



Boletim

## Discutindo sexualidade com pacientes

Coloplast®  
Professional

Este artigo é baseado na apresentação de Birgitte Schantz Laursen (enfermeira, PhD), realizada no Coloplast Ostomy Days 2018.

Birgitte é pesquisadora sênior do Hospital Universitário de Aalborg, na Dinamarca. Especialista em sexologia, a pesquisa de Birgitte se concentra no impacto do câncer e de doenças crônicas na sexualidade do paciente. Durante os últimos dez anos, ela trabalhou em estreita colaboração com enfermeiros e outros profissionais de saúde para ajudá-los a se tornar mais confiantes na abordagem de questões de sexualidade e intimidade com seus pacientes.

Abordar a sexualidade do paciente é uma parte crítica da abordagem holística do cuidado, particularmente ao trabalhar com aqueles que vivem com condições crônicas. Neste artigo, exploramos como viver com uma estomia de eliminação afeta a sexualidade do paciente e como você pode lidar com essa área importante para a vida das pessoas.

### Seis maneiras de abordar a sexualidade do paciente

- Eduque-se.
- Seja profissional e não impessoal e invasivo.
- Esteja ciente de seus preconceitos e limitações pessoais; desafie-se.
- Encenação (situações de prática com seus colegas).
- Identifique os recursos disponíveis e tire proveito deles.
- Faça sua própria caixa de ferramentas de perguntas e frases ensaiadas.

### A importância da sexualidade

A Organização Mundial da Saúde<sup>1</sup> define a sexualidade como: "... um aspecto central do ser humano [...]; abrange sexo, gênero, identidades e funções, orientação sexual, erotismo, prazer, intimidade e reprodução. A sexualidade é vivenciada e expressa em pensamentos, fantasias, desejos, crenças, atitudes, valores, comportamentos, práticas, funções e relacionamentos." E a definição continua destacando que a sexualidade é influenciada por uma variedade de fatores, incluindo influências biológicas, fisiológicas e sociais.

### Uma vida melhor

Ostomy Care, Continence Care, Wound & Skin Care and Interventional Urology

A maioria dos estudos científicos<sup>2</sup> sobre o assunto também enfatiza a importância da sexualidade para o nosso bem-estar e qualidade de vida. Por exemplo, pesquisas indicam que ter uma vida sexual saudável pode realmente tornar mais fácil superar a doença e ter maior controle dela. Essas conclusões surgiram de um estudo com pacientes diabéticos. Ele revelou que o nível de glicose era melhor em pacientes com boa vida sexual e bons relacionamentos do que em pacientes com problemas de relacionamento e sexualidade.

***"Como enfermeiros, muitas vezes falamos sobre a prestação de cuidados holísticos e temos que lembrar que abordar a sexualidade é uma parte deste cuidado.", Birgitte Schantz Laursen***

Pesquisadores suecos<sup>3</sup> examinaram o papel do hormônio oxitocina, que é liberado durante a relação sexual e a intimidade. Uma das propriedades únicas desse hormônio é que ele nos faz sentir relaxados e contentes, e muitas vezes, está relacionado à redução do estresse e melhora geral da saúde. Visto que a oxitocina é liberada como resultado do contato íntimo, ela enfatiza a importância da intimidade sexual para nosso bem-estar geral.

### Como viver com uma estomia afeta a sexualidade de forma física e psicológica

"Sempre vivenciamos a doença como um evento completo que afeta todos os aspectos de nossa existência", explica Birgitte Schantz Laursen. "Mesmo uma doença com implicações estritamente biológicas também afeta as partes psicológicas e sociais de nossas vidas.", complementa.

Portanto, não é surpreendente que viver com uma estomia possa ter um efeito profundo na sexualidade dos pacientes. Pesquisas<sup>4</sup> indicam que há uma série de desafios físicos e psicológicos com os quais os pacientes precisam lidar. Eles não precisam apenas aceitar as mudanças fundamentais no corpo, que vêm com a cirurgia de estomia. É preciso também enfrentar o medo e a ansiedade que o corpo transformado gera no que diz respeito à intimidade sexual.

Para os homens, as cirurgias na região pélvica podem resultar em danos aos nervos, levando à disfunção erétil, dificuldades de ejaculação e problemas com o clímax.

Para as mulheres, as cirurgias e os tratamentos (como radio-terapia) podem resultar em ressecamento vaginal, dispareúnia (dor durante a relação sexual) e problemas no clímax. A posição da bolsa de estomia pode afetar o posicionamento durante o sexo e exigir mudanças de papéis na relação sexual. Se uma pessoa tiver que mudar de papel ativo para um papel mais passivo, isso pode desafiar a visão dela sobre suas próprias destrezas e identidade sexual. Os pacientes também relatam ter medo de que a bolsa de estomia se desprenda.

Algumas pessoas, em relacionamentos estáveis, começam a dormir em lugares separados por medo de que o parceiro chegue perto demais do equipamento durante a noite e, assim, faça com que ele se solte.

Esses tipos de mecanismos de enfrentamento obviamente têm um impacto na intimidade geral em um relacionamento.

### A perspectiva do paciente

Embora bastante ressaltado na literatura e entretenimento, sexo e sexualidade ainda são assuntos delicados que podem ser difíceis de discutir, mesmo entre parceiros sexuais. Portanto, discutir essa temática com um completo estranho, mesmo que essa pessoa seja um profissional de saúde, pode ser bastante assustador.

No entanto, estudos mostram que 85% dos pacientes querem que os profissionais de saúde falem com eles sobre seus problemas sexuais.<sup>5</sup> Porém, 68% deles têm medo de tocar no assunto por conta própria, preocupados com a possibilidade de constranger seu médico ou enfermeiro.<sup>6</sup> Além disso, 71% temem que seu médico ou enfermeiro não abordem o problema.<sup>7</sup>

É claro que os pacientes esperam que seus profissionais de saúde tratem desse assunto e forneçam ferramentas ou conselhos para ajudá-los a lidar com seus desafios sexuais.

**“Como profissionais de saúde, parte do nosso papel é interromper esse ciclo vicioso.”**  
**Birgitte Schantz Laursen**



### A perspectiva dos profissionais de saúde

Com a sexualidade desempenhando um papel tão importante na existência humana, e o foco no cuidado holístico ditando que os profissionais de saúde tratem a pessoa por inteiro, por que essa área não é abordada de forma padrão?

Pesquisas<sup>8</sup> sugerem que existem muitos motivos pelos quais os profissionais de saúde evitam o tema da sexualidade. Vão desde a falta de tempo até preocupações em ofender ou envergonhar os pacientes. Alguns especialistas acham que não é sua responsabilidade, que a sexualidade é algo que os

pacientes não priorizam, nem antes nem durante o tratamento. Outros pensam que o tema é algo que os pacientes preferem discutir com seus parceiros.

Tudo isso dá origem ao que Birgitte Schantz Laursen chama de “tabu de mão dupla”. Como ela explica, “respondemos ao silêncio do paciente com silêncio, confirmando para eles que precisam resolver estas questões por conta própria”.

### Por que abordar a sexualidade pode ser um desafio

Uma razão pela qual abordar a sexualidade pode ser um desafio, tem a ver com a abordagem que os profissionais de saúde usam ao lidar com os pacientes.

“No nosso diálogo com o paciente, costumamos usar a nós mesmos como um instrumento. Portanto, nossos próprios sentimentos podem afetar nossa capacidade de nos comunicarmos com eficácia”, diz Birgitte. Outro obstáculo tem a ver com a falta de treinamento. Se os profissionais de saúde não são treinados para falar sobre sexualidade, eles se tornam dependentes de sua própria experiência pessoal. Isso, por sua vez, faz com que eles se sintam vulneráveis e pouco profissionais.<sup>9</sup>

“Como enfermeiros, somos ensinados a isolar nossa esfera particular (pessoal) de nossa esfera profissional. Devemos sempre nos conectar com proximidade com nosso paciente, mas nunca devemos permitir que nossos sentimentos pessoais influenciem a maneira como interagimos com ele. E, como a sexualidade é algo da esfera particular, pode ser difícil abordar o tema de forma profissional”, explica Birgitte.



### Dicas para abordar a sexualidade

Então, como os profissionais de saúde podem superar essas barreiras e fornecer o aconselhamento e a assistência que os pacientes esperam e precisam?

“Às vezes, basta mencionar o assunto”, diz Birgitte. “Dessa forma, você legitima o paciente e reconhece que isso pode ser um problema”, complementa.

Se a barreira for a falta de tempo, você sempre pode mencionar a sexualidade enquanto treina o paciente sobre como usar a bolsa de estomia. E, se você está preocupado em abordar um assunto tão particular, você pode tentar falar sobre sexualidade na terceira pessoa, usando frases do tipo “Alguns pacientes vivenciam este problema”, em vez de algo mais personalizado como “você pode vivenciar esse problema”. Outra técnica é usar perguntas abertas, que permitem aos pacientes contar suas histórias com suas próprias palavras.

Para aqueles que podem sentir que não têm o conhecimento ou as competências necessárias para abordar a sexualidade, Birgitte compartilha seu voto de confiança: “Você tem o conhecimento, porque você sabe como as cirurgias de estomia podem afetar as funções sexuais. Portanto, não seja tímido! Basta começar.”

## Referências

1. WHO 2006
2. Brody J sex med 2010
3. Uvnäs-Moberg et. al Frontiers in psychology, 2015
4. Vural et. al 2016, Houston 2017, Smith & Simpson 2016
5. Southard & Keller 2009
6. Persson et al. 2005
7. Marwick 1999, Traumer 2018
8. Moore et. al 2013; Houston 2017

A Coloplast desenvolve produtos e serviços que facilitam a vida de pessoas com condições médicas muito pessoais e particulares. Trabalhando em estreita colaboração com as pessoas que usam nossos produtos, criamos soluções que são sensíveis às suas necessidades especiais. Chamamos isso de saúde íntima. Nosso negócio inclui cuidados com estomia, cuidados para continência, cuidados com a pele e feridas e cuidados urológicos. Operamos globalmente e empregamos mais de 10.000 funcionários. A Sra. Birgitte Schantz Laursen é paga por seu envolvimento com a Coloplast A/S. O conteúdo deste artigo, incluindo referências, foi feito sob a direção da Sra. Birgitte Schantz Laursen.

O logotipo da Coloplast é uma marca registrada da Coloplast A/S.

© 2018-09 Todos os direitos reservados Coloplast A/S, 3050 Humlebaek, Dinamarca PM-0600

Uma vida melhor

Ostomy Care, Continence Care, Wound & Skin Care and Interventional Urology

