

# LA SEXUALIDAD EN LA TERCERA EDAD. INFORMACIÓN Y ACTITUDES DESDE LA POSICIÓN DE ADULTO MAYOR

**Patricia M. Herrera Santí**

*Policlínico Universitario Enrique Betancourt Neninger, La Habana.*

**Katy Oliva Cruz**

*Dirección municipal de higiene y epidemiología, Plaza de la Revolución.*

## Resumen

La percepción de la sexualidad en la adultez mayor ha estado marcada por un conjunto de mitos, estereotipos y prejuicios. Por lo que la presente investigación se propone como **objetivo** explorar que conocen los adultos mayores pertenecientes a la filial universitaria Félix Varela, de Alamar Este sobre la sexualidad en esta etapa y qué actitud asumen hacia ella desde su posición de adultos mayores. Como **método** se realizó un estudio descriptivo y transversal, con el universo de 17 adultos mayores que cursaban la universidad en el curso 2014-15, a los cuales se aplicaron las siguientes técnicas: Entrevista Semi-Estructurada, Diferencial Semántico y Grupo Focal; utilizándose una metodología cualitativa y el análisis de contenido, como procedimiento para el análisis de los datos. Las variables estudiadas fueron: información sobre la sexualidad en la 3ra edad y actitud hacia la sexualidad en esta etapa. Como **resultado** se observó que las actitudes hacia la sexualidad en la vejez son favorables y que cuentan con una gran cantidad de información. **Concluimos** que aunque es amplia y adecuada la información, no dejan de aparecer en la misma prejuicios que afectan el disfrute pleno de la sexualidad a estas edades por lo que se recomendó ampliar el estudio con otras muestra de adultos mayores y crear un programa de intervención para lograr mejor aceptación y adaptación ante la sexualidad en esta etapa de la vida.

**Palabras clave:** Sexualidad, adulto mayor, actitudes

## Abstract

The perception of sexuality in the elderly has been marked by a set of myths, stereotypes and prejudices. Therefore, the objective of the present paper is to explore what the knowledge of the elderly from the Félix Varela university venue, Alamar Este, is in terms of sexuality in this stage and what their attitude towards it is from their perspective as elderly. The **method** used was that of a cross-sectional descriptive study with 17 adults of old age who were taking courses at the university in the academic year 2014-2015, on whom the following techniques were applied: Semi-structured Interview, Semantic Differential and Focus Group, where a qualitative methodology and content analysis were used for data analysis purposes. The variables studied were: information about sexuality in the elderly and attitude towards sexuality in this stage. As a **result** of that, it was observed that the attitudes towards sexuality in old age are favorable and that they have plenty of information. **It was concluded** that although the information is wide and adequate, there are still prejudices that affect the full enjoyment of sexuality at this age, therefore it was recommended to widen the study with other population samples of the elderly and to create an intervention program aimed at achieving a better acceptance and adaptation regarding sexuality at this stage of life.

**Keywords:** Sexuality, older adult, attitudes

## Introducción

Cuando hablamos de sexualidad en la vejez, nos enfrentamos a un doble inconveniente, el de la vejez que tanto nos preocupa y agobia por ser casi siempre abordado de forma negativa sin tener en cuenta toda las riquezas y ganancias que lleva consigo esta última etapa de la vida y por el otro lado, nos enfrentamos al tema de la sexualidad, que tanto prejuicio implica, más aun cuando tratamos este tema en el atardecer de la vida. (Hernández, Renteira y Sardiñas. 2009)

Han crecido muchos mitos y prejuicios alrededor del planeta, y en muchas partes se cree en ellos. Uno de los grupos más afectados por este tipo de creencias son los adultos mayores. A pesar de los avances en su atención; en términos de sexualidad, existe la tendencia a subestimar las capacidades, los deseos y las necesidades que tienen los adultos mayores en esta esfera. Cuando un anciano muestra interés en cuestiones específicas del área sexual o cuando busca pareja después de haber estado casado, es rechazado y ridiculizado. (Bujardón y Olivera. 2008).

La sociedad en su gran mayoría, cree que el anciano es un “ser asexuado”. La existencia de prejuicios sociales con pautas culturales rígidas, así como determinadas actitudes sociales y familiares ante la vida sexual del anciano, como la censura, el reproche, el miedo, las risas o los chistes, entre otros prejuicios y mitos, propician una desinformación permanente de la temática sexual en la edad geriátrica. En otras ocasiones, la persona se convierte en destinatario de sus propios prejuicios, y ello funciona como el principal responsable de la desvalorización sexual del anciano. (Pérez, V.T. 2008)

Pero veamos entonces a partir de la presente investigación, cuáles son las informaciones y actitudes ante la sexualidad, desde la posición de adulto mayor.

### **Desarrollo**

Nos planteamos como objetivo general:

Explorar las informaciones y actitudes ante la sexualidad en la vejez en los adultos mayores pertenecientes a la filial universitaria Félix Varela, de Alamar.

Como objetivos específicos:

- Identificar los contenidos informacionales que poseen sobre la sexualidad en la vejez, los adultos mayores pertenecientes a la filial universitaria Félix Varela, de Alamar.
- Explorar las actitudes del grupo de estudio, ante la sexualidad en la vejez.

### **Tipo de Investigación.**

El tipo de diseño utilizado fue no experimental, transversal y descriptivo.

Definición conceptual y operacional de las variables.

**Información:** Da cuenta de los conocimientos que poseen los sujetos en torno a un objeto; su cantidad y calidad es variada en función de varios factores. Incluye el origen de estos conocimientos o fuentes de procedencia de la información.

**Actitud:** Es el elemento afectivo, imprime carácter dinámico a la representación y orienta el comportamiento hacia el objeto de la misma; dotándolo de reacciones emocionales de diversa intensidad y dirección.

**Vejez:** Etapa de la vida que comienza alrededor de los 60 años hasta la muerte. También se le conoce como la tercera edad, senectud o ancianidad.

**Sexualidad en la vejez:** Expresión psicológica de emociones y compromisos, que requiere la mayor cantidad y calidad de comunicaciones entre compañeros, en una relación de confianza, de amor, de compartir placer con o sin coito.

Se seleccionó una muestra no probabilística, intencional u opinática, de 17 sujetos.

**Técnicas e instrumentos aplicados:** Diferencial Semántico, Entrevista Semi-Estructurada y Grupo Focal.

A partir de la triangulación de las técnicas anteriormente mencionadas, se obtuvieron los siguientes resultados:

En lo referente a la cantidad de la información, se expresaron un total de 385 ideas, relacionadas con la sexualidad en la vejez, expresándose una mayor cuantía de ideas a lo referente con las manifestaciones afectivas y los cambios que se producen en esta etapa en los actos sexuales.

Se puede considerar que hay una buena calidad en los contenidos informacionales a partir de las propias explicaciones dadas por los sujetos. Veamos ahora cómo se muestra esta gran calidad de la información en los senescentes del estudio.

Para la mayoría, la sexualidad en la vejez, está referida a compartir sentimientos de amor, ternura, cariño, pasión y otras sensaciones con el ser querido; va más allá de la actividad sexual física y se expresa en estos sentimientos, inclusive, para poder llegar al coito se hace necesario su presencia; plantean que el sentimiento de amor no se debilita a través de los años, sino que se fortalece y es fundamental para que se conserve la relación de pareja y para el disfrute de la sexualidad. Consideran que hay parejas que no pueden tener relaciones sexuales, sin embargo sienten el amor y el cariño mutuo, que los mantiene juntos.

La comunicación, comprensión y compenetración son también a su modo de ver, fundamentales, es importante que la pareja se entienda, y que además surjan temas de conversación agradables que motiven la relación sexual. Igualmente, es necesaria la pareja como una fuente de apoyo, de sostén, y soporte; en muchas ocasiones, el cónyuge es visto como una forma de compañía, para evitar la soledad. Asimismo se presenta el sentimiento de fidelidad y compromiso y algunos adultos mayores, refieren la importancia de la estabilidad de pareja para el disfrute de la sexualidad en la vejez.

Otra cuestión, es el hecho de que algunos ven al cónyuge como otro miembro más de la familia y no como un compañero sexual. Además manifiestan dentro de la sexualidad, el amor a la familia creada, el amor a los hijos y nietos.

Algunas ideas fueron expresadas con relación a la rutina y monotonía vivida por la pareja, cuestión que aparece también en la vejez y que debe ser apartada, excluida, para el disfrute de una vida sexual placentera.

Aparece expuesto en gran medida, el hecho de que la sexualidad es vivenciada y percibida como fuente de alegría, felicidad y de estímulo y motivación ante la vida y hacia la propia sexualidad; esta, los llena de un espacio vital, que los hace sentir bien, los motiva, es placentera. Opinan que, cuando se tienen relaciones sexuales, se mejora el ánimo, se mantiene la ilusión y el deseo de vivir. Aquellos adultos mayores sin pareja, refieren que les gustaría tener una persona con quien compartir la vida, para así poder disfrutar de la sexualidad y sentirse mejor.

Dan importancia y valor a fenómenos tales como: la coquetería, el galanteo, la seducción, el atraer al otro, (seducción-atracción); la manera de vestir para agradar y llamar la atención. Plantean que en una relación amorosa, deben sentir atracción uno por el otro aunque sean ancianos, que aún a esa edad es bueno la estimulación, que se expresen cosas bonitas, agradables al cónyuge.

El coito es también primordial desde el punto de vista y las opiniones de los adultos mayores del estudio, ellos expresan que practican el sexo. Algunos opinan que si no se realiza el acto sexual, no hay sexualidad, otros en cambio, plantean que el coito es solo una parte de ella, que aunque fundamental, no lo es todo.

La mayoría anhela que su vida sexual continúe a través de los años, les apetece seguir realizando el coito y plantean que no hay edad límite para esta práctica. El deseo sexual se mantiene como generalidad, y solo en unos pocos disminuye.

Consideran que hay una vida sexual activa durante la vejez, cuando se practica el sexo, además, se refieren al disfrute, goce y satisfacción sexual.

Al mismo tiempo muchos creen que la sexualidad es una necesidad fisiológica, lo cual no cambia en la vejez.

La masturbación como acto sexual solo es referida por un adulto mayor, de sexo masculino, este tema no fue tratado por ninguna de las féminas del estudio, por lo que se infiere que esta actividad no es muy frecuente en la adultez mayor, o que existen muchos prejuicios y tabúes en torno a ella, que impiden su expresión de manera liberada.

Las manifestaciones eróticas como las caricias, los besos, los toques, los abrazos, según relatan los sujetos son fundamentales en la sexualidad en la vejez. Plantean que son muy importantes los juegos sexuales, que inclusive algunos ancianos se conforman y no requieren de la penetración. Coincide con el estudio de Vasallo, Quiñones y Zalazar en el cual se evidenció que otro tipo de relación sexual que practicaban los adultos mayores de su muestra, tanto en el sexo femenino como en el masculino, fueron las caricias. (Vasallo, Quiñones y Zalazar. 2009). Según María Elena Real, se acepta, como normal en el anciano, ciertas modificaciones en el patrón sexual; estas serían disminución del número de coitos y el aumento proporcional de otras actividades sexuales como las aproximaciones físicas, las caricias y los ratos de intimidad emocional. (Real, M.E. 2013)

De igual manera destacan que la sexualidad en la vejez no es la misma que en la juventud, no se manifiesta de igual manera; hay menos dinamismo, menos ímpetu, menos vitalidad; es más pausada, más pasiva, no se responde igual ni a las caricias, no se siente de la misma manera. Mencionan que cuando se es más joven, se es más sexual. En la juventud la sexualidad es más explosiva, hay más locura; en la vejez no se evidencia tanta promiscuidad, no se cambia tanto de pareja para realizar el coito. En la vejez se va apagando la fogosidad de la juventud, aunque se sigue disfrutando de la sexualidad.

Esta se manifiesta de diferentes maneras a lo largo de la vida, en la senectud no se puede tener el mismo ritmo de actividad sexual que en la juventud. Algunos plantearon que les agradaría que su sexualidad fuera como en la mocedad; otros que serían unos ilusos si esperasen que esta fuera como cuando tenían menos edad.

Se produce una disminución de la frecuencia de los actos sexuales, según la apreciación de los adultos mayores del estudio. Refieren que sus relaciones sexuales son más espaciadas, no son tan periódicas como en etapas anteriores. Algunos opinan no solo que disminuye la frecuencia de la relación sexual, sino que la sexualidad en la vejez va decayendo. En otro estudio sobre este aspecto con ancianos institucionalizados en residencias geriátricas se concluyó, que la sexualidad dura toda la vida y es beneficiosa para la salud, aunque existe disminución en la frecuencia de los actos sexuales conforme avanza la edad. (Perdomo et al. 2013). Para González y González, tanto hombres como mujeres informan que la frecuencia del acto sexual ha disminuido después de los 60 años. (González y González. 2005). Según Vasallo, Quiñones y Zalazar, existe una disminución de la actividad sexual, lo cual coincide con estudios de Kinsey, que plantea una disminución de la actividad sexual dada por el número de contactos al mes, y en la medida que avanza la edad, por ejemplo, desde 27 coitos mensuales a los 25 años de edad, a 2 a los 65 a 75 años de edad. (Vasallo, Quiñones y Zalazar. 2009)

Las limitantes de la sexualidad es también "plato fuerte"; limitaciones que van desde lo físico como enfermedades y cambios en la fisiología; hasta lo psicológico: sentimientos negativos en torno a la sexualidad en esta etapa, conflictos de orden convivencial y familiares y los prejuicios sociales e individuales. Existen coincidencias de lo expresado anteriormente, con otros estudios realizados en donde se plantea que, la expresión sexual en el anciano se ve limitada por la falta de apoyo familiar y presencia de enfermedades mentales y físicas, por la tendencia a ignorar sus capacidades, deseos y necesidades en la esfera sexual. (Nieva et al. 2010). Múltiples autores han resaltado que los prejuicios sociales, son factores que limitan en gran medida la sexualidad de los ancianos, estos datos se

corresponden con las investigaciones realizadas por Masters, Johnson, Kolodny y Robert C (citado por Perdomo et al. 2013).

La ausencia de pareja es común en la etapa de la vejez, uno de los fenómenos que más se presenta es la viudez; que aunque no es considerada como limitante, sí repercute en la vida sexual del anciano. De la misma manera, ellos perciben las dificultades que se plantean en la búsqueda de nuevas relaciones o nuevos compañeros sexuales. En el caso de algunas féminas, expresan que los hombres de su edad buscan parejas más jóvenes, además no quieren usar protección; en el caso de los hombres, la búsqueda de una nueva relación, resulta más fácil. Similares fueron los resultados obtenidos por Nieva, Velasco, Andrade, Rodríguez, González y Mendoza, que plantearon que, en el caso de los viudos las probabilidades de mantener relaciones sexuales con otra pareja son mayores que en las viudas. (Nieva et al. 2010).

En relación con las fuentes de procedencia de la información (ver Tabla 1)

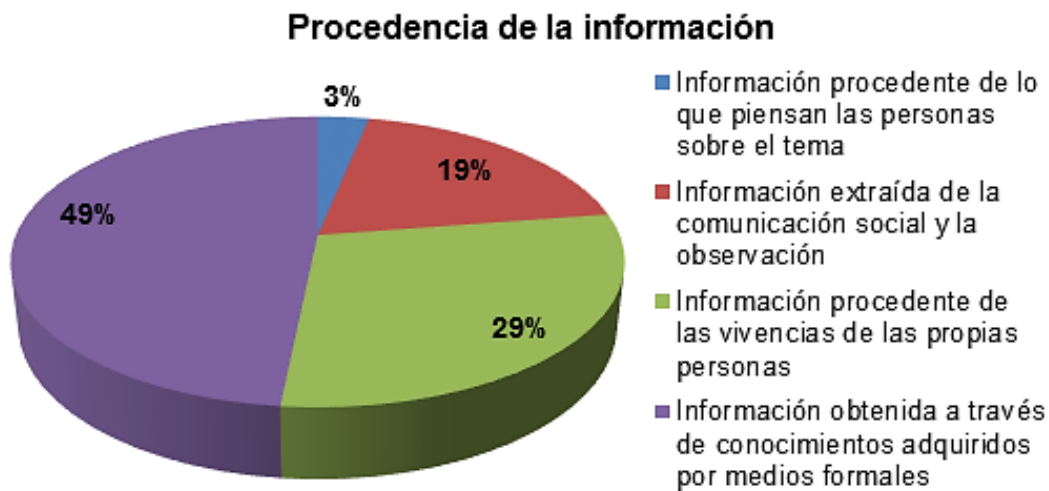


Tabla 1. Procedencia de la información que disponen

Los sujetos obtienen la información acerca de la sexualidad en la vejez, fundamentalmente a través de medios formales como los estudios, lecturas, profesión o los medios de comunicación masiva. En un segundo orden, obtienen conocimientos a través de sus experiencias y vivencias personales. En tercer orden, extraen las informaciones, de la comunicación social y la observación; reflejando conocimientos adquiridos del entorno social a través de terceras personas como las amistades, familiares y los cónyuges.

Por último, se expresa la información sobre sexualidad en la vejez, en forma de pensamiento, convicción y opinión propia, solo en uno de los adultos mayores entrevistados.

En cuanto a las actitudes asumidas ante la sexualidad en la vejez, los adultos mayores del estudio atribuyen de manera unánime cualidades positivas o favorables para describirla, lo cual se verifica en el siguiente perfil grupal. (Ver Tabla 2) del Diferencial Semántico.

La aparición de estas actitudes extremas de carácter positivo, en los sujetos estudiados, muestra como la sexualidad en la vejez, es tomada con naturalidad y agrado, no evidenciándose rechazo hacia la misma, apareciendo una nueva abertura, pues ha sido vista no en pocas ocasiones como inadecuada y hasta vergonzosa.

De manera general, puede afirmarse que los adultos mayores del estudio manifiestan una actitud favorable o positiva ante la sexualidad en la vejez, mostrando una orientación encauzada a la aceptación de la misma como proceso natural de la vida, disfrutable y agradable.

En otras investigaciones como la realizada a 100 adultos mayores en la Clínica Tlalpan, un alto porcentaje de pacientes consideró que es muy importante mantener una vida sexual activa. (Guadarrama et al. 2010)

En el estudio de Perdomo, Oria, Segredo y Martín, según la opinión que tienen los encuestados acerca de si es beneficioso para la salud tener relaciones sexuales y disfrutar de la sexualidad en esta etapa de la vida, la gran mayoría de la población estudiada refiere que es beneficiosa. (Perdomo et al. 2013)

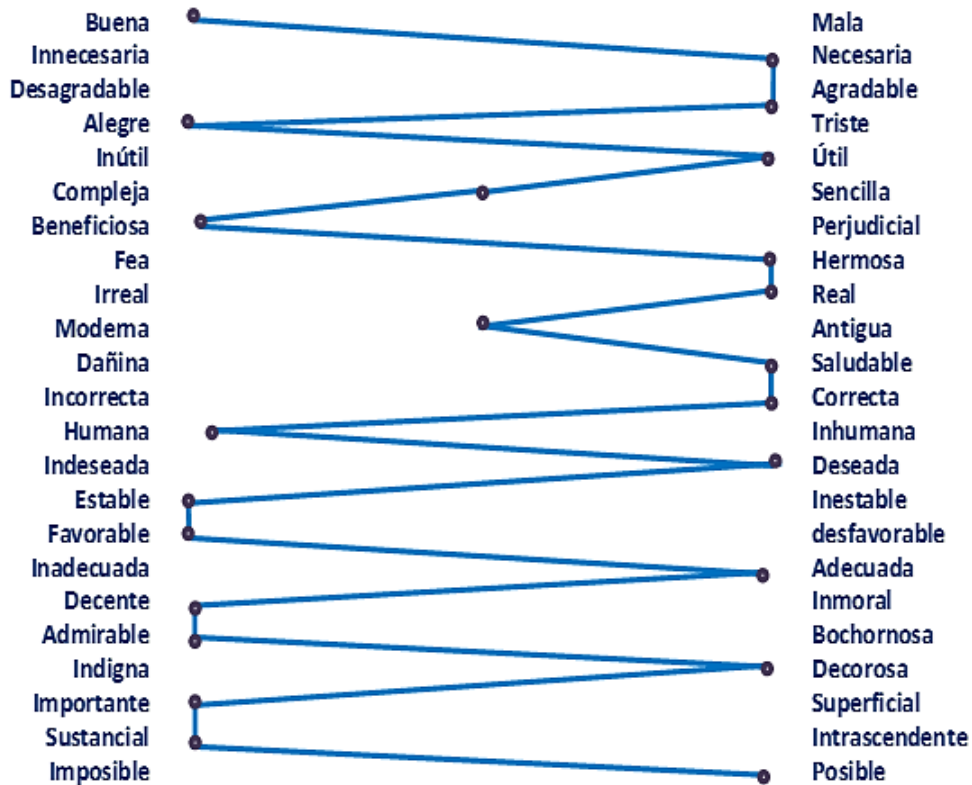


Tabla 2. Perfil del diferencia semántico

### Conclusiones.

Los contenidos informativos que poseen los adultos mayores provienen fundamentalmente de los medios formales como los estudios, la profesión, las lecturas y los medios masivos de comunicación; presentándose una amplia cantidad y calidad de la información; que se identifica en las explicaciones proporcionadas por ellos acerca de la sexualidad en la vejez.

Las actitudes del grupo estudiado, ante la sexualidad en la vejez son favorables o positivas y muestran una orientación encauzada a la aceptación de la misma como proceso natural de la vida, disfrutable y agradable.

Partiendo de esto, recomendamos ampliar el estudio con otras muestras de adultos mayores. También, crear un programa de intervención para lograr mejor aceptación y adaptación ante la sexualidad en esta etapa de la vida.

## Referencias bibliográficas

Bujardón y Olivera. (2008). Estrategia educativa para lograr una sexualidad saludable en el adulto mayor. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, vol. 19, n.6, 7-31.

González y González. (2005). Estudio descriptivo de la sexualidad de personas mayores de 60 años en el Caribe Colombiano. *Revista Psicogente*, vol.8, No. 13, 17-27.

Guadarrama, Ortiz, Moreno y González. (2010). Características de la actividad sexual de los adultos mayores y su relación con su calidad de vida. *Revista de Especialidades Médico-Quirúrgicas*, vol.15 (2), 72-79.

Hernández, Renteira y Sardiñas. (2009). Estados clínicos y autopercepción de la sexualidad en ancianos, con enfoque de género. *Revista Cubana de Enfermería*, vol.25 (1-2), 1-9.

Nieva, Velazco, Andrade, Rodríguez, González y Mendoza. (2010). Expresión de la conducta sexual en adultos mayores usuarios de una Unidad de Medicina Familiar. *Revista Temas de Interés*, vol.17 (1), 22-23

Perdomo, Oria, Segredo y Martín. (2013). Conducta sexual de los adultos mayores en el área de salud Tamarindo. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, vol. 29 (1), 8-19.

Pérez, V.T. (2008). Sexualidad Humana: una mirada desde el adulto mayor. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, vol. 24, n.1, 1-10.

Real, M.E. (2013). *Amores y desamores en la vejez*. La Habana: Científico- Técnica.

Vasallo, Quiñones y Zalazar. (2009). El erotismo en la tercera edad. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, vol.18 n.5, 2-7.