e viúvas.

Sobre viúvas na terceira idade, percebe-se que existem em um momento delicado, pois além de carregar os estigmas da idade e de possuírem dificuldade de acessar seu desejo por sucessão de um histórico social e patriarcal de repressão feminina, ainda se encontram sem função reprodutora e sem a função de esposa, já que estão na menopausa e perderam seu parceiro. É, então, correto supor que justamente por causa da dor da perda - seja a perda palpável do companheiro de longa data, ou da perda simbólica de função socioeconômica - que é compreendida a realidade das escolhas existenciais e percebido o peso da responsabilidade de estar livre para ser.

REFERÊNCIAS

ADICHIE, Chinamanda Ngozi. **Sejamos todos feministas**. 1 ed. São Paulo: Companhia das Letras, 2015.

BASTOS, Carina Corrêa *et al.* . Importância atribuída ao sexo por idosos do município de Porto Alegre e associação com a autopercepção de saúde e o sentimento de felicidade. **Rev. bras. geriatr. gerontol.**, Rio de Janeiro , v. 15, n. 1, p. 87-95, 2012. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-98232012000100010&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 30 mai. 2020.

BEAUVOIR, Simone de. **A Velhice**. 4. ed. RJ: Editora nova fronteira, 2018.

CENSO. Idosos indicam caminhos para uma melhor idade. RJ: **Revista Retratos**, 2019. Disponível em: <https://censo2021.ibge.gov.br>. Acesso em: 20 nov. 2020.

FERNANDES, Maria das Graças Melo. Papéis sociais de gênero na velhice: o olhar de si e do outro. **Revista Brasileira de Enfermagem**, Brasília, DF, v. 62, n. 5, p. 705-710, 2009.

FREITAS, Paula Rios de; COUTO JUNIOR, Dilton Ribeiro; CARVALHO, Felipe da Silva Ponte de. Quando as (hetero)normas estremecem o cotidiano da Educação Infantil: conversas com professoras sobre as marcas de gênero expressas nas interações entre crianças. **Revista Zero-a-seis**, Florianópolis, v. 20, p. 37, p. 246-263, jan./jun. 2018. Disponível em: <https://bit.ly/2Ay9fAX>. Acesso em: 12 nov. 2020.

FREITAS, Joanneliese de Lucas. Luto e fenomenologia: uma proposta compreensiva. **Revista da Abordagem Gestáltica - Phenomenological Studies** – XIX(1): 97-105, jan-jul, 2013. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/3577/357735557010.pdf> Acesso em: 16 nov. 2020.

GALICIONI, Thaisa Gapski Pereira; LOPES, Ewellyne Suely de Lima; RABELO, Dóris Firmino Rabelo. Superando a viuvez na velhice: o uso de estratégias de enfrentamento. **Revista Temática Kairós Gerontologia**, 15(4), pp.225-237. Online ISSN 2176-901X. Print ISSN 1516-2567. São Paulo (SP), Brasil: FACHS/NEPE/PEPGG/PUC-SP.

HEIDEGGER, Martin. Ser e tempo. **Tradução de Fausto Castilho**. Campinas, SP; Rio de Janeiro, RJ: Editora da UNICAMP: Vozes, 2012.

KÜBLER-ROSS, Elizabeth. **Sobre a morte e o morrer: o que os doentes terminais têm para ensinar a médicos, enfermeiras, religiosos e aos seus próprios parentes**. 10. ed. São Paulo: Editora WMF Martins Fontes, 2017.

ONU. **Mulheres vivem mais do que homens na maior parte dos países, diz relatório da ONU**. Disponível em: <https://nacoesunidas.org/mulheres-vivem-mais-do-que-homens-na-maior-parte-dos-paises-diz-relatorio-da-onu/> Acesso em: 03 de jun. de 2020.

PRADO, Shirley Donizete; SAYD, Jane Dutra. **A gerontologia como campo do conhecimento científico: conceito, interesses e projeto político**. Ciência & Saúde Coletiva, Rio de Janeiro. 11(2): 491-502, 2006.

RIBEIRO, Paulo Rennes Marçal. **A sexualidade também tem história: comportamentos e atitudes sexuais através dos tempos**. In.: BORTOLOZZI, Ana Cláudia; MAIA, Ari Fernando (Org). Sexualidade e infância. Bauru: FC/CECEMCA; Brasília: MEC/SEF, 2005, p.17-32.

SARTRE, Jean Paul. **O existencialismo é um humanismo**. 4. ed. Petrópolis, RJ: Editora Vozes De Bolso, 2014.

SEXUALIDADE. Organização Mundial de. **Os direitos sexuais**. 2006.

SIMAN, Adriana; RAUCH, Carina Siemieniaco. **A finitude humana: morte e existência sob um olhar fenomenológico-existencial**. Fac. Sant'Ana em Revista, Ponta Grossa, v. 1, n. 2, p. 106-122, 2. Sem. 2017 Disponível em: <https://www.iessa.edu.br/revista/index.php/fsr/index> acesso em 30 de mai. 2020.

SOUZA, Mariana de *et al.* **A vivência da sexualidade por idosas viúvas e suas percepções quanto à opinião dos familiares a respeito**. Saúde Soc. São Paulo, v.24, n.3, p.936-944, 2015. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/sausoc/v24n3/0104-1290-sausoc-24-03-00936.pdf> Acesso em: 13 nov. 2020.

TEIXEIRA, José A. Carvalho. **Introdução à psicoterapia existencial**. Análise Psicológica 2006, 3 (XXIV): 289-309. Disponível em: http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0870-82312006000300003. Acesso em: 13 out. 2020.