



## **UNA MIRADA A LA SEXUALIDAD ENTRE ADULTOS MAYORES DE UNA COMUNIDAD**

**Autores:** Serguey García Blanco <sup>1</sup>, Lourdes Valdespino Sánchez <sup>2</sup>, Kenia Céspedes Tamayo <sup>3</sup>, Georgina Núñez Álvarez <sup>4</sup>, Lisandra Chávez López <sup>5</sup>

<sup>1</sup> Especialista en Segundo Grado en Medicina General Integral, Departamento Docente, Policlínico No. 1 Dra. Francisca Rivero Arocha, Manzanillo, Granma, Cuba.

<sup>2</sup> Especialista en Primer Grado en Medicina Interna, Departamento Metodológico, Facultad de Ciencias Médicas, Manzanillo, Granma, Cuba.

<sup>3</sup> Especialista en Primer Grado en Medicina General Integral, Dirección, Policlínico No. 1 Dra. Francisca Rivero Arocha, Manzanillo, Granma, Cuba.

<sup>4</sup> Especialista en Primer Grado en Medicina General Integral, Vicedirección de Asistencia Médica, Policlínico No. 1 Dra. Francisca Rivero Arocha, Manzanillo, Granma, Cuba.

<sup>5</sup> Especialista en Primer Grado en Medicina General Integral, Vicedirección de Asistencia Médica, Policlínico No. 1 Dra. Francisca Rivero Arocha, Manzanillo, Granma, Cuba.

e-mail [cancerg@infomed.sld.cu](mailto:cancerg@infomed.sld.cu)

### **Resumen**

Se realizó un estudio observacional descriptivo de corte transversal, para identificar aspectos sobre las relaciones sexuales de los adultos mayores de 60 años de edad de la comunidad "El Litoral", municipio Manzanillo, provincia Granma, en el período de enero a junio del año 2019. El universo lo conformaron 174 adultos mayores y la muestra 110 de ellos que consintieron en participar en la investigación. Se les aplicó una encuesta que contenía múltiples variables de interés. Los datos fueron procesados y validados estadísticamente mediante el Chi Cuadrado. Se concluyó que predominaron los adultos mayores masculinos entre de 60 a 69 años. La mayoría de ellos mantenían relaciones sexuales mensualmente con sus parejas estables y con buenos lazos afectivos, aunque no se les respetaba su intimidad. El temor al desempeño sexual fue referido frecuentemente. Se recomienda realizar intervenciones comunitarias sobre el tema para mejorar la salud sexual de este grupo poblacional.



## Introducción

El pasado siglo se caracterizó por un vertiginoso desarrollo de la ciencia y la técnica, así como por un inusitado avance económico y social de la humanidad, lo cual ocasionó una reducción de la natalidad y la mortalidad lo que unido a un incremento de la expectativa de vida, provocó un aumento de la población mayor de 60 años nunca antes visto, fenómeno denominado envejecimiento poblacional, el cual se ha convertido en una verdadera emergencia sanitaria, social y económica para varios países. <sup>1</sup>

Fueron los países desarrollados de Europa y América del Norte los que manifestaron los primeros signos de envejecimiento poblacional. No obstante hoy día el fenómeno se extiende a muchos países en vía de desarrollo, que comienzan a dar los primeros síntomas de envejecimiento con un 5,2% de la población por encima de 65 años. <sup>2, 3,4</sup>

Sin embargo a pesar de que la población está cada vez más envejecida aún no se han operado los cambios necesarios a nivel social ni institucional que se adecuen a la nueva situación de un país con esas particularidades demográficas. <sup>5,6</sup>

Aunque el envejecimiento no constituye, en modo alguno, un problema de salud sino un logro alcanzado por la humanidad, en el cual mucho tiene que ver el desarrollo científico técnico logrado, no es menos cierto que con éste comienzan a proliferar, de manera creciente, un grupo de enfermedades crónicas y degenerativas, así como limitaciones relacionadas con ellas, que disminuyen en los ancianos la percepción de su salud. <sup>3</sup>

La actividad sexual en la tercera edad no representa una utopía, pues se ha demostrado que un número considerable de ancianos la realizan, pese a estar influida por un grupo de factores que pueden incluso hacerla desaparecer y cuyo conocimiento es necesario. Algunos de estos factores son el incremento de la edad, la falta de pareja y las innumerables enfermedades mentales y físicas que influyen negativamente sobre la libido, entre otros. <sup>7</sup>

La sexualidad es considerada un elemento de vital importancia en la vida de los seres humanos, aunque hasta nuestros días ésta se encuentra llena de mitos y



falsas creencias que se han tejido por causa de la desinformación y educación deficiente que se trasmite de forma generacional. <sup>8</sup>

Destruir mitos y hacer reflexionar a las personas de la mal llamada tercera edad, sobre sus potencialidades inagotables, es la pasión de muchos, porque las personas deben clasificarse, no por los años cumplidos sino por la calidad de vida y forma de enfrentarla. <sup>9</sup>

### **Objetivos**

Caracterizar los aspectos esenciales de la sexualidad del adulto mayor de la comunidad "El Litoral", municipio Manzanillo, provincia Granma, en el período de enero a junio del año 2018.

### **Materiales y métodos**

Se realizó un estudio observacional descriptivo de corte transversal, con el objetivo de identificar algunos aspectos sobre las relaciones sexuales de los adultos mayores de 60 años de edad (AM) de la comunidad "El Litoral", municipio Manzanillo, provincia Granma, en el período de enero a junio del año 2018.

El universo lo conformaron 174 adultos mayores y la muestra 110 de ellos que consintieron en participar en la investigación.

Se les aplicó una encuesta que contenía múltiples variables de interés acerca de las características de sus relaciones sexuales. A todos los pacientes se les solicitó su consentimiento de participación por escrito. Los datos fueron procesados y validados estadísticamente mediante el Chi Cuadrado.

### **Resultados y discusión**

En la tabla 1 observamos la distribución por edad y sexo apreciándose un predominio de los adultos mayores jóvenes (60 a 69 años), con un 64.6 % del total de encuestados. El sexo masculino con un 81.8 % fue el de mayor frecuencia, en el sexo femenino el porcentaje de participación es menor a medida que tienen más edad.



Tabla 1. Distribución del adulto mayor según edad y sexo.

Grupos de edades (años)	Sexo				Total	
	Masculino		Femenino			
	No.	%	No.	%	No.	%
60 – 69	60	54.4	11	10	71	64.6
70 – 79	20	18.2	6	5.4	26	23.6
80 – 89	10	9.2	3	2.8	13	11.8
Total	90	81.8	20	18.2	110	100

Diversas investigaciones realizadas en Europa y Cuba muestran un predominio de pacientes masculinos entre 60 y 69 años. <sup>10,11,12</sup>

Lo anterior coincide con los resultados del actual estudio donde predomina el sexo masculino, esto llama poderosamente la atención teniendo en cuenta que en la mayoría de los países del mundo la tasa de mortalidad del hombre es más alta que la de la mujer, por lo cual, hay una mayoría de ancianas viudas, lo que ha acuñado la frase de que “el envejecimiento tiene rostro de mujer”. <sup>11,14</sup>

En la tabla 2 observamos como la frecuencia de actividad sexual fue mensual para un 45.5%, disminuyendo está directamente proporcional con la edad, por lo que se ve como desde los 60 a 79 años existe una tendencia a tener relaciones sexuales una vez al mes, y ya entrados los 80 años en adelante esto disminuye considerablemente, llegando a ser mayoría los ancianos que no tienen vida sexual activa en esta etapa. Es apreciable como el 13.7 % refiere no tener relaciones sexuales posiblemente relacionado con la existencia de tabúes sobre el tema aunque esto no fue objeto de investigación.



Tabla 2. Distribución del adulto mayor según edad y frecuencia de sus relaciones sexuales.

Frecuencia de relaciones sexuales	Grupos de edades						Total	
	60 – 69		70 - 79		80 - 89			
	No.	%	No.	%	No.	%	No.	%
Semanal	7	6.4	1	0.9	0	0	8	7.3
Quincenal	27	24.6	6	5.4	2	1.7	35	31.8
Mensual	32	29.1	15	13.6	3	2.8	46	5.5
Ninguna	5	4.5	3	2.8	7	6.4	9	13.7
No responde	0	0	1	0.9	1	0.9	2	1.7
Total	71	64.6	26	23.6	13	11.8	110	100

Los resultados que se presentan se justifican por todos los cambios fisiológicos que tienen lugar en el adulto mayor y concuerdan con lo que se encuentra en diversos estudios realizados en Europa donde la población de la tercera edad mantiene una frecuencia mensual en sus relaciones sexuales.<sup>7,8,17</sup>

En América Latina y el Caribe al revisar lo publicado sobre el tema se observa un comportamiento similar. Cuba exhibe resultados similares en estudios realizados en Santiago de Cuba y la Habana en el 2002, en que la población predominante con prácticas sexuales activas fue en menores de 80 años con una frecuencia mensual, ya pasada esta edad, disminuyó esta periodicidad llegando a ser nula en la mayoría de la población a estas edades.<sup>12, 14,19,20</sup>

Se observa predominio de los mayores que mantienen sus relaciones dentro del matrimonio o con su pareja estable para un 59.1 % (Tabla 3), sin embargo no es despreciable el 26.4 % que las mantiene con otras personas fuera de ese contexto, lo que facilita el aumento de las infecciones de transmisión sexual en estas edades teniendo en cuenta que esas otras parejas por lo general son más jóvenes y están incluidas en el grupo de riesgos de estas enfermedades.



Tabla 3. Distribución del adulto mayor según edad y pareja sexual.

Con quien mantienen relaciones sexuales	Grupos de edades						Total	
	60 - 69		70 - 79		80 - 89		No.	%
	No.	%	No.	%	No.	%		
Con su pareja estable	44	40	17	15.4	4	3.6	65	59.1
Con otra pareja	20	18.2	6	5.4	3	2.7	29	26.4
No tienen pareja	7	6.4	2	1.8	5	4.5	14	12.7
No responden	0	0	1	0.9	1	0.9	2	1.8
Total	71	64.6	26	23.6	13	11.8	110	100

Los resultados obtenidos son referenciados en la literatura revisada donde se observa que los adultos mayores en Cuba son mayormente casados o viudos (4, 13). Por lo general las personas al envejecer tratan de formar una familia y dentro de ellas una pareja sexual, no con fines reproductivos, si no, por compañía emocional en el caso de las mujeres; y un aseguramiento doméstico, los hombres, en primer lugar y en segundo lugar, un apoyo emocional ante las diferentes enfermedades y situaciones de salud que se les presentan. <sup>4,13</sup>

Sin embargo en otros estudios realizados en Europa y América Latina reportan un incremento a nivel mundial de la tendencia a mantener relaciones inestables y de concubinato en todas las etapas de la vida, responsabilizando de ello a los cambios sociales que afectan al matrimonio en los tiempos modernos tales como: el incremento de las relaciones sexuales prematrimoniales, el aumento gradual de la edad media para contraer matrimonio, el creciente número de mujeres que desarrolla una actividad profesional fuera de casa (con el consecuente cambio de estatus económico de la mujer), la liberalización de la ley del divorcio en algunos países, la mayor accesibilidad al control de natalidad, la supresión de obstáculos legales y sociales para los hijos de personas solteras y los cambios en los estereotipos de los roles de la mujer y del hombre en la sociedad. <sup>13, 21, 22</sup>



En la tabla 4 se observa que el 66.4 % de los mayores mantiene buenos lazos afectivos con sus parejas, como apoyo a los problemas que estas edades presuponen, algo positivo que favorece el adecuado desarrollo emocional de las personas de más edad.

Tabla 4. Distribución del adulto mayor según edad y la calidad de los lazos afectivos con su pareja.

Mantiene buenos lazos afectivos con su pareja	Grupos de edades						Total	
	60 – 69		70 - 79		80 - 89		No.	%
	No.	%	No.	%	No.	%		
Si	53	48.2	15	13.6	5	4.5	73	66.4
No	14	12.7	6	5.4	2	1.8	22	20
No responden	4	3.6	5	4.5	6	5.4	15	13.6
Total	71	64.6	26	23.6	13	11.8	110	100

El envejecimiento ocasiona muchos cambios y limitaciones lo que hace que, en aquellos que aún mantienen su pareja sexual, se refuercen los lazos afectivos con la misma, como apoyo a los problemas que se les presentan, tanto en el ámbito socio económico como en su situación de salud.

En el presente estudio como en otras investigaciones predominan los que mantienen buenos lazos afectivos con su pareja sexual, también refieren que aunque a las personas mayo-res se les suelen aplicar los estereotipos de débiles y dependientes de las generaciones más jóvenes para tomar sus decisiones, a menudo tienen un gran nivel de moralidad, satisfacción de la vida y autoestima, así como extrema necesidad de afectos de sus propios familiares y de su pareja, siendo en muchos de los casos estas manifestaciones de afectividad, un estímulo importante para el desarrollo de sus relaciones sexuales. (10, 11, 13, 18)

El respeto a la intimidad sexual por parte de la familia se representa en la tabla 5 observándose un predominio de los adultos mayores a los que no se les respeta su intimidad con un 52.8 %.



Tabla 5. Distribución del adulto mayor según edad y respeto a la intimidad sexual por la familia.

Respeto a su intimidad sexual por la familia	Grupos de edades						Total	
	60 – 69		70 - 79		80 - 89			
	No.	%	No.	%	No.	%	No.	%
Si	34	30.9	10	9.1	3	2.7	47	42.7
No	35	31.9	15	13.6	8	7.3	58	52.8
No responden	2	1.8	1	0.9	2	1.8	5	4.5
Total	71	64.6	26	23.6	13	11.8	110	100

Resultados similares a los reportados se evidencian en muchos países europeos así como, en América Latina, Cuba y Venezuela estos últimos plantean que es algo típico en las familias latinas. <sup>11,16,18,23,26</sup>

La idea de muerte sexual después de los 60 años constituye dentro del marco familiar una justificación para intromisión en los espacios privados de los mayores. Las familias mantienen una actitud restrictiva obstaculizando la vida íntima y sexual de los adultos mayores. Los hijos educados bajo la negación sexual de los viejos se oponen a cambios en esa esfera. <sup>20</sup>

La intimidad del mayor debe verse tanto para la realización de la práctica sexual como para los momentos de intimidad y ternura, aspectos desconocidos o subestimados por los más jóvenes pero tan necesarios a estas edades.

En la tabla 6, podemos apreciar que el temor al desempeño es el motivo que más afecta la realización de las relaciones sexuales (70 %) seguido por la monotonía y falta de privacidad con un 52.8 y 40.9 % respectivamente, aspectos que pueden ser resueltos con una adecuada educación sobre estos temas a los mayores que disminuyen la práctica sexual sin un motivo real ni una causa justificada y en muchos casos influenciados por creencias religiosas, tabúes, críticas familiares y sociales que desde tiempos antiguos consideran la sexualidad en el adulto mayor como impropia y deshonrosa.



Tabla 6. Distribución del adulto mayor según edad y motivos que afectan sus relaciones sexuales.

Motivos que afectan sus relaciones sexuales	Grupos de edades						Total	
	60 – 69		70 - 79		80 - 89			
	No.	%	No.	%	No.	%	No.	%
Temor al desempeño	42	38.2	25	22.7	10	9.1	77	70
La monotonía	32	29.1	19	17.3	7	6.4	58	52.8
Carecer de privacidad	20	18.2	20	18.2	5	4.5	45	40.9
La falta de comunicación	24	21.8	12	10.9	8	7.3	44	40
Enfermedad	5	4.5	19	17.3	15	13.6	39	35.4
Falta de pareja	8	7.3	14	12.7	6	5.4	28	25.4
No deseo	13	11.8	12	10.9	7	6.4	32	29.1
No tengo ningún problema	8	7.3	3	2.7	1	0.9	12	10.9
La viudez	0	0	3	2.7	4	3.6	7	6.3
Mi pareja no desea	1	0.9	1	0.9	3	2.7	5	4.5
No responde	0	0	1	0.9	1	0.9	2	1.8

En la mayoría de los motivos que afectan las relaciones del anciano se aprecia una disminución en el porcentaje a medida que avanza la edad, lo contrario ocurre cuando hablamos de enfermedades asociadas, la viudez y cuando su pareja no desea, que es mayor mientras se acerca a los 80 y más años. <sup>25</sup>

Estudios en España, Cuba y Venezuela coinciden con lo encontrado en este estudio, ellos reportan un incremento del temor al desempeño, la monotonía, la falta de comunicación y privacidad que en muchos casos aparecen combinadas.

9,11,12,18,26,27

Las enfermedades asociadas, afectan las relaciones sexuales en gran frecuencia, aunque estas no son obligatorias por la edad, ser viejo, no es sinónimo de ser



enfermo, no obstante es real que con la edad aparecen algunas patologías, más por un estilo de vida inadecuado que por el paso de los años.

El conocimiento previo sobre los cambios que se puedan producir en la salud de las personas relacionadas con la sexualidad, es muy importante, ya que en oportunidades son el gatillo que dispara falsas enfermedades en los mayores, motivo que justifica la disminución de la actividad sexual, aun cuando esta se desea o necesite.

### **Conclusiones**

Predominaron los adultos mayores del sexo masculino y con edades entre los 60-69 años.

Practicaban las relaciones sexuales con una frecuencia mensual, preferentemente con una pareja estable y con buenos lazos afectivos, aunque no se les respetaba su intimidad.

El temor al desempeño sexual y la monotonía fue-ron los motivos fundamentales que afectaron dichas relaciones.

### **Bibliografía**

1. Chacón A. La prevención del VIH entre los hombres que tienen sexo con otros hombres (H.S.H). Rev. Cub. Sexología y sociedad. 2014; 80(20): 22-28.
2. Rodríguez A, Sarduy C. Educación sexual comunitaria. 1ra. Parte. Rev. Cub. Sexología y sociedad. 2014; (14):10-12.
3. Rodríguez A, Sarduy C. Educación sexual comunitaria. 2da. Parte. Rev. Cub. Sexología y sociedad. 2016; 6(15):30-3.
4. Camba NE, Flores RG. Protección social al adulto mayor: un análisis del ordenamiento jurídico venezolano. Gaceta Laboral [Revista on-line]. 2010 [citado 19 Agosto 2018]; 16(1): [aprox 0p.].



Disponible en:  
[http://http://www.scielo.org.ve/scielo.php?pid=S131585972010000100004&script=sci\\_arttext](http://http://www.scielo.org.ve/scielo.php?pid=S131585972010000100004&script=sci_arttext)

5. Díaz O. La sexualidad de ancianas y ancianos. Algunos aspectos psicosociales de importancia. *Rev. Cub. Sexología y sociedad.* 2012; 8(19):9- 12.

6. Reyes Valles L. Investigación gerontológica y políticas sociales de atención al adulto mayor en Venezuela. [monografía en Internet]. Santiago de Chile: Internet; 2003 [citado 7 Agosto 2018]. Disponible en: [http://http://redadultosmayores.com.ar/buscador/files/VENEZ001\\_Reyes.pdf](http://http://redadultosmayores.com.ar/buscador/files/VENEZ001_Reyes.pdf)

7. Rodríguez A, Sarduy C. Educación sexual comunitaria. 3ra. Parte. *Rev. Cub. Sexología y sociedad.* 2014; 6(16):22-6.

8. Castro Espín M. El programa nacional de educación sexual en la estrategia cubana del desarrollo humano. *Rev. Cub. Sexología y sociedad.* 2012; 8 (20):4-7.

9. Hernández JM, Toll JC. Intervención educativa sobre sexualidad y enfermedades de transmisión sexual. *Rev. Cub. Med. Gen. Integral.* 2018; 16(1): 272-75.

10. Ceitlin J, Gómez GT. *Medicina de Familia: La Clave de un Nuevo Mundo.* Madrid. 2001: 423-35.

11. Pérez Ortiz L. El envejecimiento de la población en las necesidades de las personas mayores. II ed. Madrid. España: Ed. IMSERSO; 2015:99-110.

12. García López R. Sexualidad en los mayores, tabú y retos. Ed. Balzac. España. 2014: 34-45.

13. García Clavijo J, Wilson V, Zamora MA. Algunos aspectos de la sexualidad en la tercera edad. Santiago de Cuba. Cuba: Ed. Universidad de Oriente; 1997:9-22

14. Nieva de Jesús RN, Velasco Chávez JF, Andrade Rodríguez HJ, Rodríguez Pérez CV, González Sánchez AL, Mendoza Romo MA. Expresión de la conducta sexual adultos mayores usuarios de una Unidad de Medicina Familiar. *ATEN FAM [Revista on-line].* 2010 [citado 15 Enero 2018]; 17(1): [aprox 0p.]. Disponible en:

<http://http://www.journals.unam.mx/index.php/raf/article/view/16366/15589>



15. Bravo C. La educación de la sexualidad de un mundo mediático. Reflexiones desde Cuba. Rev. Cub. Sexología y sociedad. 2017;13(35):26-30.
16. Quintero Osorio M. La salud de los adultos mayores. Una visión compartida. Capítulo VII. Sexualidad y salud en el adulto mayor. Colección Textos Universitarios [monografía en Internet]. Ediciones del Vice Rectorado Académico. Universidad del Zulia. II ed. 2008 [citado 15 Enero 2018]. Disponible en: <http://www.google.com/cu/search?hl=es&ei=GIFtTN6RE4GC8gb6g9WwCw&q=sexualidad+en+el+adulto+mayor+venezolano&start=30&sa=N>
17. García B. Envejecimiento en el mundo rural: Problemas y Soluciones. Ministerio del Trabajo y Asuntos Sociales. Instituto de Migraciones y Servicios Sociales. II ed. Madrid: Ed. IMSERSO; 2014:44-47.
18. Wong LA, Álvarez Y, Domínguez MC, Domínguez Y, González A. La sexualidad en ancianos de la parroquia Dalla Costa, municipio Caroní. Estado Bolívar. Venezuela. Revista Médica Electrónica [Revista on-line]. 2008 [citado 7 Agosto 2018]; 32(2): [aprox Op.]. Disponible en: <http://www.revmatanzas.sld.cu/revista%20medica/ano%202010/vol2%202010/tema07.hm>
19. García J. Apuntes sobre sexualidad en los mayores. Ed. San Carlos. Univ. San Carlos. Guate-mala. 2013:6-8.
20. Carrión R, Coello F. Estado de bienestar existencial en pacientes climatéricas y menopáusicas. Rev. Cub. Sexología y sociedad. 2012; 8(19):22-27.
21. Nieto JA. La sexualidad de las personas mayo-res en España. Madrid: Ed. IMSERSO; 2012:34-42.
22. Burman E, Parker I, Edwards D, Mercer N, Gordo A, Feyerabend P. American Sexuality transmitted diseases control. Transmitted diseases US magazines. 2013; 3(2): 4-5.
23. Martín Pindado L. El envejecimiento saludable responsabilidad de todos. Revista UDP. 2014; Año XXIII (196): 40-41.
24. Lugones M, De Córdova M, Sarria T. La salud integral de la mujer en el climaterio. Rev. Cub. Sexología y sociedad. 2013; 9(23):28-32.



25. Karla S. Editorial: Sexual Health in Geriatrics. The Internet Journal of Geriatrics and Gerontology [Revista on-line]. 2010 [citado 7 Julio 2018]; 5(2): [aprox 0p.]. Disponible en:  
[http://http://www.ispub.com/journal/the\\_internet\\_journal\\_of\\_geriatrics\\_and\\_gerontology/volume\\_5\\_number\\_2\\_50/article/editorial-sexual-health-in-geriatrics-4.html](http://http://www.ispub.com/journal/the_internet_journal_of_geriatrics_and_gerontology/volume_5_number_2_50/article/editorial-sexual-health-in-geriatrics-4.html)
26. Noriega O. Mujeres mayores: ¿Cómo enfrentar la invisibilidad? Rev. Cub. Sexología y sociedad. 2014;10(26):45-51.
27. Cao Y. Sexualidad en mujeres adultas mayo-res. Rev. Cub. Sexología y sociedad. 2009;15(39):25-29.