



**Un espacio de conocimiento e
información sobre el Adulto mayor**

Número 4

Año 2, Marzo 2010

Visite nuestra revista digital >>

La sexualidad en la vejez: ¿mito o realidad?

Rosa Rodríguez Reaño*

Pontificia Universidad Católica del Perú

El ejercicio de la sexualidad en la vejez cuestiona algunos mitos históricamente generados acerca del envejecimiento y de la vivencia sexual y erótica de los mayores. Tomando como base el paradigma construccionista, se señalan algunos discursos que marcaron y definieron la sexualidad en la vejez, vislumbrando una mayor permisividad erótica y sexual al iniciarse la posmodernidad. Se empieza a hablar de erotismo y no solo de sexualidad, porque el primero incluye el deseo, el amor y las múltiples variaciones de encuentro con otros/as. Sin embargo, el silencio, la burla y la ignorancia sobre este tema aún generan represión en las manifestaciones sexuales de los adultos mayores. En la actualidad, se observa la importancia del enfoque de género y la educación en sexualidad para promover y empoderar en los mayores la vivencia de una sexualidad y un erotismo libres de tabúes, mitos y temores basados en el ideal social del simbolismo sexual juvenil, creando sus propios parámetros de deseo y belleza, y posibilitando, de esta manera, el fortalecimiento de su identidad y una mejor calidad de vida.

Introducción

La vejez se define como la última etapa de la vida; posee características propias, al igual que sucede con las otras etapas (infancia, niñez, adolescencia, adultez). Y, aunque anteriormente fue poco estudiada y valorada, en los últimos años —debido en parte al crecimiento demográfico de la población adulta mayor—, ha comenzado a cobrar mayor interés para diversas disciplinas, lo que ha generado estudios e investigaciones cuyos hallazgos van principalmente en contra del viejismo, *«conducta social compleja con dimensiones históricas, culturales, sociales, psicológicas e ideológicas, usada para devaluar, consciente o inconscientemente, el estatus social de las personas viejas»* (Salvarezza, 2002, pág. 184).

La sociedad tiende a negar o a desvalorizar la vejez porque la considera como un proceso irreversible asociado siempre a un deterioro físico y psicológico irrecuperable, sin tomar en cuenta

que la vivencia de la vejez es diferente en cada persona y dependerá en gran medida de la percepción que cada cual tenga acerca de ella, tamizada por la sociedad y la cultura donde se encuentre. Por ejemplo, vivir en una sociedad donde se promueve el ideal juvenil de salud, belleza y energía llevará a que la vejez se perciba con mayor angustia (García, 2005).

Este artículo desarrolla el tema de la sexualidad en la vejez, actualmente poco abordado y marcado, además, por el silencio, o bien por el chiste, lo cual reafirma el estigma antierótico que pesa sobre la vejez. Asociados con la edad avanzada, la sexualidad y el erotismo han sido presentados históricamente como un retiro natural y fuera de discusión. Las políticas de deserotización de la vejez han producido la transformación del goce sensual en pura ternura y cariño, sin otro fin. Las máscaras sociales del «viejo verde» o perverso, y de la «vieja dama indigna» encubren una serie de fantasmas eróticos vergonzantes de incontinencia o desenfreno; y esto, además de ser parte del viejismo, *«les recorta la dimensión del deseo y deja al amor sin objeto»* (Salvarezza, 2002).

El viejismo, a diferencia de otros tipos de discriminación, es un prejuicio implícito (es decir, opera sin ser advertido) y autodestructivo a largo plazo, lo que lo hace, por lo tanto, más demoledor. Aquellos que discriminan a otros por ser blancos, negros, mujeres u hombres, por ejemplo, demuestran explícitamente sus sentimientos, creencias, actitudes y conocimientos, y tienen la seguridad de que no se convertirán en el discriminado; así, el que es blanco no se volverá negro, el que es hombre no se convertirá en mujer, etc. Sin embargo, en el caso del viejismo implícito, aquellos niños, jóvenes y adultos que hoy discriminan inconscientemente a las personas mayores — y negándoles específicamente su derecho a la sexualidad— años más tarde llegarán a su propia vejez tratando de luchar contra aquello que una vez aceptaron: el mito de la desaparición de la sexualidad en esta etapa de la vida.

El texto se propone enfatizar que la sexualidad incluye el acto sexual, la genitalidad y la reproducción, pero también que no se reduce solamente a eso. La sexualidad, en cualquier etapa de la vida, también incluye la ternura, el amor, el contacto físico, el placer del vínculo afectivo con otro, la capacidad de conectarse satisfactoriamente con lo cotidiano de la vida; forma parte de nuestra personalidad y es una energía vital. (Viguera, 2005).

La sexualidad en la vejez desde el paradigma construccionista

No se debe perder de vista que muchos adultos mayores *«fueron educados dentro de una moral represiva y rígida, la moral victoriana que imperó en todo el primer período del siglo XX, para la que*

lo sexual era tabú, es decir tema prohibido y castigado severamente cualquier desvío de la misma» (Viguera, 2002, pág. 1).

La sexualidad no es una fuerza o impulso vital y natural idéntico en cada individuo, sino que es una construcción social y, como tal, puede asumir diversas modalidades en diferentes tiempos y espacios culturales (Figari, 2007), los cuales proporcionan no solo las normas y los comportamientos, sino los estímulos y los satisfactores sexuales y eróticos (Córdova, 2005). Esto quiere decir que, en cada tiempo histórico y cultural, ha surgido un paradigma de la sexualidad desde el cual se ha construido el conjunto de experiencias, creencias y valores que afectan la forma en que un individuo vive su sexualidad, considerando lo que se debe observar y escuchar, el tipo de interrogantes que se pueden y deben formular y la interpretación de las respuestas.

Foucault (1977) señala que cada sociedad desarrolló procedimientos para producir la verdad del sexo. Separa a las sociedades que desarrollaron estos procedimientos en dos grupos: por un lado, las sociedades de mayoría procedencia oriental: China, Japón, India, Roma, árabes musulmanas, cuyos procedimientos para producir la verdad del sexo estuvieron basados en una *ars erótica*; y, por otro lado, las sociedades occidentales, que se basaron en una *scientia sexualis*.

Foucault muestra la limitación de la *scientia sexualis* para decir la verdad del sexo, y la necesidad que tiene esta de implementar diversos dispositivos para tener el poder y controlar el saber acerca del sexo. El principal dispositivo utilizado es la confesión, discurso que solo tiene efectos en aquel a quien esta le es arrancada, y no en quien la recibe, es decir, sin que quede enseñanza alguna para ambos con respecto a las iniciaciones en el placer, su técnica y su mística. Esta confesión, que rige de forma obligatoria y exhaustiva a partir del s. XIX, se transformó y emigró a otros ámbitos de la cultura y la sociedad; y es particularmente en la psiquiatría y el psicoanálisis —a través de la escucha clínica—, que este dispositivo para conocer la verdad del sexo y sus placeres se transforma o da lugar al concepto de «sexualidad», considerada en ese momento como «*un dominio penetrable por procesos patológicos, y que, por lo tanto, exigía intervenciones terapéuticas o de normalización*» (Foucault, 1977, pág. 86).

En la *ars erótica*, en cambio, la verdad del sexo es mucho más amplia. Foucault lo define muy bien cuando señala que en la *ars erótica* esta verdad «*es extraída del placer mismo, tomado como práctica y recogido como experiencia; el placer no es tomado en cuenta en relación con una ley absoluta de lo permitido y lo prohibido ni con un criterio de utilidad, sino que, primero y ante todo en relación consigo mismo, debe ser conocido como placer, por lo tanto según su intensidad, su*

calidad específica, su duración, sus reverberaciones en el cuerpo y el alma. Más aún, ese saber debe ser revertido sobre la práctica sexual, para trabajarla desde el interior y amplificar sus efectos» (Foucault, 1977, pág. 72).

Tomando en cuenta el desarrollo de la *scientia sexualis* en las sociedades occidentales, Iacub (2008) señala cuatro formas en que este enfoque limita el erotismo en los adultos mayores:

- a. El pudor que se espera que mantengan los adultos mayores, dado que ya no poseen un modelo estético juvenil; por ende, representan una imagen deserotizada.
- b. La demanda moral de parte de la sociedad, que obliga a los mayores a un mayor control de sus deseos en comparación con los jóvenes.
- c. La creencia en la asexualidad y/o la perversión en los mayores, considerándolos imposibilitados para el sexo. De presentarse un interés erótico, es considerado como perverso.
- d. El control del cuerpo, con la visión medicalizada de mantenerlo sano a toda costa. Muestra de ello es la ingesta de medicamentos o la aplicación de tratamientos sin tomar en cuenta la vida sexual y el erotismo de los mayores, como por ejemplo la prescripción de tranquilizantes sin tener presente que pueden deprimir las reacciones sexuales (Iacub, 2006).

El advenimiento del paradigma construccionista —el cual señala que la sexualidad debe ser abordada desde la lógica de cada cultura, porque es dentro de ella donde aprendemos a discriminar qué acciones tendrán significados sexuales y qué respuestas eróticas van a despertar en nosotros— permite entender que la relación entre actos y significados sexuales no es fija, lo cual lleva a desechar cualquier significado unívoco y universal referente a la sexualidad (Córdova, 2003).

Las investigaciones de Margaret Mead brindan sustento al paradigma construccionista de la sexualidad, ya que señala que las personalidades femeninas y masculinas son un producto social. Y, tratándose de un producto social, es importante estar atento a que esta noción se use *«para lograr una sociedad más flexible y variada que las que hasta ahora ha construido la raza humana, y no para marcar una estrecha senda por la que un sexo o ambos se verán forzados a marchar, regimentados, sin mirar a derecha ni a izquierda»* (Mead, 2006, pág. 285).

La sexualidad, entonces, debe ser abordada desde la lógica de cada cultura, porque es dentro de ella donde aprendemos a discriminar qué acciones tendrán significados sexuales y qué respuestas eróticas van a despertar en nosotros. Se debe tomar en cuenta los ámbitos que intervienen en la conformación cultural de la sexualidad:

- a) Sistemas de género, de parentesco y familiares.
- b) Organización social, económica y política.
- c) Normatividades sociales, tanto formales como informales.
- d) Movilizaciones políticas y las «culturas de resistencia» (Córdova, 2003).

Todos estos ámbitos dan forma a las posibilidades de las experiencias sexuales y funcionan como activadores del desarrollo de prácticas sociales e individuales. Más allá de algunos imperativos biológicos, «*el sexo es construido socialmente, sancionado socialmente y cargado de significaciones socialmente compartidas*» (Córdova, 2003, pág. 345). Esto quiere decir que es la conducta del sujeto la que finalmente definirá la permanente construcción, dominancia, permanencia o cambio de paradigma en la sexualidad.

Erotismo y sexualidad de los adultos mayores en la posmodernidad

Conforme transcurre el s. XX y se inicia la posmodernidad, la edad como medio normativo empieza a perder importancia. Neugarten (1968) señala que la edad por sí misma no es un factor causal, explicativo, descriptivo u organizador de la vida humana (Dulcey-Ruiz y Uribe, 2002). Es decir, es menos importante el tiempo que pasa, que lo que ocurre durante ese tiempo.

Por un lado, esto puede llevar a proyectar un estilo *uni-age* y *pro-age*, donde lo que se busca es el mantenimiento del cuerpo sin envejecer, y donde el ideal de belleza sigue siendo la juventud. Este pensamiento lleva a creer que un cuerpo viejo no puede irradiar erotismo, lo cual reprime el goce sexual y sensual de los mayores al no poseer un cuerpo joven (Iacub, 2006).

Por otro lado, al cambiar los estilos de vida en la posmodernidad, los mayores pueden tomar el erotismo como un desafío y no como un límite, viviendo su sexualidad con autonomía y privacidad. El encuentro y la reunión con sus pares, o a nivel intergeneracional, permite el despliegue del erotismo a través de diversas actividades: el baile, las fiestas, los viajes u otras actividades grupales; incluso crean un ambiente propicio para la formación de nuevas parejas en la vejez, ya

que estos encuentros promueven el campo de la fantasía, la imaginación, el recuerdo, el éxtasis místico, la caricia, el contacto, el abrazo, entre otros. Aparece así la percepción del atractivo erótico y sexual a escala de la vejez (Iacub, 2006).

El afecto y la necesidad de un otro que esté a nuestro lado es importante a cualquier edad. Esta necesidad no se debilita con la edad; lo que sucede es que, a medida que un sujeto va entrando en la vejez, sus redes sociales se reducen por el hecho de que sus padres, hermanos, amigos y pares mueren, y es más difícil crear lazos con gente de otras generaciones. Por eso es importante que los mayores tengan contacto con otras personas, que hagan amigos, que conserven los que tienen; si enviudaron, es positivo que vuelvan a formar una pareja si lo desean, porque a toda edad es necesario el contacto con otros, recibir y dar afecto. Por el contrario, sí es mal visto que dos mayores se enamoren; se generan entonces prejuicios, los adultos mayores se inhiben y reprimen sus sentimientos, y de alguna forma se los condena a estar solos, o a estar lejos de la persona deseada (Mannoni, 1997).

El género en la sexualidad de los adultos mayores

El género es un elemento constitutivo de las relaciones sociales basadas en las diferencias que distinguen los sexos, pero también es una forma primaria de relaciones significantes de poder (Scott, 1990).

Quizás esta definición de género permita entender mejor la posibilidad o no del ejercicio sexual y erótico en los adultos mayores, especialmente de las mujeres mayores, quienes han estado expuestas históricamente a símbolos culturales que evocan representaciones múltiples y, a menudo, contradictorias; por ejemplo, María y Eva: son símbolos de la mujer en la tradición cristiana occidental, mitos de luz y oscuridad, de purificación y contaminación, inocencia y corrupción.

Margaret Mead, en 1935, señalaba que la definición de las diferencias sexuales está llena de arreglos arbitrarios en diferentes campos de la cultura y de la sociedad. Por medio de saberes y poderes diversos, la mujer ha sido objeto de un estricto control social en gran parte de las religiones, control social ejercido sobre el cuerpo de las mujeres, sobre el ejercicio de su erotismo y sobre sus potencialidades procreativas. Al parecer, siempre hubo un temor a la sensualidad de la mujer y al desborde que esta podía ocasionar dentro de cierto orden social, motivo por el cual se la trató de controlar estrictamente. En religiones como el hinduismo y el islamismo, por ejemplo, se

sostiene que, dada la condición naturalmente sensual de las mujeres, estas deben ser mantenidas bajo estricta sumisión durante toda su vida. En el budismo, a pesar de existir monasterios femeninos —después de que las mujeres fueron tradicionalmente sojuzgadas—, las monjas tienen obligaciones más estrictas que sus pares masculinos.

Algunas religiones vincularon —y aún hoy vinculan— el placer sexual directamente con la procreación, donde las mujeres deben tener un espacio constreñido y una expresión sexual controlada, ya que ellas producirán seres humanos que deben ser, a su vez, formados de acuerdo con un cierto orden social. En otras religiones se acusa a la mujer de ser portadora o causante del «pecado original», del cual solo se puede salvar o redimir con la maternidad.

Hernández (2008) desarrolla el tema de la sexualidad en la vejez, tomando en cuenta el enfoque de género; señala que las mujeres mayores no casadas tienen mayores problemas para entablar relaciones sexuales. Su actividad sexual está relacionada con su satisfacción sexual previa; sin embargo, cobra un matiz importante, pues históricamente la mujer se ha desarrollado en una cultura patriarcal, —vigente mucho antes del cristianismo, y que aún prevalece en las mujeres mayores—, la cual reprime y/o sanciona cualquier comportamiento gozoso, afectando la feminidad de la mujer.

En el caso de las mujeres mayores, se hace más difícil conseguir pareja que en el caso de los hombres mayores. Socialmente también hay otros factores que interactúan, por ejemplo, el estado de viudez, soltería o separación de la mujer.

En el caso de las parejas homosexuales mayores —sean gays o lesbianas— sobresale la fidelidad emocional más que la sexual y la flexibilidad en términos de roles sexuales y de los que cada uno ocupa en las actividades cotidianas. Los modelos de relación de los adultos mayores gays y lesbianas fueron contruidos de maneras menos rígidas y estructuradas, y debieron dar lugar a la unión y la solidaridad frente a una sociedad ante la cual debían protegerse (Iacub, 2006).

Aquellos hombres y mujeres que han sabido gozar de su sexualidad a lo largo de su vida, dejando de lado tabúes, prejuicios e imposiciones socioculturales, son los que se mantendrán activos sexualmente por más tiempo. El adulto mayor se convierte en su peor enemigo cuando se compara consigo mismo cuando era joven.

Educación sexual en la vejez

La represión y la moral heredada, que impiden hablar de sexualidad en la vejez, influyen en la angustia y en la incapacidad de buscar ayuda. Por un lado, puede aparecer la molestia de los hijos cuando los padres divorciados o viudos forman o intentan formar nuevas parejas; por otro lado, *«con la propia pareja no se habla de estas cosas; o se tiene relaciones sexuales o no se las tiene, pero no se habla de ellas. Con los amigos no se puede, por vergüenza y por el temor al ridículo, y si se pudiera no serviría de mucho, atrapados ellos mismos, tal vez, en problemáticas similares. El consejo religioso indicará resignación [...]; muchas veces cuando empujados por una tensión sexual insostenible o por conflictos de pareja por desavenencias sexuales, algunos viejos se deciden a consultar abiertamente [a los médicos] suelen chocar con el silencio cómplice de los profesionales»* (Salvarezza, 2002, pág. 184).

«Aceptar la sexualidad de nuestros padres es dificultoso desde la niñez» (Viguera, 2002, pág. 1). Cuando los padres van envejeciendo y se separan o enviudan, los hijos suelen tener actitudes poco o nada favorables respecto a que el padre o la madre vuelva a tener una pareja, y las razones pueden ser el considerarlo moralmente inapropiado y/o el temor a perder la herencia. Sin embargo, *«con el correr del tiempo, los jóvenes aprendieron que si sus padres enviudan o se separan, es mejor que intenten construir una pareja; saben que es mejor evitar los peligros de la soledad y además así se sacan la responsabilidad de tener que tenerlos bajo su cuidado todo el tiempo»* (Salvarezza, 2002, pág. 184).

En el ámbito de la salud, muchos profesionales médicos se abstienen de preguntar sobre la sexualidad a sus pacientes mayores, y esto *«significa negarse a reconocerse como los depositarios de un cuerpo que inevitablemente, y en un determinado momento, va a tener que reorganizar su relación consigo mismo y con los otros cuando la primacía de la genitalidad haya dejado de ser dominante en la organización sexual»* (Salvarezza, 2002, pág. 178).

En el ámbito social, términos como «viejo/a verde» lleva a que los mayores repriman sus manifestaciones sexuales por temor a parecer ridículos, a estar usurpando un lugar que sería de la gente joven, ya que lo bello y lo joven parecería ser, según la visión general de las personas, lo que representa la sexualidad y el erotismo. Por otro lado, existe un fuerte prejuicio de la gente hacia las mujeres mayores que tienen como pareja a un hombre menor. Este rechazo enfático se relaciona con el repudio al reconocimiento de la sexualidad de la madre, más aún de la madre vieja (Dorfman, 1997).

Toda esta situación tiene que ver con una sociedad asentada sobre la productividad y el consumo, en donde las personas son clasificadas en activas y pasivas, según se encuentren dentro o fuera de la rueda productiva, y donde la vejez es considerada como el «*período de pasividad, de desapego y auto-exclusión, de enfermedad, de imposibilidad en el aprender y de la pérdida de la sexualidad. Todo esto da lugar a actitudes negativas, que no tienen sustrato veraz ya que son netamente culturales*» (Viguera, 2002, pág. 1).

Algunos de los mitos y prejuicios más difundidos (viejismo sexual):

- El adulto mayor no tiene deseos sexuales ni, menos aún, actividad sexual.
- Los adultos mayores solo necesitan contacto y cariño, no sexo.
- Los adultos mayores son impotentes.
- El exceso sexual en la juventud lleva al agotamiento en la vejez.
- Con la menopausia empieza la vejez y termina la vida sexual de la mujer.
- Las mujeres de más de 70 años no llegan al orgasmo.
- Los adultos mayores ya no son capaces de enamorarse.
- El casamiento entre dos adultos mayores es reprobable.
- Toda actividad sexual del adulto mayor es perversa y regresiva.
- Los adultos mayores cometen más delitos sexuales que los demás.

(Botbol, 2005)

Los prejuicios e ideas erróneas en torno al envejecimiento y, en este caso, a la sexualidad del adulto mayor, producen más inconvenientes que los cambios biológicos; y generan un efecto negativo en sus relaciones interpersonales, en su autoestima y en la imagen que aquel percibe de sí. Es necesario recordar que el hombre y la mujer son seres sexuados desde que nacen hasta que mueren: la sexualidad está presente siempre; lo que va cambiando es la forma de manifestarla.

Afortunadamente, la revolución sexual que estalla a mediados del s. XX y su devenir en la posmodernidad permiten visualizar la importancia de la educación sexual para el goce erótico, sensual y sexual durante la vejez.

La educación sexual permite transmitir el producto de diversas investigaciones. En el aspecto biológico, las investigaciones señalan que existen cambios fisiológicos que ocurren a medida que las personas van envejeciendo; pero estos, por sí solos, no consiguen afectar negativamente la función sexual.

Salvarezza (2002) señala que muchos hombres se apartan de la sexualidad por los problemas de erección (no alcanzarla, durar poco, necesitar mayor tiempo, etc.); pero si las parejas viejas definieran la sexualidad desde el principio del placer, más allá del funcionamiento sexual, entonces tendrían más probabilidades de obtener una gratificación sexual. Dentro de este marco, Salvarezza (2002) reconoce la importancia de la intimidad, como aquellos lazos afectivos que se manifiestan en el cuidado mutuo, la responsabilidad, la confianza y la comunicación abierta, ya sea en presencia de otro o cuando se piensa en él; es decir, la posibilidad de empatizar con la otra persona.

Como señala Hernández (2008), los hombres también se ven afectados sexualmente por la monotonía de las relaciones sexuales con su misma compañera, además de preocupaciones profesionales y económicas, el comer y beber de más, las enfermedades de ellos o de sus compañeras y el temor al mal desempeño durante la actividad sexual. Sin embargo, Hernández (2008) señala que hay diversas investigaciones que sugieren que aquellos hombres que tuvieron un nivel elevado de actividad sexual durante sus años jóvenes tienen más probabilidades de continuar llevando una vida sexual activa durante la vejez.

En la mujer, cuando llega la menopausia, aparecen cambios hormonales y funcionales de las estructuras que intervienen en la reproducción, produciendo desarreglos menstruales hasta su desaparición, lo que determinará el cese de la fertilidad. Este proceso ocurre aproximadamente a los 50 años y no es un suceso brusco. Según Salvarezza, hay una gran cantidad de mitos que rodean a la menopausia, *«incluyendo el temor a la locura, el final del deseo, la pérdida del atractivo femenino y, sobre todo, la idea de la inevitable depresión»* (Salvarezza, 2002, pág. 206). Sin embargo, muchos autores —entre ellos los sexólogos estadounidenses Masters y Johnson (1987)— señalan la importancia de continuar manteniendo relaciones sexuales, ya que contribuyen a la prevención de trastornos en el funcionamiento sexual de mujeres añosas.

Otros cambios fisiológicos a tomar en cuenta están relacionados con algunas enfermedades que pueden causar ciertos cambios en la sexualidad de los mayores, tales como: artritis, dolor crónico, diabetes, enfermedades cardiovasculares, incontinencia, derrame cerebral, apoplejía, intervenciones quirúrgicas (histerectomía, mastectomía, prostatectomía) y medicación (Prieto, 2006).

Investigaciones que contrarrestan el vejeísmo en el aspecto sexual

«El significado de las relaciones íntimas para los viejos es el de acrecentar su autoestima, el de proveerles una razón para existir y la seguridad de que alguien pueda estar allí para ellos, así como ellos satisfacen su necesidad de saber que están allí para otro. [...] En forma creciente las personas viejas hacen esfuerzos para establecer lazos con amigos y confidentes, conexiones íntimas que pueden ser emocionales, intelectuales, espirituales y potencialmente sexuales (físicas) que los satisfacen y energizan» (Salvarezza, 2002, pág. 181).

Maud Mannoni (1997) considera que los verdaderos obstáculos para la vida sexual son sobre todo de orden psicológico y social. Resalta el tema del afecto, de la necesidad de un otro que esté a nuestro lado, no importa la edad. Esta necesidad no se debilita con la edad; lo que sucede es que, a medida que un sujeto va entrando en la vejez, sus redes sociales se reducen por una cuestión de que sus padres, hermanos, amigos y pares mueren, y es más difícil crear lazos con gente de otras generaciones. Por eso es importante que los mayores tengan contacto con otras personas, que hagan amigos, que conserven los que tienen; si enviudaron, es positivo que vuelvan a formar una pareja, porque, como se dijo antes, a toda edad es necesario el contacto con otros, recibir y dar afecto, etc. Pero si es mal visto que dos mayores se enamoren, se generan prejuicios, los adultos mayores se inhiben y reprimen sus sentimientos, y de alguna forma se los condena a estar solos, o a estar lejos de la persona deseada

Según Masters y Johnson (1987), las personas mayores deben luchar contra una falsa creencia que considera la incompetencia sexual como un elemento natural en la vejez. Esta creencia produce en los adultos mayores una limitación a la sexualidad por el temor a fracasar, considerar que ya no es correcto, que puede ser enfermizo o perverso, así como también se vuelve un freno a la posibilidad de restablecimiento o, incluso —cuando existe un trastorno físico o psicológico—, de curación.

Afortunadamente, en la actualidad, existen claras señales de una mayor permisividad en cuestiones culturales que inciden en cómo vivir la sexualidad en la vejez; pero aún cuesta mucho integrar la

sexualidad a la dimensión subjetiva, para que los adultos mayores puedan conocerla y disfrutarla sin culpas.

Será muy importante y valioso contribuir a que los mayores tengan una imagen de la sexualidad más realista, basada en las necesidades y capacidades de cada cual, evitando compararlas con el modelo juvenil, favoreciendo así su propio modelo, sin imponer conductas, respetando sus valores y su historia personal (García, 2005). En este sentido, cobra vigencia la importancia de contar con una verdadera formación, información y educación sexual, tanto para hombres como para mujeres mayores, que ofrezca la oportunidad de conocer y profundizar las opciones sexuales, afectivas y sociales que tienen a su disposición durante la vejez. Esto contribuirá a que refuercen su autoestima y que mantengan una percepción positiva de sí mismos, de su cuerpo, de su pareja y de los demás, y que *«hombres y mujeres construyan para sí mismos/as, sus hijos y nietos un mundo donde esté presente el placer y no el dolor – un mundo donde ser más libres responsablemente, integrando sexualidad y afectividad en una nueva forma más evolucionada y respetuosa de la vida»* (Hernández, 2008, pág. 9).

La educación sexual de los adultos mayores estaría enmarcada en la articulación entre educación y gerontología. Esta última permite que la educación de los mayores no sea una extensión de la educación de adultos, sino que tome en cuenta las tareas, oportunidades y características biopsicosociales de los mayores. Las prácticas educativas deben partir de acciones e intervenciones en las que los propios mayores se sientan implicados; esto quiere decir considerar sus necesidades y saberes previos, tomando en cuenta, además, que en el colectivo de adultos mayores las tareas educativas más importantes se realizan en contextos o por medios educativos no formales (Yuni y Urbano, 2005; Requejo, 2003).

Es importante señalar la pertinencia del enfoque de género para trabajar la educación en sexualidad con los adultos mayores, en los diferentes ámbitos formales y no formales, señalando la importante participación del capacitador o capacitadora —quien deberá trabajar con profesionalismo y no solo desde la propia experiencia— para poder transmitir, reforzar o cuestionar asuntos ligados a este tema (Morgade, 2006). Trabajar la educación sexual en y con los adultos mayores, tomando en cuenta este enfoque, significa tener como ejes a los condicionantes sociales y culturales de la construcción de la sexualidad, sin olvidar el marco de los derechos humanos dentro del cual se inscriben los derechos sexuales.

La noción de «desigualdad» que aparece con el enfoque de género y los estudios de la homosexualidad y de la teoría *queer*¹ —que trabajan sobre las cuestiones de poder presentes en la construcción social de la sexualidad— permiten analizar los prejuicios sociales de lo «adecuado» o no para que las mujeres sean «femeninas» y que los varones sean «masculinos» (Morgade, 2006).

Este enfoque permite reconocer que existen diversas formas de vivir el propio cuerpo y de construir relaciones afectivas enmarcadas en el respeto por sí mismo y por los demás, y que merecen todas el mismo respeto; pero también admitir que existen prácticas abusivas condenables que no pueden ni deben ser silenciadas. Recordemos que muchos mitos, temores, amenazas y desconocimientos acerca de la sexualidad y del propio cuerpo tienen sus raíces en la sociedad, impactando o revirtiendo en la propia subjetividad.



Fuente:
Fotografía tomada por la autora

¹ «La teoría “queer” o “de la rareza” sostiene que, antes que estudiar parcializadamente las desigualdades, la teoría social debe comprender que todos y todas somos diversos/as, de alguna manera, “un poco raros/as”, y que en diferentes situaciones se juegan las diferentes formas de la opresión (de clase, de género, de etnia, de generación)» (Morgade, 2006).

Conclusiones

Como se puede apreciar en el texto, temas como la sexualidad y el erotismo en los adultos mayores se han transformado positivamente con el inicio de la posmodernidad. Sin embargo, aún subyacen muchas de las representaciones sociales negativas que tenemos hacia la vejez, que se instauraron en algún momento de la historia.

El sujeto sigue experimentando y viviendo su erotismo y sexualidad hasta la muerte; las limitaciones no son relativas a la edad, sino a problemas de salud, prejuicios sociales y culturales que interiorizan los adultos mayores. Por eso es muy importante el conocimiento de los diversos cambios que se producen con el envejecimiento, ya que esto disminuiría la angustia y elevaría el goce sexual sin tantas preocupaciones, dudas y temores. De modo similar, las condiciones sociales y culturales deben orientarse hacia la eliminación de los prejuicios frente a las características de la vejez y, sobre todo, a una mayor comprensión de que la sexualidad va más allá de la genitalidad, donde lo más importante para los mayores será tener y sostener la capacidad de sentir y disfrutar las relaciones y los afectos que establezca, ya sea al buscar una pareja o sintiéndose buscado, necesitado y querido, a través de diversas expresiones sexuales: caricias, miradas, respeto y preocupación del uno por el otro, relaciones sexuales y otras expresiones que enriquezcan su vida y la de los que los rodean.

En el Perú hay aún pocas investigaciones sobre la sexualidad en los mayores, producto quizás del viejismo que impera en la sociedad, y que marca el silencio, el chiste o el prejuicio del retiro natural y fuera de discusión del erotismo durante esta etapa de la vida, recortando la dimensión del amor y el deseo; y que afecta, aunque de manera diferente, a hombres y mujeres.

La sexualidad es un constructo que permite crear valores culturales. Será importante reconocer la escala de las potencialidades humanas y evitar guiarse por categorías estrictas o regimentadas tales como la edad, el sexo, la raza o la posición económica y social.

La educación en sexualidad, enmarcada en el enfoque de género, contribuirá al disfrute sexual y erótico durante la etapa de la vejez, permitiendo elaborar una construcción social menos arbitraria, brindando reconocimiento a los auténticos dones individuales que aparezcan en un sexo o en otro, y haciendo lugar a las condiciones temperamentales múltiples y divergentes para que cada cual encuentre el lugar que le corresponde, y que todo esto contribuya a la calidad de vida y al fortalecimiento de la identidad de los adultos mayores.

Bibliografía

BOTBOL, Abraham. Una intervención psicosocial en sexualidad de la vejez. [en línea]. Revista Tiempo, núm. 17, Psicomundo. Recuperado en noviembre del 2005, de:
<http://www.psiconet.com/tiempo/>

CÓRDOVA, Rosío. «Reflexiones teórico-metodológicas en torno al estudio de la sexualidad». EN: Revista Mexicana de Sociología, año 65, núm. 2, México, D.F. Abril-junio, 2003.

DORFMAN LERNER, Beatriz. «La sexualidad en la tercera edad», en Revista: Acta psiquiátrica psicológica América Latina, 43(4): 305-312, Buenos Aires. Diciembre 1997.

DULCEY-RUIZ, Elisa y URIBE, Cecilia. «Psicología del ciclo vital: hacia una visión comprehensiva de la vida humana». EN: Revista Latinoamericana de Psicología, volumen 34, núm. 1-2, Bogotá. 2002.

FIGARI, Carlos. Sexualidad, religión y ciencia: discursos científicos y religiosos acerca de la sexualidad. Córdoba, Encuentro Grupo Editor. 2007, 140 p.

FOUCAULT, Michel. Historia de la sexualidad. La voluntad de saber. México D.F., Siglo XXI editores. 1977, 194 p.

GARCÍA, José Luis. La sexualidad y la afectividad en la vejez [en línea]. Informes Portal Mayores, núm. 41, Madrid. Recuperado el 31 de agosto del 2005, de:
<http://www.imsersomayores.csic.es/documentos/documentos/garcia-sexualidad-01.pdf>

HALPERIN, David. «¿Hay una historia de la sexualidad?». EN: Grafías del Eros. Historia, género e identidades sexuales. Buenos Aires, Edelp. 2000, 150 p.

HERNÁNDEZ, Zoila. La sexualidad en las personas mayores: una perspectiva de género [en línea]. Revista Tiempo, núm. 22, Psicomundo. Recuperado en julio del 2008, de:
<http://www.psiconet.com/tiempo/>

IACUB, Ricardo. Erótica y vejez. Perspectivas de Occidente. Buenos Aires, Paidós. 2006, 224 p.

MANNONI, Maud. Lo nombrado y lo innombrable, la última palabra de la vida. Buenos Aires, Nueva visión. 1997, 128 p.

MASTERS, W. JOHNSON, V. y KOLODNY, R. C. La sexualidad humana. Barcelona, Grijalbo. 1987.

MEAD, Margaret. Sexo y temperamento en tres sociedades primitivas. Barcelona, Paidós Ibérica. 2006, 312 p.

MORGADE, Graciela. «Educación en la sexualidad desde el enfoque de género. Una antigua deuda de la escuela». EN: Novedades Educativas, núm. 184, Buenos Aires. Abril 2006.

NEUGARTEN, Bernice. Middle age and aging. A reader in social psychology. Chicago, University of Chicago Press. 1968, 603 p.

REQUEJO, Agustín. Educación permanente y educación de adultos. Barcelona, Ariel. 2003, 368 p.

SALVAREZZA, Leopoldo. Psicogeriatría. Buenos Aires, Paidós. 2002, 336 p.

SCOTT, Joan. «Género: una categoría útil para el análisis histórico». EN: Historia y género: las mujeres en la Europa moderna y contemporánea. Valencia, Alfons el Magnànim. 1990, 347 p.

VIGUERA, Virginia. Curso Virtual: Educación para el Envejecimiento. Clase 14: Sexualidad y amor en los adultos mayores [en línea]. Recuperado en el 2002, de:
<http://www.psicogerontologia.com/educacion/clase14.htm>

VIGUERA, Virginia. Sexualidad y adultos mayores. De los prejuicios a la realidad [en línea]. Revista Tiempo, núm. 17, Psicomundo. Recuperado en noviembre del 2005, de:
<http://www.psiconet.com/tiempo/>

YUNI, José y URBANO, Claudio. Educación de adultos mayores. Córdoba, Brujas. 2005, 200 p.

***Rosa Rodríguez Reaño** (Perú). Es psicóloga educacional por la Pontificia Universidad Católica del Perú. Egresada de la Maestría de Salud Mental en Poblaciones por la Universidad Peruana Cayetano Heredia, ha realizado estudios de grado en Psicología de la Tercera Edad y Vejez, y de posgrado en Psicogerontología y Envejecimiento Cerebral y Demencias en la Universidad de Buenos Aires, así como en Intervención y Gestión Gerontológica en la Universidad Maimónides (Argentina). Tiene experiencia en diseño y ejecución de actividades cognitivas y recreativas dirigidas a los adultos mayores.