

LA SEXUALIDAD DE ANCIANAS Y ANCIANOS

ALGUNOS ASPECTOS PSICOSOCIALES DE IMPORTANCIA

Dr. Oscar **Díaz Noriega**

Centro Nacional de Educación Sexual (CENESEX)
email:beatorre@infomed.sld.cu

TAN IMPORTANTES SON LOS CAMBIOS BIOLÓGICOS QUE VAN OCURRIENDO EN EL CICLO DE LA RESPUESTA SEXUAL CON LA EDAD, COMO LOS ASPECTOS PSICOSOCIALES EN RELACIÓN CON LA SEXUALIDAD DE LOS ANCIANOS Y ANCIANAS. PERO MIENTRAS APENAS PODEMOS MODIFICAR ESOS PRIMEROS CAMBIOS, EN LOS SEGUNDOS SE PUEDEN REALIZAR GRANDES TRANSFORMACIONES —DE UNA MANERA ECONÓMICA Y QUE ABARQUE A AMPLIOS GRUPOS DE PERSONAS— MEDIANTE UNA CORRECTA LABOR DE EDUCACIÓN.

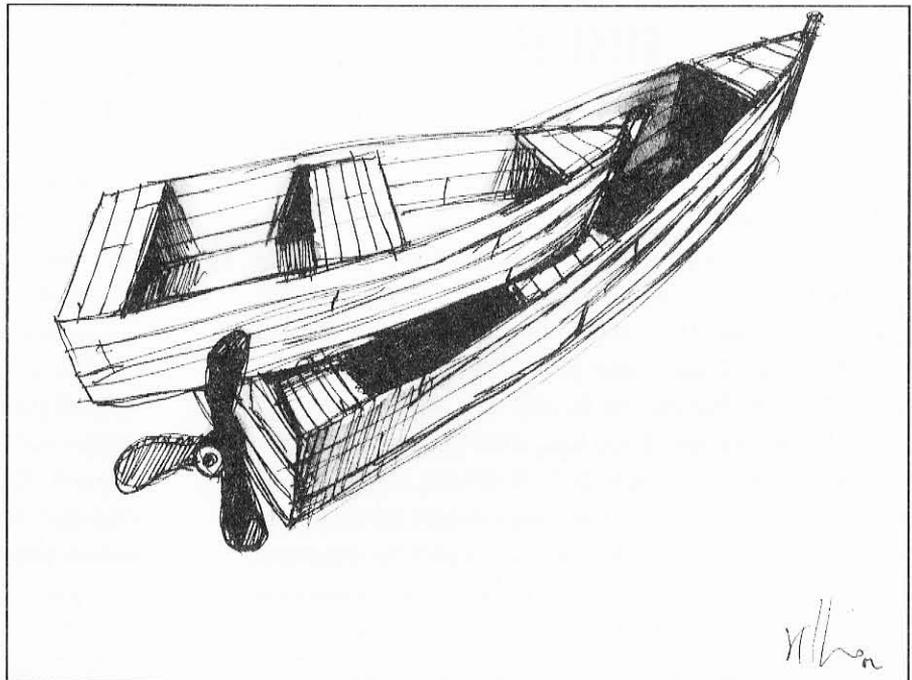
Como consecuencia del desarrollo científico técnico y las conquistas sociales de las últimas décadas, se está produciendo un aumento de la cantidad de personas que viven por encima de los 60 años. En Cuba, por ejemplo, ese grupo poblacional constituye el 13,6% de la población. Ciudad de La Habana, con 15,6 % de su población con 60 y más años, es la segunda ciudad más envejecida del país después de Villa Clara¹. Incluso en municipios de Ciudad de La Habana, con gran densidad de población como Playa y Centro Habana, los ancianos son el grupo de edad más numeroso.²

Actualmente existe en Cuba una persona mayor de 60 años por cada 6,9 adultos no ancianos, y mientras la tasa anual de crecimiento en el grupo de menores de 15 años es de -1,6, la del grupo de 65 y más años crece 2,4 anualmente³.

Sin embargo, a pesar de que nuestra población está cada vez más envejecida, todavía no se ha operado la cantidad de cambios necesarios a nivel social ni institucional que se adecuen a la nueva situación de un país que tiene cada vez más ancianas y ancianos.

Aún no existe una verdadera cultura del envejecimiento, y aunque empiezan a darse pasos en cuanto a la divulgación y apoyo de las problemáticas propias de esa edad, estos esfuerzos son aislados, no sistemáticos y con frecuencia carecen del respaldo institucional adecuado.

Por otra parte, las personas que llegan a la vejez, en su mayoría no están preparadas para esta nueva etapa de la vida. En los centros de trabajo, como regla, no existen programas de preparación para la jubilación (etapa de crisis muy importante que algunos, de forma pesimista, interpretan como muerte social)⁴, y aunque existen programas de atención a jubilados, estos son todavía casi excepcionales. Los conceptos que maneja la población en general sobre la vejez, son pesimistas y discriminatorios.



Analizando todo este contexto, podemos afirmar que nos encontramos en un período donde se está produciendo el fenómeno de envejecimiento de la población, con una creciente toma de conciencia sobre este aspecto a nivel social (no siempre acompañada de acciones para mejorar la calidad de vida), pero sin

una adecuada interpretación a nivel individual y con escasos recursos económicos que permitan enfrentarla.

Uno de los aspectos que conforman la insuficiente cultura gerontológica (o del envejecimiento) que tiene nuestra población es el referido al tema de la sexualidad de los ancianos y ancianas. No existen programas sistematizados en este campo que permitan llevar la educación y orientación sexual a todas las personas que la necesitan, y, como regla, se llega a esa etapa de la vida sin conocer los cambios biológicos y psicológicos que ocurrirán en la sexualidad y cómo interpretarlos.



UNA MUJER POCO DADA A LA SEXUALIDAD DURANTE SU JUVENTUD (SEXUALIDAD FRÍA SEGÚN EL KAMASUTRA), QUE UTILIZABA CUALQUIER PRETEXTO (LA MENSTRUACIÓN, EL CUIDADO DE LOS HIJOS, ENFERMEDADES REALES O IMAGINADAS, LAS LABORES DE LA CASA) PARA EVITAR EL INTERCAMBIO SEXUAL CON SU PAREJA, CUANDO SEA ANCIANA SE MANTENDRÁ POCO ATRAÍDA POR LA SEXUALIDAD.



Los jóvenes y adultos no ancianos tampoco conocen estos cambios y cuando comienzan a experimentarlos, los interpretan como señales de decadencia física o mental.⁵

Por otra parte, existen mitos, prejuicios y estereotipos sobre la sexualidad de los ancianos y ancianas que se transmiten a cada individuo desde edades tempranas de la vida, luego se interiorizan y contribuyen a privarlo del disfrute de una vida sexual plena.

Tan importantes son los cambios biológicos que van ocurriendo en el ciclo de la respuesta sexual con la edad, como los aspectos psicosociales en relación con la sexualidad de los ancianos, pero mientras que poca influencia podemos tener en modificar los primeros, sobre los segundos una correcta labor de educación puede realizar grandes cambios, de forma económica y llegando a grandes grupos de población.

Una vez alcanzado este punto, consideramos necesario resaltar que, con independencia de la situación de salud personal, existe una serie de elementos que influyen de forma importante en la sexualidad de las personas mayores de 60 años, algunos de los cuales mencionaremos a continuación:

EXISTENCIA DE PAREJA: En la literatura consultada, encontramos referencias sobre la importancia que tiene la existencia de pareja estable para que los ancianos de ambos sexos se mantengan sexualmente activos.^{6,7} Recientemente hemos concluido una investigación del patrón sexual de ancianos atendidos por médicos de la familia en seis municipios de Ciudad de La Habana, de la cual fue coordinador el autor y en la que se han entrevistado 1100 ancianos. Hemos encontrado que la principal causa para que los entrevistados se mantuvieran en abstinencia sexual era la falta de pareja estable.⁸ Este fenómeno tiene diferentes interpretaciones según sea el sexo de la persona que se estudia. Por una parte está la mujer: en nuestro medio hay más ancianas que ancianos; los hombres mueren años antes que las mujeres de su misma generación. En ocasiones, cuando la mujer enviuda lleva años de abstinencia sexual porque su pareja, por motivos de enfermedad, dejó de sentir deseo sexual.

En nuestra cultura patriarcal, la pauta sexual de la inmensa mayoría de las parejas de ancianos la establece el hombre. Por tanto, si el hombre deja de buscar a la mujer, ésta se resigna a una vida sin placer sexual en pareja. Cuando una anciana enviuda, una vez pasado el período de duelo, en muchas ocasiones se enfrenta a un dilema: de un lado la sociedad, con su enorme poder represivo, espera (y en cierta forma exige) que se convierta en un ser asexual; de otro lado, aparecen fantasías, sueños eróticos, deseos sexuales que ella, por un condicionamiento cultural, siente la obligación de reprimir. En este sentido, la pérdida de pareja «obliga» a la mujer a la abstinencia sexual.

En el caso de los hombres, aunque existe, no es tan fuerte el rechazo social si después de enviudar buscan pareja; el hombre está más presionado por el rendimiento sexual. La angustia por el temor a no tener una respuesta eréctil con las características que él cree que debe alcanzar, hace que en muchas ocasiones se abstenga de buscar pareja. En esto tiene mucho que ver la interiorización de prejuicios y mitos a los que están sometidos las personas desde que comienzan su vida social.

La expectativa interiorizada durante siglos de que el hombre debe estar siempre presto a la relación sexual y debe exhibir erecciones firmes es un hecho que puede considerarse normal. Aller Atucha ha descrito el modelo de conducta que impone la sociedad al hombre.⁹ Este modelo tiene los componentes: Heterosexual—Matrimonial—Reproductivo.

Desde el punto de vista sexual, en el caso de los ancianos, este modelo lleva incluidas expectativas de respuestas eróticas características de la juventud ya que se exigen erecciones pétreas y duraderas, deseos sexuales inagotables, períodos refractarios fugaces, eyaculaciones abundantes y a altas presiones.

Todas esas exigencias establecen una contradicción entre las posibilidades biológicas y las aspiraciones interiorizadas por los individuos debido a la errónea educación informal recibida a lo largo de toda la vida. Es por eso que hemos planteado que el modelo descrito por Atucha debe tener explícito el componente «Juvenil», quedando por lo tanto de la siguiente forma: Heterosexual — Matrimonial — Monógamico — Juvenil.

VIDA SEXUAL ANTERIOR: La forma en que una mujer vivió su sexualidad en la juventud condiciona su sexualidad en la vejez. Una mujer poco dada a la sexualidad durante su juventud (sexualidad fría según el Kamasutra), que utilizaba cualquier pretexto (la menstruación, el cuidado de los hijos, enfermedades reales o imaginadas, las labores de la casa...) para evitar el intercambio sexual con su pareja, cuando sea anciana se mantendrá poco atraída por la sexualidad. Una mujer con altos deseos sexuales (sexualidad caliente, según el Kamasutra), que a pesar del agotamiento físico por un rudo día de trabajo, de las preocupaciones laborales o de otro tipo, desea y realiza frecuentemente actividades coitales con su pareja, cuando llegue a anciana será muy dada a la sexualidad. En conclusión podemos decir que la «temperatura sexual» es prácticamente constante durante todo el ciclo vital. Por eso cuando se va a estudiar la sexualidad de los ancianos, siempre debe compararse con la de esas mismas personas cuando fueron jóvenes. Tienen poco valor que encontremos a una persona de 60 años que no siente interés sexual si no sabemos sus antecedentes. Debemos preguntarnos si ese fenómeno es resultado del proceso de envejecimiento o se trata de una característica que la ha acompañado durante toda la vida.

MONOTONÍA DE LA RELACIÓN SEXUAL: Como tendencia, en muchas de las parejas con varios años de formadas se comienza a presentar el germen de la monotonía en la relación sexual. Esto se va instalando paulatinamente y llega a un punto en que la pareja tienen relaciones a una misma hora, en la misma habitación, en el mismo pedacito de la cama, en la misma posición, con las mismas caricias, con los mismos suspiros y (lo único que cambia) es un nivel de gratifica-

ción progresivamente descendente. Lo interesante de éste aspecto es que, si el grado de deterioro de la relación no ha llegado a su punto máximo, con el interés de ambos miembros de la pareja y la ayuda de algún personal especializado, pueden lograrse resultados muy favorables.

El trabajo de educación sexual es ideal para la prevención de estos problemas y puede ser terapéutico en algunas parejas.

PREJUICIOS Y MITOS: Existen una serie de normas sociales sobre lo que se permite y lo que no a los ancianos y ancianas en materia de sexualidad, que influyen sobre la conducta de las personas y condicionan la tendencia a la autorepresión. Como en todo lo que tiene que ver con sexualidad, esas normas están permeadas por el enfoque de género. Veamos algunos ejemplos. Los ancianos y las ancianas:

«Son asexuados (as)».

«No pueden tener manifestaciones eróticas en público».

«Los hombres no deben masturbarse, las mujeres no pueden».

«No es normal que pregunten o se interesen por la sexualidad».

«Si pierden su pareja, los hombres pueden buscar otras, las mujeres no».

«Los hombres pueden tener parejas más jóvenes, las mujeres que busquen parejas más jóvenes son perversas».

LA INFLUENCIA DEL STATUS SOCIAL O EL PODER ECONÓMICO Y SU ANÁLISIS DESDE LA PERSPECTIVA DE GÉNERO: Las estrictas normas sociales que se aplican en materia de sexualidad a la mayoría de los ancianos y ancianas como grupo, se hacen mucho más flexibles en los casos en que el sujeto tiene un elevado status social o un gran poder económico. Así, podemos ver casos en que es aceptada socialmente la relación de un individuo de elevado poder económico con una adolescente que puede ser hasta 30 años menor que él. Lo mismo, aunque con menor frecuencia, ocurre en las ancianas.

También se tolera socialmente la relación «jefe poderoso — joven bella»; en estos casos, la existencia de una pareja mucho más joven es considerada como uno de los atributos de la condición económica o status social del individuo, incluso (y principalmente) si se trata de una relación extramarital.

En los estereotipos pseudoculturales que nos llegan de países occidentales mediante novelas, cine, re-

vistas... se refuerza mucho la idea de que es permitido que ancianos y ancianas poderosas «compre» parejas jóvenes, aunque esto se aplica con mayor frecuencia en el hombre.

A largo plazo, la solución de estos problemas va a ser la adecuada cultura gerontológica de la población. Éste es un proceso largo que recién comienza y las personas que ahora son ancianas no tienen tiempo para esperar que se les reconozca sus derechos. Es por eso que debe trabajarse en dos sentidos: por una parte, educar a los ancianos de ambos sexos (a niveles de individuo y pareja) para que comiencen a defender sus derechos, y por otro lado, trabajar con el resto de las personas (a niveles de familia y sociedad) para comenzar a acelerar el proceso de comprensión de los problemas y realidades de los ancianos.

Las diversas sociedades, ante el proceso de envejecimiento, deben crear alternativas para el desenvolvimiento socio-cultural-familiar de los y las ancianas. Existen países como Suecia e Israel con un gran desarrollo

en el proceso de mejoramiento de la vida de esas personas. Por ejemplo, ya no es infrecuente encontrar en los textos de arquitectura, amplios tratados acerca de la eliminación de barreras arquitectónicas para permitir que la vida sea más fácil a las personas de mayor edad. En esos textos podemos encontrar referencias a dispositivos para facilitar el baño en cama, para entrar y salir de la bañera, la ubicación más conveniente de las puertas en caso de personas que necesiten sillas de rueda y el ángulo que deben tener las rampas, entre otros.¹¹

En nuestro país, dadas las carencias económicas que nos afectan, se está trabajando más en el orden de lo social, lo educativo y la salud pública, haciendo conocer a la sociedad los problemas que presentan las personas mayores de 60 años. Comienza a hablarse, aunque de forma todavía insuficiente, de problemas particulares de esa edad como la violencia ejercida contra la ancianos y ancianas.

===== BIBLIOGRAFÍA =====

1. *Anuario Demográfico*. Cuba. 1996. Pág.18.
2. «El envejecimiento en Cuba». Oficina Nacional de Estadísticas. Centro de Estudios de Población y Desarrollo. Mayo 1998. Pág.3.
3. **ROCABRUNO, J. C.**: Demografía y Envejecimiento en América latina y el caribe». Material impreso del primer Taller internacional de geriatría la Pradera». Nov. 1998. Pág. 18-25.
4. **BEAVOIR, S.**: *La Vejez*. Editorial Hermes. 1980. Pág. 113-114.
5. —————: *La Vejez*. Pág. 259.
6. **DÍAZ, O. y THOMPSON, W.**: «La edad del erotismo». *Revista Sexología y Sociedad*. Año 1 no. 1. 1995. Pág 14-17.
7. **RISMAN, A.**: *El carruaje de la tristeza. ¿Seremos todos pasajeros?* Tesis en opción al título de Master en Sexología. Río de Janeiro. 1997, Pág. 124.
8. **DÍAZ, O.**: «La atención sexológica de los ancianos de Ciudad de la Habana». Ponencia presentada en el XV Congreso Mundial de sexología. Libro de resúmenes. Pág.28. París 2001.
9. **ALLER ATUCHA, L. M.**: *Pedagogía de la Sexualidad Humana*. Editorial Galerna. Buenos Aires, Argentina. 1993. Pág. 33.
10. *Kamasutra of Vasayana*. Editorial Lustre Press. Put. Ltd. New Deli. India, 1998, Pág. 33.
11. **FRANK, E.**: *Arquitectura y Sociedad*. Buenos Aires, Paradiso Ediciones, 1998. Pág. 8.