

## **MITOS SOBRE LA SEXUALIDAD DE LOS ADULTOS MAYORES UN DESAFIO PARA EL CUIDADO DE ENFERMERIA**

## **MYTHS ABOUT SEXUALITY OF ELDERLY ADULTS A CHALLENGE FOR NURSING CARE**

**Ramos Fajardo Elizabeth**

efajardo@ut.edu.co  
Enfermera, Magister en enfermería  
Profesora Titular F. C.S.  
Universidad del Tolima

### **RESUMEN**

La sexualidad es una de las dimensiones de la salud de los individuos que puede influir en la calidad de vida de las personas y en su relación con el entorno; las experiencias constituyen la expresión de la misma y configuran una parte de la individualidad de las personas. Cuando se habla de vejez y sexualidad, surgen gran cantidad de mitos que limitan a los adultos mayores y a los profesionales de la salud en su interacción con los mismos, ya que se encuentran rodeados de prejuicios que desvían las formas naturales de expresión de la sexualidad.

El presente artículo intenta hacer una aproximación a los mitos frente la sexualidad de los adultos mayores, los factores que influyen la misma, la percepción de los profesionales de enfermería y algunas propuestas para generar cambios significativos en la concepción que tiene la sociedad respecto a este tema.

Palabras claves: Sexualidad, Mitos, adulto Mayor

### **ABSTRACT**

Sexuality is one of the dimensions of the health of individuals that can influence the quality of life of people and their relationship with the environment; The experiences constitute the

expression of the same and they form a part of the individuality of the people. When talking about old age and sexuality, a great number of myths arise that limit the elderly and health professionals in their interaction with them, since they are surrounded by prejudices that divert the natural forms of expression of sexuality.

The present article tries to make an approach to the myths against the sexuality of the elderly, the factors that influence the same, the perception of the nursing professionals and some proposals to generate significant changes in the conception that the society has respect to this subject.

Keywords: Sexuality, Myths, Elderly

## INTRODUCCIÓN

El proceso del envejecimiento se caracteriza por la aparición de diversos cambios a nivel físico, psicológico, social y funcional de las personas generando un impacto sobre la percepción, y la actuación de las mismas en situaciones de la vida diaria. Todos estos cambios desempeñan un papel importante debido a que producen una modificación de los comportamientos sexuales de los adultos que van a influir directamente sobre algunos problemas de salud, de bienestar y de la calidad de vida de los mismos.

Según la OMS, la salud sexual es “la integración de los elementos somáticos, emocionales, intelectuales, y sociales del ser sexual, por medios que sean positivamente enriquecedores y que potencien la personalidad, la comunicación y el amor” (OMS).

Mace, Bannerman y Burton, (1995) plantean el concepto de sexualidad sana que incluye 3 elementos básicos:

1. La aptitud para disfrutar de la actividad sexual y reproductiva, y para regularla de conformidad con una ética personal y social.

2. La ausencia de temores, de sentimientos de vergüenza y culpabilidad, de creencias infundadas y de otros factores psicológicos que inhiban la reacción sexual o perturben las relaciones sexuales.
3. La ausencia de trastornos orgánicos, de enfermedades y deficiencias que entorpezcan la actividad sexual y reproductiva” (OMS)

Tal noción de salud sexual exige que los profesionales de enfermería en su tarea por brindar un cuidado integral, asuman una actitud más comprometida con la salud de las personas de la tercera edad, entiendan que como lo afirman Pérez y Arcia, (2008): “no hay un límite cronológico después del cual la vida sexual desaparece” (p.5) y además reconozcan que alrededor de la sexualidad de los adultos mayores existe un sinnúmero de mitos que deben enfrentar con responsabilidad para eliminar los prejuicios al respecto.

## DESARROLLO

La sexualidad es una dimensión de la persona que lo acompaña durante toda su vida, según la opinión de Pérez, (2008): aunque la sociedad vaya a pasos agigantados en el proceso de innovación tecnológica e inventos científicos, no ocurre lo mismo con algunos aspectos relacionados con el adulto mayor, como es la sexualidad. (p.2)

Equivocadamente, la sociedad ha estructurado algunas concepciones acerca de este tema que exponen a los senescentes a limitaciones en el momento de expresar y vivenciar su sexualidad.

Ejemplo de esto, Leyva (2008) refiere que “la población general (e incluso los profesionales de la salud) considera que el sexo entre los ancianos es anormal (y desagradable para algunos) asumiendo en ocasiones, la idea de que el anciano es un ser asexual o que cualquier manifestación sexual entre ancianos es improcedente” (p.3).

De la misma forma, se cree que “la sexualidad termina abruptamente para los hombres y las mujeres mayores en el momento en que no son aptos para la procreación” (Bohórquez, 2008, p.16), estableciéndose con esto un enfoque estrictamente biológico que deja a un lado la integralidad de los adultos mayores.

Leyva (2008), describe algunas de las falsas creencias sobre la sexualidad en la vejez que tiene la sociedad como son: durante la vejez es fisiológicamente imposible mantener relaciones sexuales, el sexo tiene una función exclusivamente reproductora, la actividad sexual se debilita con la edad, durante la vejez se pierde el interés sexual, el sexo durante la vejez es una perversión, la actividad sexual durante la vejez es perjudicial para la salud, que los ancianos se preocupen por el sexo es indecente y de mal gusto, entre otras.

Por otra parte, Pérez (2008) afirma lo siguiente:

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. (p.3).

Aun así, y a pesar de lo anterior mencionado:

Las evidencias ponen sobre la mesa que los ancianos son sexualmente activos, y que en algunos casos más activos aun que la población general adulta. Por lo tanto puede afirmarse que la edad como tal no es un obstáculo para disfrutar una vida sexual plena y satisfactoria. (Leyva, 2008, p.2)

Es aquí donde el rol de enfermería debe evidenciar el cuidado integral hacia los adultos mayores, asumiendo la sexualidad como algo inherente a los seres humanos, reafirmando

que “el sexo no tiene edad” (Leyva, 2008, p.3) y planteando estrategias que permitan terminar con los tabúes y mitos que giran entorno de este tema.

Podría considerarse que enfermería por su esencia de brindar cuidados visualizando al individuo desde una perspectiva integral, no pertenece al grupo que considera estos tabúes sobre la sexualidad de los ancianos; sin embargo “existen múltiples estudios que ponen de manifiesto la incomodidad y falta de conocimientos entre los profesionales de la salud a la hora de hablar de sexo con sus pacientes” (Leyva, 2008, p.2), por lo tanto, es indispensable que Enfermería elabore una anamnesis completa que permita, como lo señala Bohórquez (2008), “puntualizar en los conceptos del entrevistado frente a su erotismo con tópicos explícitos que interroguen respecto a autoimagen, percepción de la sexualidad como evento placentero y un interrogatorio claro frente a los problemas sexuales” (p.20), además, tal como lo afirma Pérez (2008):

Debemos ser capaces de despejar las siguientes interrogantes: vínculo conyugal o de pareja, existencia de deseo e interés por el sexo, frecuencia de realización del acto sexual, formas preferidas de actividad sexual, orientación sexual, principales quejas o disfunciones sexuales, entre otras variables vinculadas al funcionamiento sexual de nuestros adultos mayores (p.6).

Es de esta manera como se podría brindar apoyo desde el respeto a la autonomía y ofrecer siempre la mejor información. (Bohórquez, 2008, p.21), direccionando de manera oportuna y adecuada los cuidados hacia los adultos mayores.

Para lo anterior los profesionales deben abordar la sexualidad desde sus 3 componentes básicos: el biológico o sexo biológico del individuo que anatómico - fisiológicamente lo representará toda su vida; el psicológico, el cual surge gracias al proceso de interpretación del yo; y finalmente el social (Pérez, 2008b, p.2).

En el aspecto biológico, los cambios fisiológicos que se producen durante esta etapa influyen de manera directa en la forma en que el adulto mayor expresa su sexualidad dejando de lado el concepto netamente reproductivo (que tenía durante la juventud), para dar paso a lo que Bohórquez (2008), denominó: “el segundo lenguaje de la sexualidad, en el cual, la comunicación desde la intimidad, la confianza, el juego, el placer y el afecto constituyen el pico máximo de la expresión de la sexualidad en la vejez” (p.21), es importante resaltar que aspectos como la multipatología, las patologías sistémicas, algunos procedimientos quirúrgicos y una gran lista de medicamentos, interfieren pero no limitan totalmente el desempeño sexual de la población geriátrica.

Frente a esto, brindar información adecuada e “intentar re direccionar en cuanto sea posible, la terapia farmacológica en estos pacientes con el objetivo de mejorar su desempeño sexual sin perjudicar otros aspectos de su salud” (Bohórquez, 2008, p.20), con el apoyo del equipo de salud podría contribuir a mejorar la salud sexual de los adultos.

Psicológicamente, los ancianos se ven influenciados por las condiciones sociales que los rodean, asumiendo los prejuicios y prefiriendo no hablar del tema, lo que los aleja de esta dimensión, y aunque es claro que hay ancianos que deciden terminar su vida sexual por su voluntad, hay otro gran número que no quiere hacerlo. Así, escuchar al anciano, orientarlo, “ofrecerles la oportunidad de cortejarse, relacionarse, enamorarse y atraerse, aspectos que ocupan un lugar relevante en la sexualidad humana, pues la necesidad y el deseo de tocar y ser tocados, mimados y acariciados, aumenta con el transcurso de los años” (Pérez y Arcia, 2008, p.6) puede ser una alternativa de parte de enfermería hacia esta población.

Por último, el aspecto social de la sexualidad está enmarcado, como lo expresa Leyva (2008), en diversos factores sociales que limitan el espacio íntimo del anciano como lo son: la falta de pareja, el deterioro de la relación matrimonial debido a la monotonía de la relación sexual y a la falta de comunicación, las condiciones domésticas, la no aceptación

(o no adaptación) de la jubilación, la religión que en algunos casos considera que el sexo sin intención reproductiva es pecado. Desde el enfoque de género, los hombres expresan como limitaciones “el miedo de no ser capaz de mantener una relación sexual completa” (Leyva, 2008, p.3), mientras que las mujeres se ven afectadas por la “autoestima y por el temor de no sentirse atractivas para sus parejas” (Fernández, Gaviria, Muñoz, Miguel, Coll, Fuentes, 2008. P. 508)

Por lo anterior, los profesionales de enfermería deben conocer toda la información relacionada con la sexualidad de los adultos mayores y como lo señala Pérez (2008):

“Evaluar el conocimiento que sobre sexualidad humana poseen los ancianos de la comunidad a la que brindamos atención médica integral, pues es precisamente el desconocimiento de los cambios que ocurren en el campo de la sexualidad con el transcurso de los años, lo que, en gran medida, limita la capacidad de expresión y libertad de este segmento poblacional, entendiéndose esta como conocimiento de causa para manifestarse como seres sexuales que son, lo que influye en sus aspiraciones, sistema de valores, toma de decisiones y forma de pensar y actuar” (p.7).

Con todo lo anterior, se plantean algunas aproximaciones a la realidad que la sexualidad tiene y debe tener en el mundo actual, para que no solo los profesionales, y los adultos mayores asuman un nuevo modelo de pensamiento hacia la sexualidad libre, autónoma, respetuosa y saludable, sino que la sociedad en general, abra la perspectiva hacia esta dimensión de la salud y se establezca la necesidad de asumirla con más responsabilidad, para resaltar la importancia de este derecho en los adultos mayores y mejorar la calidad de vida y el bienestar de los mismos.

## CONCLUSIONES

La sexualidad en la vejez continua siendo un tabú en la sociedad tal como lo sustenta Hernández (2008), en sus estudios realizados, que aunque han comenzado a describir el comportamiento sexual de los adultos mayores y que permiten dar explicaciones a aspectos mal entendidos como los relacionados con las consecuencias directas del envejecimiento, las patologías de la vejez, los medicamentos y los factores psicosociales sobre la expresión de la sexualidad de los adultos mayores. A pesar de lo anterior es posible afirmar que “existe un marcado desconocimiento sobre algunos aspectos de la sexualidad en el adulto mayor, como la masturbación y las fantasías sexuales” (Pérez y Arcia, 2008, p.7) así como las relaciones homosexuales en esta población.

Sin embargo, se plantea la oportunidad que brinda esta situación de desinformación y desconocimiento de la sexualidad de los adultos mayores para que el profesional de enfermería a través de la actitudes, la capacidad teórica u practica de su talento humano, realice un acompañamiento más cercano en esta dimensión de la salud, enmarcado en conocimientos, realidades, beneficios, y bienestar de los mismos.

Además, así como lo describen Pérez y Arcia (2008), “la necesidad de una educación sexual desde la temprana infancia que permita que las futuras generaciones de ancianos accedan a una realidad sexual más justa, en un ambiente carente de prejuicios” (p.7).

Por último, el compromiso de un cambio se establece en la sistemática capacitación de los profesionales de la salud y de la comunidad en pleno, junto con la ejecución de programas de educación sexual dirigidos a los ancianos y a la población en general, para alcanzar una mayor sensibilización hacia los aspectos tradicionalmente olvidados en la tercera edad, lo que contribuirá al aumento y prolongación de la calidad de vida de este segmento poblacional (Pérez, 2008, p.7).

## REFERENCIAS

Bohórquez, C., Julián, D. (2008). Sexualidad y senectud. *Hacia Promoc Salud*. (13), p.13-24. Recuperado de <http://www.scielo.unal.edu.co/scielo>

Fernández, M., Gaviria, M., Muñoz, F., Miguel, I., Coll, I., Torres, E. Y Fuentes, M. (2006). Sexualidad en las mujeres mayores. *Atención primaria*, (37), p. 504-509. Recuperado de <http://www.sciencedirect.com/science>

Hernández, Z. (2008). Algunos aspectos a considerar sobre la sexualidad en el adulto mayor. *El Ágora USB*, 8, 375-387.

Leyva, J. (2008). La expresión sexual de los ancianos. Una sobredosis de falsos mitos. *Index Enferm*. Recuperado de <http://scielo.isciii.es/scielo>

Mace D, Bannerman RHO, Burton J. Las enseñanzas de sexualidad humana en las escuelas de formación de profesionales de la salud. Ginebra: Organización Mundial de la Salud; 1995.p.9

Pérez, V. (2008). Sexualidad humana: una mirada desde el adulto mayor. Recuperada de <http://scielo.sld.cu/pdf/mgi/v24n1/mgi10108.pdf>

Pérez, V. y Arcia, N. (2008). Comportamiento de la sexualidad en ancianos del Policlínico "Ana Betancourt". *Rev. Cubana Med Gen Integr*, (vol.24), p.9. <http://scielo.sld.cu/pdf/mgi/v24n2/mgi03208.pdf>

Moll Albert, (2008) Archivo de Sexología, Humboldt- Universität zu Berlin. Recuperado <http://www2.hu-berlin.de/sexology/GESUND/ARCHIV/SPANISCH/MOLL.HTM>