

**POLICLÍNICO UNIVERSITARIO  
"OMAR RANEDO PUBILLONES"  
GUANTÁNAMO**

**LA VIDA SEXUAL EN EL ADULTO MAYOR**

Dra. Niursy Bravo Hernández<sup>1</sup>, Lic. Hermelinda Hernández Fernández<sup>2</sup>,  
Dr. Leonel Durand Cajigal<sup>3</sup>, Dr. Alexander Hernández Mayor.<sup>3</sup>

*1 Especialista de II Grado en Medicina General Integral. Instructor.*

*2 Licenciada en Educación. Profesor Consultante.*

*3 Especialista de I Grado en Medicina General Integral. Instructor*

---

**RESUMEN**

Se realiza una revisión bibliográfica donde se abordan algunos referentes teóricos de la sexualidad en el adulto mayor, así como los antecedentes históricos que existen en Cuba que actualmente, y a través de las cátedras del adulto mayor, hogares de ancianos y círculos de abuelos, entre otros, se proyectan estudios sobre la sexualidad en la tercera edad que ofrecen significativas aportaciones teóricas y abren las puertas para futuras investigaciones. Esto tributa al desarrollo del trabajo encaminado a la vida sexual en el adulto mayor, no obstante, persisten tabúes y prejuicios relacionados con este grupo etario, por lo que es necesario continuar realizando estudios teóricos y aplicados.

**Palabras clave:** sexualidad, adulto mayor.

---

**INTRODUCCIÓN**

La sexualidad como dimensión de la personalidad se inicia con la vida y se desenvuelven a partir de los estímulos culturales y sociales que se dan en el proceso de desarrollo de la personalidad. Se trata entonces de considerarla como manifestación y expresión de tipo biológico, psicológico y social que diferencia a cada individuo como hombre o mujer. Es por ello que se debe educar en su desempeño exitoso en las diferentes facetas de la vida y al mismo tiempo es imprescindible

educar para la sexualidad en su concepción general, con vista a desarrollar relaciones responsables y enriquecedoras con el otro sexo, para formar una familia, eliminar tabúes, prejuicios y vivir la sexualidad con placer.

La sexualidad no es la vida toda, pero sí una parte muy importante de ella, es fuente esencial y permanente de comunicación, afecto y satisfacción, que influyen de modo significativo en el estado de salud y bienestar de cada persona. Es indiscutible que la sexualidad constituye uno de los temas más controvertidos y trascendentales a través de los tiempos, donde algunos creen que es privativa de los jóvenes, y que los adultos mayores no la poseen.

En varios países del mundo, entre ellos Cuba, se realizan importantes aportes en el sentido de satisfacer la categoría de "vejez demográfica". Este progresivo fenómeno implica que paralelamente se desarrolle una "cultura de la senilidad o del envejecimiento", donde, con carácter obligatorio, deberá incluirse la sexualidad.

En el territorio guantanamero se destacan, entre otras, las investigaciones en el plano de la sexualidad de los autores: E. Hernández (1990-2007); I. López (1994-2007); J.C. Larrea (1990-2006), R. E. Boti (2003-2006). Los cuales coinciden en señalar la necesidad de seguir investigando lo relacionado con la sexualidad en el adulto mayor, en función de elevar la calidad de vida de este grupo poblacional que cada día aumenta más.

La autora a través de su experiencia (14 años), entre los cuales 6 transitaron con el adulto mayor, asume algunas limitaciones en la esfera de la sexualidad de estas personas como, existencia de tabúes y prejuicios relacionada con las relaciones amorosas en el adulto mayor creencia del no derecho a la privacidad en los matrimonios de los adultos mayores, criterios relacionados con la falta de deseo e interés sexual en las personas de la tercera edad.

Estas también son dificultades que están presentes en el adulto mayor del sector 10 del policlínico universitario "Omar Ranedo Pubillones" y a ello se dirige este estudio.

## **DESARROLLO**

### **Antecedentes históricos sobre la sexualidad en el adulto mayor**

El comportamiento sexual en los seres humanos se viene estudiando desde los años cuarenta, gracias a un entomólogo y psicólogo

norteamericano llamado Alfred Charles Kinsey, quien dirigió para la fundación Rockefeller un proyecto de estudio acerca del comportamiento sexual humano, publicando varios volúmenes entre ellos "*Sexual behaviour in the human male*" (1948), y "*Sexual behaviour in the human female*" (1953). Estos volúmenes acerca del comportamiento sexual en los seres humanos son muy criticados, pero deja un precedente acerca del comportamiento sexual en todos los seres humanos con capítulos especiales en la población mayor.

El estudio acerca de los temas relacionados con la sexualidad se inicia en Cuba por iniciativa de la Federación de Mujeres Cubanas (FMC), aproximadamente en los años 60, aún sin referirse a la sexualidad en el adulto mayor. Posteriormente en debates realizados en los congresos de la FMC en los años 1971 y 1974 y en el primer congreso del Partido Comunista de Cuba (PCC) en 1975, se acordó la creación del Grupo Nacional de Educación Sexual, hoy Centro Nacional de Educación Sexual (CENESEX), el cual tiene un papel fundamental en el desarrollo de la educación sexual y la sexología en Cuba, aunque en sus inicios se dedicó fundamentalmente al trabajo de planificación familiar y a lo relacionado con las enfermedades de transmisión sexual (ETS).

En 1980 se crea el grupo multidisciplinario de sexología del Hospital Militar "Carlos J. Finlay", fue el primer equipo para el tratamiento de la sexualidad que puso en práctica la psicoterapia educativa sexual en grupos, como parte rutinaria del tratamiento y con la atención al adulto mayor con disfunciones sexuales. Esto se realiza en un momento en que prácticamente predominaba el criterio de exclusión a personas mayores de 60 años.

El doctor Emilio del Corral en los años 80 encabeza un colectivo de trabajo que realizó intervenciones educativas a grupos de ancianas y ancianos con sus familias, siendo este el primer antecedente que se conoce que utilizó conceptos pedagógicos grupales de educación sexual para ancianos.

En 1995, es registrado por el Dr. Oscar Díaz Noriega y otros un estudio en una población mayor de 65 años, donde se refieren algunos aspectos psicosociales en ancianos y ancianas, de gran importancia.

### **Referentes teóricos de la sexualidad en el adulto mayor**

Como consecuencia del desarrollo científico técnico y las conquistas sociales de las últimas décadas, se produce un aumento de la cantidad de personas que viven por encima de los 60 años y Cuba no está exenta de esto.

En estas condiciones actuales, las causas de morbilidad en este grupo poblacional son perfectamente previsibles o exitosamente controladas, se palpa un significativo interés por liberarlos de los prejuicios y mitos que los marginan en el terreno sexual.

Al abordar la temática de la sexualidad en la tercera edad, se le hace frente a un doble inconveniente; ahondar en las particularidades de la vejez lo cual, suele resultar una tarea agobiante no solo por la falta de información y datos investigados al respecto, sino también porque la problemática de esta etapa es generalmente abordada desde su carácter negativo, sin valorar, ni considerar las ganancias y riquezas que alcanza dicha etapa.

En este estudio se asume el criterio de otros autores cuando se plantea que hay que referirse a un concepto de sexualidad mucho más amplio al que normalmente es considerado, se trata de disfrutar el placer del contacto corporal y la comunicación, así como la seguridad que produce el sentirse querido y deseado.

La sexualidad incluye todas las formas de expresión, desde la aproximación al tacto, intimidad emocional, compañía, masturbación y no solo el coito, una sexualidad en la que el placer es encontrado en la intimidad compartida, en descubrir y ser descubierto, es en definitiva, las múltiples manifestaciones del placer, de lo erótico, de comunicación entre las personas, de intercambio afectivo de expresión de ternura y necesidad del otro. Durante siglos se relacionó la sexualidad únicamente con la reproducción, negándosele, dada su infertilidad, de su disfrute a las personas de avanzada edad.

La actividad sexual existe en el adulto mayor y, en muchas ocasiones, constituye la norma más que la excepción.

En el adulto mayor la masturbación en solitario también constituye una forma válida de actividad sexual, el hombre mayor, por lo general, admite masturbarse en solitario, como medio para lograr autosatisfacción y alivio de las tensiones eróticas, mientras que la mujer suele negar u ocultar este acto, y en ello influyen los prejuicios culturales sobre la sexualidad femenina que aún persisten en sociedades como la nuestra.

En la tercera edad el orgasmo no es indispensable todos los días ni en todos los actos sexuales y, aún así, se siente satisfecho, pues en esta etapa la capacidad de gozar del cuerpo, de sensaciones, está vigorizada en comparación con el acto sexual propiamente dicho, con una mejor consolidación de la pareja.

En la tercera edad existe mayor experiencia sexual, se es más sosegado y juicioso. Se hace necesario reflexionar, que en la vida sexual en esta etapa no solo son ganancias, sino que se caracteriza por experiencias emocionales de los adultos mayores. Un rasgo característico de los ancianos es la concurrencia de dos o más enfermedades.

## **BIBLIOGRAFÍA**

1. Berk Jonathan S, Hillad Paul A, Adash Eli. En: Berk Jonathan S. Ginecología de Novak. 12<sup>th</sup>ed. México: McGraw-Hill Interamericana; 2002. p. 981.
2. Betancourt R, Navarro D. Factores relacionados con la decisión de solicitar la terapia hormonal de reemplazo. Rev Cubana Endocrinol. 2002; 10(1):43-9.
3. Bohórquez Carvajal JD. Sexualidad y senectud. Hacia promoció Salud. 2008; 13:13-24.
4. Borges Vilela AL. Relações de gênero e iniciação sexual de mulheres adolescentes. Rev Esc Enferm USP. 2007; 41(4):597-604.
5. Bozzini MS. Moduladores selectivos de los receptores de estrógenos, su uso en el climaterio [internet]. Marzo 2002[citado 16 jun 2010]. Disponible en: <http://www.tocogineconet.com.ar/revisiones/serms.htm>
6. DSM-IV-TR. Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales. Texto revisado. Barcelona: Editorial Masson; 2002. p.112-8.
7. Esguerra Velandia I. Sexualidad después de los 60 años. Av. enferm. 2007; 25(2):124-140.
8. Gomes Araujo M E, Silveira Carneiro L, Petit S H, Brasileiro Viana G M, Almeida Saldanha A N. La sexualidad de las mujeres atendidas en el programa salud de la familia: una producción socio poética. Rev latinoam enferm. 2008; 16(3):382-388.
9. Gray RH. The menopause, epidemiological and demographic considerations. In: Bare RJ. The menopause. Lancaster: MTP; 2005. p. 25-40.
10. Hammond CHB. Terapéutica sustitutiva con estrógeno. Clin obstet ginecol. 2006; 2:407-12.

11. Hernández Zamora Z E. Algunos aspectos a considerar sobre la sexualidad del adulto mayor. *Agora USB*. 2008; 8(2):375-387.
12. Jordán Padrón M, Pachón González I. La Universidad del Adulto Mayor y su contribución al logro de una vejez saludable. En: *Rev medica electron [internet]*. 2008[citado 30 oct 2009]; 30(6). Disponible en: <http://www.portal.revistas.bvs.br/transf.php?>
13. Judd HL. Hormonal dynamic with the menopause. *Clin Obstet ginecol*. 2002; 19:775-88.
14. Linhares Pereira FM, Pottes Alexandre F, Araújo Cavalcante E, Menezes Pinheiro E, Siqueira de Andrade K. La percepción sobre el ejercicio de la sexualidad en ancianos atendidos en el Centro de Salud del Anciano de Recife, Brasil. *Rev Enferm Herediana*. 2008; 1(2):93-103.
15. Lozano E, Padrón RS, Más J, Seuc A. Climaterio y menopausia. *Rev Cubana Endocrinol*. 2005; 13(1).
16. Manzano B. Climaterio y menopausia. En: Rigol R. *Obstetricia y ginecología*. La Habana: Editorial Ciencias Médicas; 2004. p.89.
17. Martín Hernández M, Rentería Díaz P, Sardiñas Llerenas E. Estados clínicos y autopercepción de la sexualidad en ancianos con enfoque de género. *Rev Cubana Enferm*. 2009; 25(1/2).
18. Martínez Fuentes AJ, Fernández Díaz IE. Ancianos y salud. *Rev Cubana Med Gen Integr*. 2008; 24(4). Disponible en: <http://portal.revistas.bvs.br/transf.php?>
19. Navarro Despaigne DA, Duany Navarro A, Pérez Xiques T. Características clínicas y sociales de la mujer en la etapa climatérica. *Rev Cubana Endocrinol*. 2002;(7)1.
20. Olivi M, Santana RG, Thais Aidar de Freitas M. Comportamiento, conocimiento y percepción de riesgo sobre enfermedades sexualmente transmisibles en un grupo de personas con 50 o más años de edad. *Rev latinoam enferm*. 2008; 16(4):679-685.
21. Orosa Fraíz T. La tercera edad y la familia: una mirada desde el adulto mayor. La Habana: Editorial Félix Varela; 2003. p. 67-93.
22. Salas Santos MD. Climaterio y Menopausia. II parte. La sexualidad en el climaterio. *Rev Sexología y Sociedad*. 2003; 5(3):17-9.

23. Sánchez-Alemán MA, Conde-Glez CJ, Uribe-Salas F. Core group approach to identify college students at risk for sexually transmitted infections. *Rev saúde pública*. 2008; 42(3):428-436.
24. Sarduy Nápoles M, Lugones BM. *II Consejo Cubano de climaterio y menopausia* La Habana: ECIMED; 2006.
25. Sepúlveda-Agudelo J, Alarcón-Nivia M Á, Jaimes-Carvajal H. Amenorrea primaria. *Rev colomb obstet ginecol*. 2009; 60(1):57-67.
26. Siseles ON, Gutiérrez P. El climaterio en Latinoamérica: estado actual y tendencias futuras [internet]. 2007[citado 6 ago 2009]. Disponible en: [http://www.aapec.org/trab\\_cientificos/28.htm](http://www.aapec.org/trab_cientificos/28.htm)
27. Trypmar J. Sexuality Fida over time: A look of the question and answer. *Therapy for sexual dysfunction*. 2002; 17:149-59.
28. Wilbush J. Trastornos climatéricos. Perspectiva histórica. Cap I. En: Studd J. *Menopausia*. Barcelona: Whitehead M de Alexandre; 2000.