

## **SEXUALIDADE, QUALIDADE DE VIDA E ATIVIDADE FÍSICA NO ENVELHECIMENTO**

Helena Brandão Viana<sup>1</sup>, Vera Aparecida Madruga<sup>2</sup>. 1 Unasp – campus 3; 2 Unicamp - FEF

Neste artigo abordamos a questão da sexualidade e a atividade física como fatores que influenciam a qualidade de vida no envelhecimento. Conceituamos qualidade de vida em seus aspectos subjetivos e objetivos, e apresentamos o conceito de qualidade de vida no envelhecimento, de acordo com os principais pesquisadores de qualidade de vida e envelhecimento. De acordo com diversos autores, discutimos os fatores que influenciam a avaliação subjetiva da qualidade de vida individual. Abordamos a influência da atividade física sobre a sexualidade e a qualidade de vida de pessoas acima de 60 anos e reunimos na última parte deste trabalho, alguns instrumentos de pesquisa que podem ser utilizados para avaliação objetiva e subjetiva da qualidade da vida e da sexualidade no envelhecimento.

**Palavras-chave:** Qualidade de vida, envelhecimento, sexualidade, atividades físicas.