

ARTÍCULO ORIGINAL

La sexualidad en un grupo de ancianos que asisten a consulta de Urología

Sexuality in a group of elders attending the Urology office

Humbelina Díaz Alfonso,¹ Nora María Lemus Fajardo,² Oscar Álvarez Álvarez³

¹Especialista de Primer Grado en Medicina Interna. Asistente. Hospital Provincial Clínico Quirúrgico «León Cuervo Rubio». Pinar del Río. Correo electrónico: humbita@princesa.pri.sld.cu

²Especialista de Primer Grado en Medicina General Integral, Especialista de Primer Grado en Geriátría. Máster en Longevidad Satisfactoria. Asistente. Correo electrónico: nlemus@princesa.pri.sald.cu

³Especialista de Primer Grado en Medicina General Integral, Especialista de Primer Grado en Geriátría. Máster en Longevidad Satisfactoria. Instructor.

Recibido: 5 de junio de 2015.

Aprobado: 10 de julio de 2015.

RESUMEN

Introducción: en los últimos tiempos son evidentes los cambios demográficos. La edad de la población mundial crece, más personas sobrepasan la barrera cronológica que el hombre ha situado como etapa de vejez, y se hace necesario establecer nuevas pautas de trabajo que asumirá la atención a una población cada vez mayor. En la actualidad existe escasa información sobre los temas fundamentales que afectan el bienestar del adulto mayor, entre estos aspectos está la sexualidad.

Objetivo: valorar el comportamiento sexual de un grupo de ancianos que asistieron a la consulta de Urología.

Material y método: se realizó una investigación descriptiva de corte transversal a 90 ancianos que asistieron a la consulta de Urología del Hospital General Docente "Abel Santamaría Cuadrado" de Pinar del Río en el periodo desde septiembre a diciembre de 2014. Se aplicó una entrevista para la obtención de los datos requeridos y se realizó el procesamiento y análisis de los resultados con el paquete estadístico SPSS para el diseño de muestras complejas.

Resultados: mantienen relaciones sexuales activas el 52.2%, no tienen privacidad para las relaciones sexuales el 67.7% de los ancianos encuestados. El 17.7% opinaron que deben cesar con la edad, el 18.8% las consideran innecesarias, sólo el 5.5% las considera inadecuadas, mientras que el 72.2% que son placenteras, y el

92% de la muestra expresa necesidad de información.

Conclusiones: a pesar de predominar en los ancianos encuestados predominó el criterio de que las relaciones sexuales son buenas y saludables si se desean, también la casi totalidad planteó que existe la necesidad de información sobre la sexualidad en el adulto mayor sobre este importante tema para su calidad de vida.

DeCS: Sexualidad; Anciano; Calidad de vida.

ABSTRACT

Introduction: in recent times demographic changes are evident. The age of the world population increases, more people surpass the chronologic age that the human being has situated as old age stage, and it is necessary to establish new working guidelines to assume the care of a population increasingly greater. Nowadays scarce information exist about the leading topics affecting the welfare of the aged adult, sexuality is among these aspects.

Objective: to assess the sexual behavior of a group of elders that attended the Urology office.

Material and method: a descriptive cross-sectional research was carried out on 90 elder who attended the Urology at Abel Santamaría Cuadrado General Teaching Hospital of Pinar del Río, in the period from September to December 2014. An interview was conducted for obtaining the required information and the processing and analysis of the results was carried out with the statistical application SPSS for the design of complex samples.

Results: 52.2% of the intervened elders maintain active sexual relationships, 67.7% of them do not have any privacy for sexual relationships. 17.7% expressed that they are to cease with the age, 18.8% consider it unnecessary, only 5.5% concenter them inadequate, while 72.2% consider they are pleasant, and 92% of the sample expressed that they need information.

Conclusions: despite predominance in the interviewed elders the criterion that sexual relationships are good and healthy if desired, also most of the noted that there is need for information about sexuality in the aged adult and about this important topic for their quality of life.

DeCS: Sexuality; Aged; Quality of life.

INTRODUCCIÓN

El fenómeno del envejecimiento en la población se produce de forma paulatina y en él intervienen la fecundidad, la mortalidad y las migraciones, variables que en acción combinada en el tiempo determinan el crecimiento y la estructura por edades de la población, de suma importancia para la planificación económica y social de cualquier país.¹

Es importante mencionar que el hombre y la mujer a los 60 años (barrera cronológica que colocada por el propio hombre como límite entre el adulto joven y adulto mayor); en Cuba por regla general tienen un nivel aparental, aspiraciones, inicia proyectos de la misma manera que lo hacen personas de mucha menos edad, tal como sucede en países de alto desarrollo.

La atención al anciano ha alcanzado logros notables en Cuba, sin embargo, en el abordaje de la sexualidad en la tercera edad persisten actitudes retrógradas que son muy similares a las que existían en siglos anteriores y que tienden a rechazar,

burlarse o en el mejor de los casos ignorar la existencia de actividad sexual en las personas de 60 años en adelante.

Si se aspira a que los ancianos disfruten de una longevidad satisfactoria, se hace necesario eliminar los tabúes que lo impiden y actualizar los conocimientos, pues aún existen personas que se rigen por conceptos equivocados en los que se plantean que la actividad sexual debe desaparecer según avanza la edad como un apagamiento fisiológico inevitable, y por lo tanto, desear o hacer en materia sexual a partir de los 60 años, no es natural, fisiológico, moral ni socialmente bien visto. De ahí que esta idea de muerte sexual se convierta para muchas personas independientes de su sexo en un factor de ansiedad cuando llega a la edad madura y ve aproximarse esa etapa crítica, lo que provoca el comienzo de trastornos en la función sexual de índole puramente psíquico.^{2,3}

Muchas personas se sorprenden y avergüenzan al ver las ostensibles manifestaciones de cariño de los mayores y se producen comentarios agresivos e irónicos como son que "hay que comportarse de acuerdo a su edad", "ustedes ya no están para eso", "eso es de viejo verde", etc.

Del otro modo, se tiene a los ancianos que tienen el derecho de vivir una existencia sin limitaciones absurdas, pero todo esto tiene un gran problema discrepante que necesita de manera urgente ser resuelto, es sumamente limitado los conocimientos sobre sexualidad en el adulto mayor, y esta ignorancia marca patrones de conducta que los amonesta constantemente impidiendo el disfrute de una vejez placentera y con ello una longevidad satisfactoria.⁴

El trabajo tiene como objetivo valorar el comportamiento de la sexualidad y la necesidad de información sobre este tema en un grupo de ancianos que acudieron a la consulta de Urología.

MATERIAL Y MÉTODO

En la investigación se realizó un estudio descriptivo y de corte transversal, con un universo constituido por todas las personas de 60 años y más que asistieron a la consulta de Urología del Hospital General Docente "Abel Santamaría Cuadrado de la ciudad de Pinar del Río" en el período comprendido desde septiembre a diciembre de 2014, y la muestra quedó constituida por 90 personas que mostraron su consentimiento informado en participar y no tuvieran signos de deterioro cognitivo.

Los aspectos que se tuvieron en cuenta para la realización de la entrevista fueron: privacidad, seriedad en la toma de la muestra, respeto ante las respuestas por ser este tema extremadamente íntimo, conocimiento y grado de preparación referente a la actividad, conducta que se asume en esta esfera.

Los datos reportados en el estudio se analizaron de forma comparativa según sexo y grupos de edades. Los resultados de la encuesta se procesaron con el software SPSS, Versión 12, 2004, se procesaron y se realizaron análisis de frecuencias y pruebas de contingencias (tablas cruzadas).

Consideraciones éticas. Se solicitó por escrito el consentimiento informado por escrito a todos los sujetos implicados en la investigación y cuidadores de los casos especiales, previa explicación de en qué consiste el estudio, y el carácter no invasivo.

RESULTADOS

En el grupo estudiado existe una ligera mayoría de adultos mayores que afirman tener relaciones sexuales activas (Tabla 1).

Tabla 1. Total de ancianos con vida sexual activa. Hospital General Docente "Abel Santamaría Cuadrado" de Pinar del Río. Consulta Urología. Periodo desde septiembre a diciembre de 2014. Consulta Urología.

Mantiene relaciones sexuales activas	Masculino No	%	Femenino No	%	Total	%
Si	30	85.7	21	38.1	47	52.2
No	5	14.3	34	61.9	43	47.8
Total	35	38.8	55	61.1	90	100

En los resultados se obtuvo de la muestra que más de la mitad de los ancianos encuestados refirieron que no tenían privacidad para mantener sus relaciones sexuales (Tabla 2).

Tabla 2. Análisis de la privacidad para las relaciones sexuales.

Privacidad Relaciones sexuales	Masculino No	%	Femenino No	%	Total	%
No	27	30	34	37.7	61	67.7
Si	8	8.8	21	23.4	29	32.3
Total	35	38.8	55	61.1	90	100

Los ancianos encuestados opinan que las relaciones sexuales deben cesar con la edad y son innecesarias, mientras que sólo el 5.5% considera son inadecuadas, pero contradictoriamente la inmensa mayoría plantea que son placenteras (Tabla 3).

Tabla 3. Análisis de la opinión de los ancianos sobre las relaciones sexuales.

Opiniones	Masculino No	%	Femenino No	%	Total	%
Deben cesar al avanzar la edad	2	2.3	13	14.4	16	17.7
Son innecesarias	2	2.2	15	16.6	17	18.8
Son inadecuadas a esa edad	0	0	5	5.5	5	5.5
Son placenteras	30	36.3	35	38.5	65	72.8

Los adultos mayores participantes en el estudio consideran ante la pregunta sobre la necesidad de información sobre el tema de la sexualidad en las personas de la tercera edad fue respondida por todos los entrevistados siendo positiva en el 92,2%

corroborando los criterios actuales sobre tan importante aspecto para la calidad de vida de este importante grupo de personas.

DISCUSIÓN

Un aspecto importante que se analiza en el estudio es sobre la mantención o no de relaciones sexuales activas después de la tercera edad, y se aprecia que más de la mitad de la muestra refiere tener relaciones sexuales activas.

Numerosos reportes acerca de que en la tercera edad se mantiene actividad sexual en un porcentaje elevado de personas, y que se mantiene vivo el interés por el sexo, todo lo cual nos hace pensar que la sexualidad en esta época de la vida no es solo una utopía.⁵

Existe una inquietante tendencia a equiparar la actividad sexual con la coital, mientras que las necesidades emocionales de los individuos de la tercera edad pueden cubrirse completamente mediante una actividad sexual que no siempre lleva al coito. La necesidad de relacionarse con otras personas, de expresar sentimientos, de recibir afecto de la otra persona, no se pierde por lo más viejos que se sea. Por otra parte, al desaparecer los intereses o las preocupaciones reproductoras, la sexualidad en esta etapa tiene como único fin recibir y dar placer. Para disfrutar de una vida sexual plena en la tercera edad solo hay que cumplir tres condiciones:

- No tener una enfermedad que lo imposibilite.
- Estar interesado en la sexualidad.
- Estar enamorado.

Ser una persona de la tercera edad no significa estar oprimido sexualmente. La conducta sexual en esta etapa de la vida, aunque no imposible fisiológicamente ni despreciable emocionalmente, está definitivamente restringida por la cultura de la sociedad actual.

Se debe propagar la idea de que la sexualidad en la tercera edad es algo agradable y necesario si se desea. Realmente es cierto que existen morbilidades que afectan su realización,⁶ pero en gran medida el hecho de tener vida sexual en edades tan avanzadas de la vida en muchas ocasiones se ve frustrado por aspectos psicosociales, pues el anciano está clasificado como una especie de niño grande, se le asignan funciones muy limitadas, y hasta se piensa que sus funciones sexuales simplemente no deberían existir.

El principal juez de la actividad sexual en los adultos mayores erróneamente es la familia⁷ y los ancianos sobre todo del sexo femenino, pues en el sexo se manifiesta de manera indiscutible la discriminación de género, lo cual coincide con autores como Pinheiro Thiago en su artículo *Cuestiones de la sexualidad masculina en la atención primaria de salud*.⁸ Se limitan aún más las mujeres por no perder la moral ante sus descendientes, hecho este que restringe grandemente el disfrute de la ancianidad, y esto solo se disipa con una educación sexual adecuada, que si bien se está combatiendo el sexo irresponsable que lleva únicamente a enfermedades de transmisión sexual, aún queda mucho por hacer para ganar la batalla del amor sin prejuicios, frenos ni tabúes en la tercera edad.

El estudio indica que el 67.7% de la muestra no tienen una privacidad adecuada para llevar a cabo su vida sexual de manera satisfactoria. Es un hecho muy frecuente que el anciano comparta su dormitorio con otro miembro de la familia, en ocasiones le cedan su habitación a la pareja de recién casados que ha llegado al hogar, este grave error tiene gran repercusión para la vida sexual de la pareja de adultos mayores.

En tales situaciones están poniendo al anciano en ambientes difíciles, es a esa edad donde mayores problemas de adaptación aparecen y se requiere de ajustes en todas las esferas para asimilar un nuevo cambio, así como también independientemente de la edad, la profundidad de las relaciones o el deseo sexual que se experimente, se necesita ante todo privacidad para las mismas. Este problema se agudiza cuando en una casa viven disímiles generaciones y no existe conocimiento del tema.

Este aspecto tiene su solución radical solo con la educación sexual a toda la población. Demostrando que la sexualidad cobra igual importancia para todos los grupos etarios. Este estudio coincide con la autora, que muestra en su trabajo sobre la sexualidad en el adulto mayor cómo la existencia de prejuicios y mitos sobre este tema afecta la calidad de vida de los ancianos.⁹

Sin una privacidad adecuada las parejas de adultos mayores no logran esos requisitos anteriormente expuestos. Al analizar los resultados que estudian la opinión de los ancianos sobre las relaciones sexuales, se aprecia que la mayoría de los encuestados plantean que son buenas y saludables para el organismo, si hay deseos para ambos miembros de la pareja. Estas respuestas positivas representan por suerte la casi totalidad de la muestra.

El resto brinda respuestas negativas tales como que las relaciones sexuales en esta etapa de la vida son innecesarias, que deben cesar al avanzar la edad, que son por gusto, pues no causan placer y pueden ser dañinas para la salud y hasta se refirieron a que resultan ridículas. En ocasiones se encontraron varios criterios referidos por un mismo anciano.

Para abordar la mejor comprensión de la respuesta sexual en el anciano y esto es debido a la evolución de los valores culturales a través de los años, ha traído consigo la carga de la aversión a la edad. Este odio y miedo a la vejez no solo ha llevado a mostrar a los ancianos arrugados y tristes, sino que se les ha despojado de la posibilidad de contemplar y participar plenamente en la sociedad presente y futura, además ha conspirado para privarles de una parte de su humanidad: su sexualidad.

En la familia donde no se respeta la sexualidad de los ancianos, y por lo tanto, ser viejo es ser asexuado, sin deseos ni atractivos, se socializan todas sus integrantes desde la infancia con esta idea, de ahí el pavor a la senectud y a todo lo que ello conlleva. Lo anterior es respaldado por varias investigaciones, como por ejemplo la del autor, que plantea que en el país existe un sub registro de la información por los prejuicios existentes, por lo que se estima que aproximadamente un 15% de los adultos mayores tienen algunos problemas sexuales, situación esta que prevalece en el sexo masculino.¹⁰

Los placeres emocionales y psicológicos de la intimidad, las caricias y el contacto de la proximidad física, el éxtasis del acto sexual y su culminación están reservados a los cuerpos plenos de juventud y a los primeros años de la madurez. Tales imágenes y suposiciones continúan manteniéndose a pesar de la documentación, de

lo contrario, y aun con el creciente reconocimiento de los ancianos como personas llenas de necesidades, deseos, y capacidades asumidas.

Los cambios biofisiológicos de la sexualidad se inician lentamente entre los 30 y 40 años, para progresivamente ir haciéndose más evidentes a medida que el sujeto avanza en la edad. A partir de los 60 años, edad en la que se sitúa socialmente el comienzo de la vejez, las manifestaciones suelen ser bastante claras. Sin embargo, estos cambios se dan en muy distinto grado y aparecen en tiempos claramente diferentes, dependiendo de diferentes factores, dichos cambios, en todo caso, no deben ser etiquetados de declive sexual, ya que, como hemos comentado anteriormente, la sexualidad no se reduce únicamente a la genitalidad y procreación.

Las mujeres, en cambio, suelen asumir mejor que los hombres, los cambios que afectan a la esfera estrictamente sexual, aceptando peor el proceso general de envejecimiento, en especial en cuanto a su imagen corporal, entre otras razones porque a las mujeres se les exige una figura corporal más juvenil.

Para terminar, citar a Balzac (novelista francés), que sugirió que la sociedad hubiese creado sólo a la mujer joven, pero vio más allá de la reproducción y alabó la creación de una continuidad del deseo, por lo tanto, no puso límite de edad al amor, potencialmente a lo largo de toda la vida.

Sobre el aspecto de la necesidad de información sobre el tema, resulta que la mayoría de los ancianos prefieren tener necesidad de información al respecto (tabla 3). Se ha ganado mucho en la educación sobre este aspecto durante investigaciones realizadas sobre la sexualidad de las personas de la tercera edad., que muestran que estas, con relativa buena salud y si gustan del sexo, son capaces de mantener su actividad sexual. Esta capacidad depende de la vida pasada y de la actitud con respecto a la ancianidad en su conjunto, y en particular de sus propias creencias e imágenes.

En la vejez existe mayor experiencia sexual, mayor entendimiento en la interacción con la pareja, mayor ternura y sabiduría. Como en esta etapa de la vida se agudiza el criterio de la realidad, se toma mayor conciencia de lo que puede y no puede hacerse con el sexo, el erotismo está vigorizado en comparación con el acto sexual propiamente dicho, con una mayor consolidación de la pareja. Todo lo planteado indica que en la tercera edad no constituye una utopía hablar sobre la sexualidad, sino lo contrario: una verdad incuestionable. Por lo tanto, la educación sobre el tema puede contribuir de forma eficaz a la eliminación de tabúes y prejuicios sobre la sexualidad y la vejez, mejorar la calidad de vida de los ancianos y lograr que estas personas estén en condiciones de:

- Asumir a lo largo de su vida su sexualidad de manera enriquecedora, placentera y responsable.
- Desarrollar una autoimagen positiva para sustentar su autoestima y autonomía, asumiéndose en la originalidad de su identidad de género.
- Poder vivenciar su sexualidad definiendo la función reproductiva del placer.
- Desarrollar la capacidad de sentir, gozar, amar y ser amado.

Para lograr este objetivo, los ancianos deben estar orientados al respecto, eliminar tabúes y comportarse con dignidad según sus deseos e intereses, sin temor a ser criticados por personas insensibles. En muchas ocasiones el agresor es su cuidador,

que le debe obediencia más aún si son los hijos, y muy doloroso resulta para el adulto mayor observar que de esta obediencia generalmente se olvidan, por lo que se deduce que esta información no es sólo necesaria para los ancianos, sino que es de mucha importancia educar a la población al respecto.^{10, 11}

Consejos a los adultos mayores:

- Ser una persona de la tercera edad no significa estar necesariamente enfermo.
- La sexualidad en la tercera edad es aún hermosa.
- No se apene por mostrar a la sociedad cuánto puede amar aún.
- No reprima sus deseos sexuales por temor al qué dirán.
- Converse con sus familiares sobre intereses sexuales.
- Conserve su rol en la familia. Aún puede amar.
- No se limite, ame cuanto su corazón desee.

Consejo a los familiares de los adultos mayores:

- La sexualidad en la tercera edad es algo bueno y necesario si se desea.
- No interfiera en la sexualidad del anciano, eso constituye un maltrato.
- Eduque a sus hijos sobre la base del amor sin límites, independientemente de la edad.
- Sus padres aunque sean viejos pueden disfrutar de una sexualidad placentera.
- Privar de la sexualidad a un adulto mayor significa despojarlo de un bello amor.

Se necesita de una sexualidad libre para disfrutar de una ancianidad feliz.

En el estudio realizado los ancianos afirmaron tener una vida sexual activa, en general reseñaron tener dificultades referentes a la privacidad para el disfrute de su vida sexual. A pesar de que casi en la totalidad de los ancianos encuestados predomina el criterio de que las relaciones sexuales son buenas y saludables si se desean, también plantean que existe necesidad de información sobre un tema de relevancia para su bienestar.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Olivera Carmenates C, Bujardón Mendoza A. Estrategia educativa para lograr una sexualidad saludable en el adulto mayor. RevHumMed[Internet]. 2010 Ago [citado 2015 Abr 20]; 10(2):[Aprox 3 p].Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-81202010000200006&lng=es&nrm=iso&tlng=es
2. Alfonso Urzúa M, Caqueo-Urizar A. Calidad de vida: Una revisión teórica del concepto. TERAPIA PSICOLÓGICA [Internet].2012[citado 2015 Abr 22];. 30(

- 1):[aprox 10p].Disponible en: http://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0718-48082012000100006&script=sci_arttext
3. American Academy of Family Physicians. La sexualidad en adultos mayores [Internet]2015[citado 2015 abr 20]. Disponible en: https://www.clinicalkey.es/#!/content/patient_handout/5-s2.0-pe_AAFP_sexuality-in-older-adults_es
4. Abizanda Soler, P. Sexualidad en el anciano .En: Zúñiga Gil, Clemente H. Tratado de Medicina geriátrica. España: Elsevier; 2015.p.450-454.
5. Bravo Hernández N, Hernández Fernández H, Durand Cajigal L, Hernández Mayor A. La vida sexual en el adulto mayor. Revista Información Científica[Internet].2011[citado 2015 Abr 20];70(2):[aprox 6 p].Disponible en: <http://www.gtm.sld.cu/sitios/ojs243/index.php/ric/article/view/420>
6. Valle Hernández M, Pérez Labrador J, Pozo Madera E, Arcia Conill R, Pando Camejo D. Caracterización de aspectos en la seguridad de la sexualidad en el anciano. Revista de Ciencias Médicas de Pinar del Río [Internet]. 2012 [citado 2015 Abr 20]; 16(2):[aprox. 10 p.]. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1561-31942012000200004&lng=es&nrm=iso&tlng=es
7. Alonso Renedo F J, Casas Herrero A, IraizozApezteguía I. Aspectos fisiopatológicos, clínicos y terapéuticos de la disfunción eréctil en el anciano. Revista Española de Geriatria y Gerontología.[Internet].2010[citado 2015 Abr 20];45(6);[aprox 7 p] .Disponible en: <https://www.clinicalkey.es/#!/content/journal/1-s2.0-S0211139X10001629>
8. Pinheiro Thiago F, Couto Márcia T, Silva Geórgia S N. Questões de sexualidade masculina naatençãoprimária à saúde: gênero e medicalização. Interface (Botucatu) [Internet]. 2011 Sep [citado 2015 Abr 21] ; 15(38):[aprox 10 p]. Disponible en: http://www.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-32832011000300018&lng=es
9. Llanes Betancourt C. La sexualidad en el adulto mayor. Rev Cubana Enfermer [Internet]. 2013 Sep [citado 2015 Abr 21] ; 29(3):[aprox 9 p]. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-03192013000300008&lng=es
10. Perdomo Victoria I, Oria Cruz N L, Segredo Pérez A M, Martín Linares X. Conducta sexual de los adultos mayores en el área de salud Tamarindo, 2010. Rev Cubana Med Gen Integr [Internet]. 2013 Mar [citado 2015 Abr 21] ; 29(1): [aprox 11 p]. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252013000100003&lng=es
11. Santos Álvaro da Silva, Arduini Juliana Barbosa, Silva Larissa Carvalho, Fonseca Ariadne da Silva. Understanding of the elderly and their relatives regarding sexuality and HIV/AIDS: a descriptive study. Online braz j nurs [Internet]. 2014 [citado 2015 Abr 21] ; 13(2):[aprox 10 p]. Disponible en: http://www.revenf.bvs.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1676-42852014000200007&lng=p
-

Dra. Humbelina Díaz Alfonso. Especialista de Primer Grado en Medicina Interna.
Asistente. Hospital Provincial Clínico Quirúrgico "León Cuervo Rubio". Pinar del Río.
Correo electrónico: humbita@princesa.pri.sld.cu