

## ARCHIVO HISTÓRICO



El presente artículo corresponde a un archivo originalmente publicado en **Ars Medica, revista de estudios médicos humanísticos**, actualmente incluido en el historial de **Ars Medica Revista de ciencias médicas**. El contenido del presente artículo, no necesariamente representa la actual línea editorial. Para mayor información visitar el siguiente vínculo: <http://www.arsmedica.cl/index.php/MED/about/submissions#authorGuidelines>

# **Tipo, frecuencia y calidad de las relaciones sexuales en la tercera edad. “La magia del amor”**

Dr. Raúl Muñoz Lematrie  
Asesor Médico SEREMI R.M.  
Depto. De Salud Pública  
U. de Santiago de Chile

Évelyn Alarcón, Gisela Berasain, Jocelyn Boid, Simone Conejeros, Karen Gárate, María Rojas, Paola Tobar.  
A. De la carrera de Obstetricia y Puericultura, de Tercer y cuarto año. Universidad de Santiago de Chile

Actualmente se empieza a hablar de la sexualidad en la vejez, especialmente a nivel profesional, con mayor naturalidad y soltura. El envejecimiento determina cambios en los ancianos y la imagen corporal sufre transformaciones difíciles de asimilar, esto determina que en muchas ocasiones la sexualidad sea rechazada o negada. Ello es clave si consideramos que a través de la sexualidad se puede ayudar a combatir los problemas de soledad tan prevalentes en la ancianidad. La comprensión y ayuda a los ancianos en este aspecto es una tarea que debe integrar tanto como otros aspectos, el ámbito de una profesionalidad centrada en una salud más humanizada y con base en una realidad objetiva. ( Geriátrika, 1989; 5(10): 556-558.

La realidad es que la gente de edad avanzada tiene actividad sexual. Diferentes estudios llevados a cabo en épocas distintas, y con diversas metodologías, lo confirman (Kinsey, Pfeiffer, Master y Johnson, etc.). De cualquier modo, aún reconocemos algunas falencias en la metodología, pensamos que nos ofrecen suficientes datos como para hacernos una idea de lo que la sexualidad es y puede ser durante la tercera edad.

La sexualidad es importante para el bienestar y calidad de vida de las personas mayores y como tal, debe ser entendida y tratada por los profesionales de la salud.

Y es interesante que postulan la mayoría de ellos que, si bien es cierto que al avanzar en edad la actividad sexual disminuye, esta disminución no estaría relacionada con el deseo sexual, el cual disminuye muy poco o bien puede conservarse sin cambios e incluso llegar a aumentar en algunos casos.

En esos estudios uno de los inconvenientes que posiblemente distorsionan la información obtenida es que se han hecho casi siempre desde la perspectiva de un modo joven de pensar, interesándose fundamentalmente por la actividad coital, olvidando que la comunicación, y el placer sexual, no siempre y necesariamente están ligados al coito. Además, las personas mayores ocultan sus deseos y manifestaciones sexuales a jóvenes y adultos, porque estos habitualmente niegan su sexualidad y critican a las personas de la tercera edad que se interesan por ella.

Durante mucho tiempo, la expresión sexual ha estado ligada a la función reproductiva. Junto a ello el extendido prejuicio en contra de los ancianos en el supuesto acético de que la vida, el amor y el romance son patrimonios de los jóvenes, condiciona su bagaje de experiencias humanas plenas. Es decir, la sociedad, los que le rodean, exigen que adecue sus conductas al rol o imagen social que se tiene de él, sin importar lo que el individuo quiere ser como persona, y así la tercera edad sufre los tabúes sociales como un peso que se agrega a la carga de los años.

La tendencia a negar la sexualidad de la vejez tiene un aspecto humano que trasciende su impacto negativo sobre la vida sexual y la imagen de la persona de edad avanzada. También complica las relaciones interpersonales dentro del matrimonio, crea conflictos entre los hijos y los padres que planean volver a casarse, dificulta el diagnóstico correcto y las oportunidades terapéuticas de los problemas médicos y psicológicos. La autoimagen relacionada con el concepto de lo corporal sufre una alteración que es difícil asimilar y provoca una disminución de la autoestima. Esta imagen corporal es un producto de todas las relaciones objetables vividas desde el nacimiento.

El individuo deposita en su cuerpo sus vicisitudes de relación, pues el cuerpo es el sitio del encuentro con el cuerpo del otro. Siendo la sexualidad rechazada o negada lo que en el nivel latente crea conflictos. ( Espina Barrio, J.A. Sexualidad en la tercera edad, pp. 58-59)

Está descrito, por otra parte de que en el proceso de adjudicación y asunción de roles, los mismos viejos se hacen cargo de esos mitos y más de una vez se inhiben de hablar de su sexualidad, ya que ellos mismos a lo largo de su vida imaginaban a sus padres y abuelos como asexuados. El entorno asigna poco espacio al interés sexual de los ancianos. La reprobación social, cuyas raíces llegan —por cierto— hasta la remota infancia de cada uno de nosotros, pone el estigma de la vergüenza a la sexualidad como experiencia de posibilidad. ( Pszemiarower, N.P. Sexualidad en la tercera edad, pp. 68-69)

Se da entonces una situación en que el sujeto se encuentra en la encrucijada frente a la energía sexual; la sociedad con las consignas de decencia, vergüenza, castidad, por un lado y otras veces su propio cuerpo por la relación narcisista consigo mismo. En disgusto del propio cuerpo que se niega a hacerlo existir para el otro, lo que impide su descarga defendiéndose de los impulsos sexuales hasta el punto de reprimirlo en el inconsciente.

## **Sexualidad**

La palabra sexualidad no designa solamente las actividades y el placer dependientes del aparato genital, sino toda una serie de excitaciones y actividades existentes desde la infancia, que producen un placer que no puede reducirse a la satisfacción de una necesidad fisiológica fundamental y que se encuentra también a título de componentes en la forma llamada normal del amor sexual.

El amor humano no tiene que ver con el sexo solamente, el sexo es una de las cosas importantes que se da en el amor.

La genitalidad es una función de los órganos genitales, un fenómeno fisiológico para satisfacer el instinto. Existe también, sin relación afectiva. En cambio, la sexualidad tiene una dimensión típicamente personal y humana. También comprende la genitalidad, pero la supera y trasciende, esta no es solo la satisfacción de un deseo provocado por un estímulo neuro - hormonal, es mucho más, por que afecta a toda la persona, no solo al instinto. Esto no es más que uno de los muchos elementos de una relación sexual en la cual intervienen sobre todo la afectividad, la fantasía, la emoción, el amor. ( Espina Barrio, J.A. Sexualidad en la tercera edad, p. 57)

Hay algo que es inherente a la condición humana, es el sentimiento de soledad, que en la vejez se acentúa por las sucesivas pérdidas que sufre el anciano.

Es la separatividad de E. Fromm como sensación existencial del hombre que se hace especialmente consciente en esta etapa. Esa tendencia vital de unirse a los demás hombres para tener posibilidad de utilizar sus potencias humanas puede encontrarlas en diferentes realidades del amor ( amor paternal, amor a Dios, etc.). Sin embargo, la realidad experiencial del amor sexual o de pareja es demasiado importante como para aceptar la exclusión de su riqueza.

El hombre demanda afecto mientras viva y es capaz de darlo y recibirlo mientras existe. La vida sexual es una necesidad biológica, vital, a cualquier edad y negarlo es negar la condición humana, pero también es una necesidad social en muchos, incluso siendo ancianos.

Es además fuente de vitalidad en el sentido de longevidad. Investigadores de la Escuela de Higiene y Salud Pública ( Hopkins University), recientemente han demostrado otra realidad positiva, en cuanto que cuando los adultos mayores se vuelven a casar, disminuye notablemente su índice de mortalidad.

La capacidad sexual no desaparece con la edad y la disponibilidad de un copartícipe atractivo y complaciente es el factor más importante para lograr mantener una vida sexual satisfactoria.

El anciano necesita convencerse que tener deseos sexuales no es anormal, inusual o inmoral.

Tienen que llegar a comprender los cambios psicológicos y físicos que se producen en esta edad evolutiva, que no significa la renuncia al placer.

Aunque el envejecimiento puede ser asincrónico en diferentes aspectos, mientras lo biológico involuciona, lo psíquico evoluciona, desarrollándose nuevos intereses y funciones que podrán ser integrados a estructuras forjadas en relaciones más antiguas reestructurándolas, pudiendo así contrarrestar la tendencia a la angustia y a la regresión.

El contacto, el calor, la palabra y la ternura ganan en importancia, siendo más precisas las caricias para ambos sexos, de ahí que la calidad de abrazos, toques y otras manipulaciones influyan mucho en el mantenimiento de la actividad sexual de la pareja o el individuo.

El adentrarse en el mundo de los ancianos implica involucrarse con sus realidades y dejaríamos de ser objetivos si no reconocemos los cambios sexuales funcionales en el anciano.

Es frecuente que la actividad sexual se modifique durante la senescencia, pero no cabe inferir de ello una determinación biológica neta. La pérdida de la función reproductora quizás mueva a la mujer al rechazo de la sexualidad o, por el contrario, acreciente su interés en ese terreno. El temor de que disminuya su rendimiento sexual es sentido por el varón como indicio de cierta inferioridad, que le afecta principalmente en su orgullo viril y su autoestima. Ahora bien, el interés sexual propiamente dicho no se modifica en realidad. (Organización Panamericana de la Salud. Disfunción sexual, pp.212-213)

Los cambios fisiológicos sexuales asociados a la vejez son muy variables de una persona a otras, pero en general permiten mantener la vida sexual. Para un conocimiento más acabado de dichos cambios fisiológicos remitimos al Documento científico de la OPS recién citado.

Sin embargo, hay dos hechos que merecen subrayarse:

El apetito sexual de los ancianos está directamente relacionado con la intensidad de su apetito en la juventud. Los hombres en los cuales la aparición del deseo sexual fue temprana e intensa en la juventud, mantuvieron el máximo deseo y la potencia mayor en la ancianidad: (Freeman 1961, Newman y Nichols 1960, Rubien 1965 y Maas y Keypers 1974)

Un factor esencial para una vida sexual activa y continua radica en un compañero sexual activo, deseoso y cooperativo. (Friedfels 1961, Masters y Johnson, 1966, 1970)

El sexo en la tercera edad debe abrirnos a un maravilloso capítulo especial; un nuevo enfoque en la intimidad con su pareja, en el largo juego de un preámbulo lleno de caricias sensuales y tiernas que vayan animando a la pareja; en el romanticismo y la sensualidad que la prisa de la juventud no dejó disfrutar.

Como destaca B. Neugarten los viejos actuales son pioneros dentro del espacio familiar y social. La misión como profesionales de la salud es orientarlos y convertirse en agentes de cambios para que asuman sus nuevos roles: reforzar su autoestima haciéndoles comprender que sus experiencias de vida pueden ser canalizadas para redefinir su identidad y sus funciones sociales, de modo que puedan poner en uso intencional, constructivo y generativo lo que han aprendido durante tantos años. Esto solo es posible comprendiendo que los otros, no son otros sino nosotros mismos en un futuro no tan lejano.

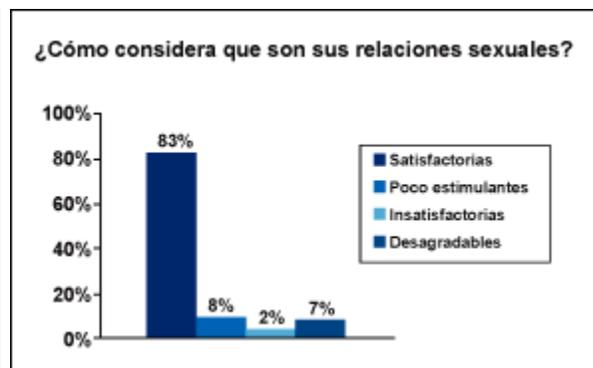
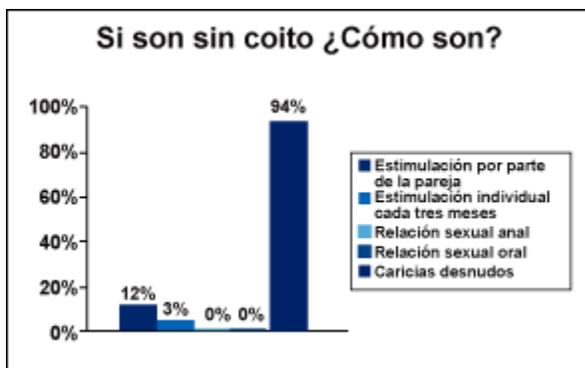
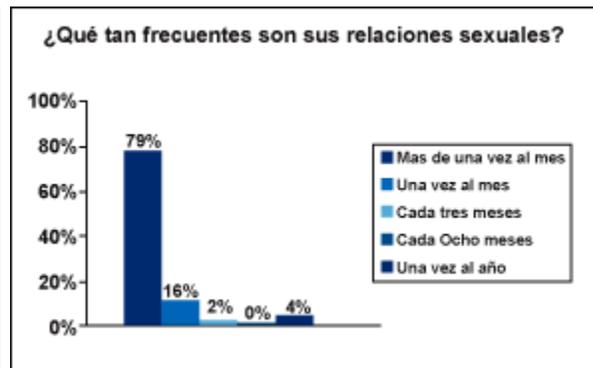
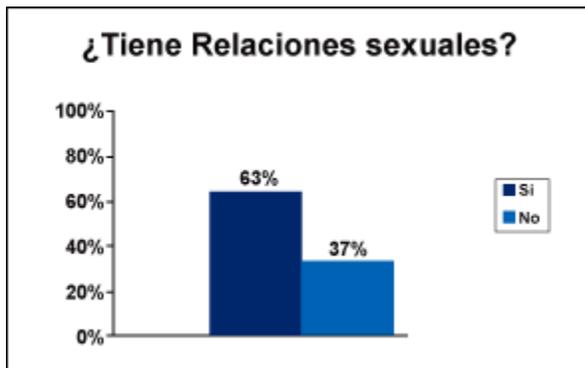
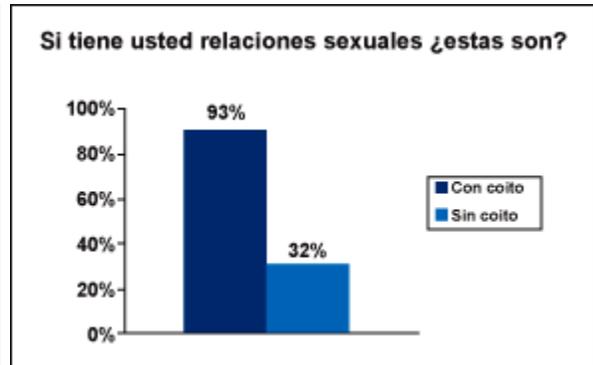
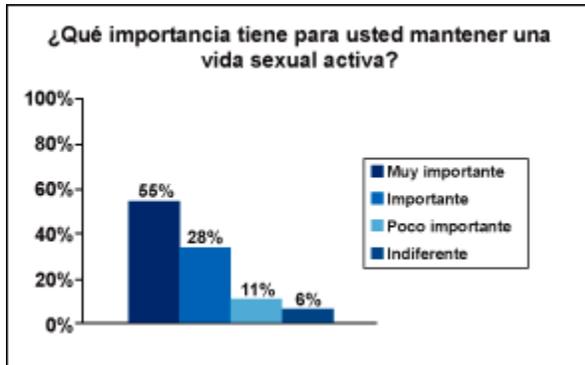
La necesidad de adentrarnos en el mundo de los adultos mayores por conocer la realidad a través de un estudio exploratorio nos llevó a preparar sin prejuicios un instrumento (encuesta semiestructurada), que como exigencia metodológica contemplaba una complementación con entrevista individual al momento de su aplicación.

La oportunidad se nos dio al ser invitados para compartir con los adultos mayores que asistieron al Encuentro Regional (RM) organizado por el CRAM (Comité Regional del Adulto Mayor) en octubre del año 2002. (Alhué).

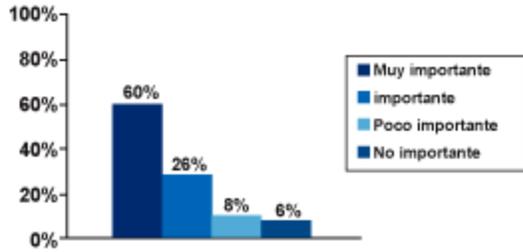
En definitiva se dio la posibilidad de explorar y conversar el tema de su sexualidad con 170 adultos mayores de diferentes comunas de la Región Metropolitana (RM).

La recolección de datos se obtuvo mediante una encuesta que consta de catorce preguntas que estarán divididas en 4 ítems:

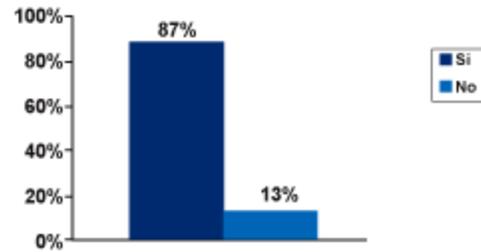
1. Tipo de relaciones sexuales.
2. Frecuencia de relaciones sexuales
3. Importancia de las relaciones sexuales
4. Calidad de las relaciones sexuales



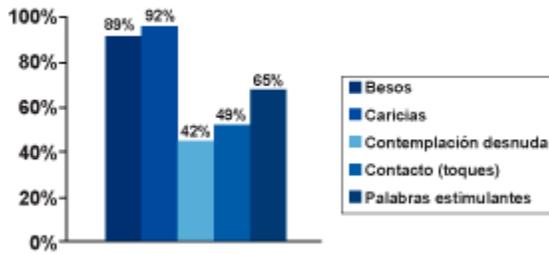
**¿Es importante para usted la presencia de orgasmo en el acto sexual?**



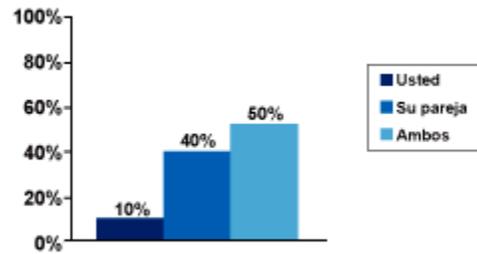
**Previo a una relación sexual ¿existe estimulación o preparación por parte de la pareja?**



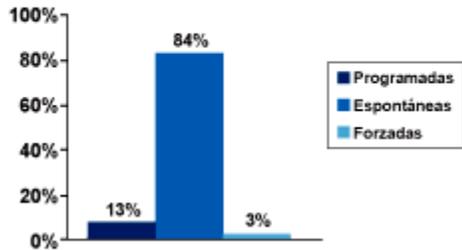
**¿Cuáles?**



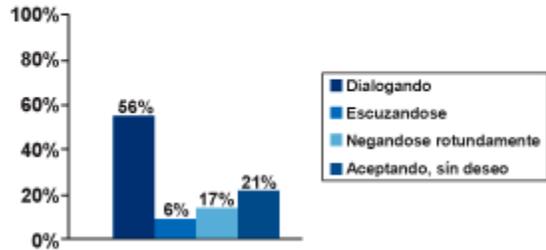
**Dentro de la relación quién toma la iniciativa**

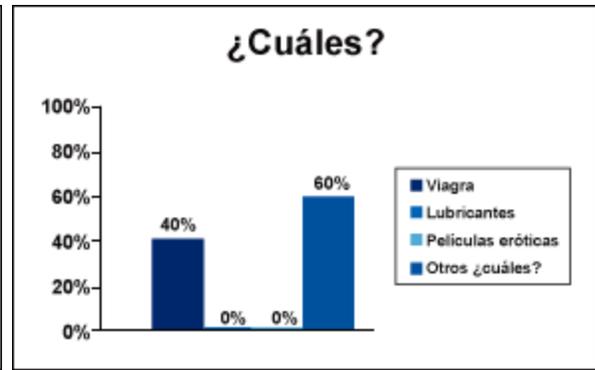
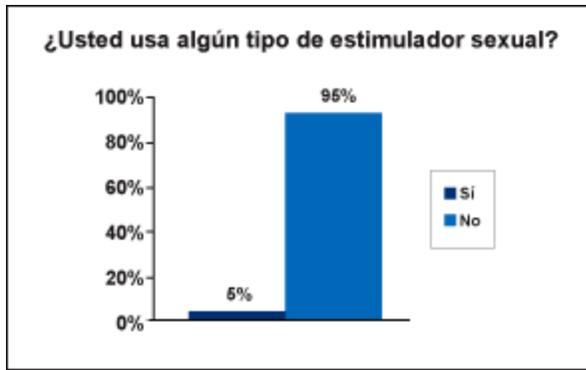


**Sus relaciones sexuales son:**



**Cuando su pareja tiene deseo de tener relaciones sexuales, y usted no, ¿cómo lo resuelve?**





A partir de los datos obtenidos se realizó un análisis descriptivo del tipo frecuencias relativas; y posteriormente se analizaron las relaciones cruzadas de las distintas variables y se obtuvieron los siguientes resultados:

A partir del análisis de relación cruzada de las distintas variables se obtuvo:

Tipo		Antes de una relación sexual ¿existe estimulación o preparación por parte de la pareja		
		Sí	No	total
Si tiene usted relaciones sexuales ¿estas son?	con coito	86	13	99
	sin coito	29	5	34
	total	115	18	133

Tipo		Antes de una relación sexual ¿existe estimulación o preparación por parte de la pareja		
		Sí	No	total
Si tiene usted relaciones sexuales ¿estas son?	con coito	87%	13%	100%
	sin coito	85%	5%	100%

Respecto a cómo son las relaciones sexuales en relación con la existencia de estimulación previa por parte de la pareja, los resultados fueron los siguientes:

Relaciones sexuales con coito: 86 personas respondieron que si experimentaban estimulación previa por parte de la pareja y 13 personas respondieron que no experimentaban estimulación.

Relaciones sexuales sin coito: 29 personas respondieron que si experimentaban estimulación previa por parte de la pareja y 5 personas respondieron que no experimentaban estimulación.

Tipo		¿Cuáles?					
		besos	caricias	contemplación desnuda	contacto (toques)	palabras estimulantes	total
Si tiene usted relaciones sexuales ¿estas son?	con coito	77	79	37	45	56	294
	sin coito	26	29	20	20	24	119
	total	103	108	57	65	80	413

Tipo		¿Cuáles?					
		besos	caricias	contemplación desnuda	contacto (toques)	palabras estimulantes	total
Si tiene usted relaciones sexuales ¿estas son?	con coito	26%	27%	13%	15%	19%	100%
	sin coito	22%	24%	17%	17%	20%	100%

Respecto a cómo son las relaciones sexuales en relación con los tipos de estimulación previa por parte de la pareja, los resultados fueron los siguientes:

Relaciones sexuales con coito: 77 personas respondieron besos, 79 personas respondieron caricias, 37 personas respondieron contemplación desnuda, 45 personas respondieron contacto (toques) y 56 personas respondieron palabras estimulantes.

Relaciones sexuales sin coito: 26 personas respondieron besos, 29 personas respondieron caricias, 20 personas respondieron contemplación desnuda, 20 personas respondieron contacto (toques) y 24 personas respondieron palabras estimulantes.

Tipo		Dentro de la relación ¿quién toma la iniciativa?			
		usted	su pareja	ambos	total
Si tiene usted relaciones sexuales ¿estas son?	con coito	10	40	49	99
	sin coito	4	11	19	34
	total	14	51	68	133

Tipo		Dentro de la relación ¿quién toma la iniciativa?			
		usted	su pareja	ambos	total
Si tiene usted relaciones sexuales ¿estas son?	con coito	10%	40%	49%	100%
	sin coito	12%	32%	56%	100%

Respecto a cómo son las relaciones sexuales en relación con quién toma la iniciativa, los resultados fueron los siguientes:

Relaciones sexuales con coito: 10 personas respondieron iniciativa propia, 40 respondieron que la iniciativa era tomada por la pareja y 49 respondieron que la iniciativa era tomada por ambos.

Relaciones sexuales sin coito: 4 personas respondieron iniciativa propia, 11 personas respondieron que la iniciativa era tomada por la pareja y 19 personas respondieron que la iniciativa era tomada por ambos.

Tipo		Sus relaciones sexuales son:			
		programadas	espontáneas	forzadas	total
Si tiene usted relaciones sexuales ¿estas son?	con coito	14	82	3	99
	sin coito	5	27	2	34
	total	19	109	5	133

Tipo		Sus relaciones sexuales son:			
		programadas	espontáneas	forzadas	total
Si tiene usted relaciones sexuales ¿estas son?	con coito	14%	83%	3%	100%
	sin coito	15%	79%	6%	100%

Respecto a como son las relaciones sexuales en relación con si son programadas, espontáneas o forzadas, los resultados fueron los siguientes:

Relaciones sexuales con coito: 14 personas respondieron ser programadas, 82 personas respondieron ser espontáneas y 3 personas respondieron ser forzadas.

Relaciones sexuales sin coito: 5 personas respondieron ser programadas, 27 personas respondieron ser espontáneas y 2 personas respondieron ser forzadas.

Tipo		Cuando su pareja siente deseo de tener relaciones sexuales, y usted no, ¿como lo resuelve?				total
		dialogando	escusándose	negándose rotundamente	Aceptando, sin deseo	
Si tiene usted relaciones sexuales ¿estas son?	con coito	58	4	15	22	99
	sin coito	23	3	4	4	34
	total	81	7	195	26	133

Tipo		Cuando su pareja siente deseo de tener relaciones sexuales, y usted no, ¿como lo resuelve?				total
		dialogando	escusándose	negándose rotundamente	Aceptando, sin deseo	
Si tiene usted relaciones sexuales	con coito	59%	4%	15%	22%	100%
	sin coito	68%	9%	12%	12%	100%

¿estas son?						
-------------	--	--	--	--	--	--

Respecto a como son las relaciones sexuales en relación a la forma de resolver cuando no tiene deseos de tener una relación sexual, los resultados fueron los siguientes:

Relaciones sexuales con coito: 58 personas respondieron dialogando, 4 personas respondieron excusándose, 15 personas respondieron negándose rotundamente, 22 personas respondieron aceptando sin deseo.

Relaciones sexuales sin coito: 23 personas respondieron dialogando, 3 personas respondieron excusándose, 4 personas respondieron negándose rotundamente y 4 personas respondieron aceptando sin deseo.

Tipo		Antes de una relación sexual ¿existe estimulación o preparación por parte de la pareja?		
		sí	no	total
Sus relaciones sexuales son:	programadas	12	2	14
	espontáneas	81	9	90
	forzadas	0	3	3
	total	93	14	107

Tipo		Antes de una relación sexual ¿existe estimulación o preparación por parte de la pareja?		
		sí	no	total
Sus relaciones sexuales son:	programadas	86%	14%	100%
	espontáneas	90%	10%	100%
	forzadas	0%	100%	100%

Respecto a cómo son las relaciones sexuales y la existencia de estimulación previa por parte de la pareja, los resultados fueron los siguientes:

Relaciones sexuales programadas: 12 personas respondieron que si existe estimulación previa y 2 personas respondieron que no existe estimulación previa.

Relaciones sexuales espontáneas: 81 personas respondieron que si existe estimulación previa y 9 personas respondieron que no existe estimulación previa.

Relaciones sexuales forzadas: ninguna persona respondió que si existe estimulación previa y 3 personas respondieron que no existe estimulación previa.

Tipo		¿Cuáles?					
		besos	caricias	contemplación desnuda	contacto (toques)	palabras estimulantes	total
Sus relaciones sexuales son:	programadas	10	12	8	7	9	46
	espontáneas	73	74	31	39	51	268
	forzadas	0	0	0	0	0	0
	total	83	86	39	46	60	314

Tipo		¿Cuáles?					
		besos	caricias	contemplación desnuda	contacto (toques)	palabras estimulantes	total
Sus relaciones sexuales son:	programadas	22%	26%	17%	15%	20%	100%
	espontáneas	27%	28%	12%	15%	19%	100%
	forzadas	-	-	-	-	-	-

Respecto a cómo son las relaciones sexuales en relación a los tipos de estimulación previa por parte de la pareja, los resultados fueron los siguientes:

Relaciones sexuales programadas: 10 personas respondieron besos, 12 personas respondieron caricias, 8 personas respondieron contemplación desnuda, 7 personas respondieron contacto (toques) y 9 personas respondieron palabras estimulantes.

Relaciones sexuales espontáneas: 73 personas respondieron besos, 74 personas respondieron caricias, 31 personas respondieron contemplación desnuda, 39 personas respondieron contacto (toques) y 51 personas respondieron palabras estimulantes.

Relaciones sexuales forzadas: ninguna persona recibió algún tipo estimulación previa por parte de la pareja.

Tipo		Dentro de la relación ¿quién toma la iniciativa?			
		usted	su pareja	ambos	total
Si tiene usted relaciones sexuales ¿estas son?	programadas	0	6	8	14
	espontáneas	11	34	45	90
	forzadas	0	3	0	3
	total	11	43	53	107

Tipo		Dentro de la relación ¿quién toma la iniciativa?			
		usted	su pareja	ambos	total
Si tiene usted relaciones sexuales ¿estas son?	programadas	0	43%	57%	100%
	espontáneas	12%	38%	50%	100%
	forzadas	0	100%	0%	100%

Respecto de cómo son las relaciones sexuales en relación con quién toma la iniciativa, los resultados fueron los siguientes:

Relaciones sexuales programadas: ninguna persona respondió tomar la iniciativa, 6 personas respondieron que su pareja toma la iniciativa y 8 personas respondieron que ambos toman la iniciativa.

Relaciones sexuales espontáneas: 11 personas respondieron tomar la iniciativa, 34 personas respondieron que la iniciativa fue tomada por la pareja y 45 personas respondieron que la iniciativa fue tomada por ambos.

Relaciones sexuales forzadas: ninguna persona respondió tomar la iniciativa, 3 personas respondieron que la iniciativa fue tomada por la pareja y en ningún caso la iniciativa fue tomada por ambos.

Tipo	Cuando su pareja siente deseo de tener relaciones sexuales, y usted no, ¿como lo resuelve?
------	--

		dialogando	excusándose	negándose rotundamente	Aceptando, sin deseo	total
Sus relaciones sexuales son:	programadas	7	1	2	4	14
	espontáneas	52	5	16	17	90
	forzadas	1	0	0	2	3
	total	60	6	18	23	107

Tipo		Cuando su pareja siente deseo de tener relaciones sexuales, y usted no, ¿como lo resuelve?				
		dialogando	excusándose	negándose rotundamente	Aceptando, sin deseo	total
Sus relaciones sexuales son:	programadas	50%	7%	14%	29%	100%
	espontáneas	58%	6%	18%	19%	100%
	forzadas	33%	0%	0%	67%	100%

Respecto de cómo son las relaciones sexuales en relación con cómo lo resuelve si no tiene deseos de tener relaciones sexuales:

Relaciones sexuales programadas: 7 personas respondieron dialogando, 1 persona respondió excusándose, 2 personas respondieron negándose rotundamente y 4 personas respondieron aceptando sin deseo.

Relaciones sexuales espontáneas: 52 personas respondieron dialogando, 5 personas respondieron excusándose, 16 personas respondieron negándose rotundamente y 17 personas respondieron aceptando sin deseo.

Relaciones sexuales forzadas: 1 persona respondió dialogando, ninguna persona respondió excusándose, ninguna persona respondió negándose rotundamente y 2 personas respondieron aceptando sin deseo.

Frecuencia	Dentro de la relación ¿quién toma la iniciativa?			
	usted	su pareja	ambos	total

¿Cuán frecuentes son sus relaciones sexuales?	más de una vez al mes	10	32	42	84
	una vez al mes	0	9	8	17
	cada tres meses	1	0	1	2
	cada 8 meses	0	0	0	0
	una vez al año	2	0	2	4
	total	13	41	53	107

Frecuencia		Dentro de la relación ¿quién toma la iniciativa?			
		usted	su pareja	ambos	total
¿Cuán frecuentes son sus relaciones sexuales?	más de una vez al mes	12%	38%	50%	100%
	una vez al mes	0%	53%	47%	100%
	cada tres meses	50%	0%	50%	100%
	cada 8 meses	-	-	-	-
	una vez al año	50%	0%	50%	100%

Respecto a la frecuencia de las relaciones sexuales en relación a quién toma la iniciativa, se obtuvieron los siguientes resultados:

Más de una vez al mes: 10 personas respondieron que la iniciativa era tomada por ellos, 32 personas respondieron que la iniciativa era tomada por la pareja y 42 personas respondieron que la iniciativa era tomada por ambos.

Una vez al mes: ninguna persona respondió tomar la iniciativa, 9 personas respondieron que la iniciativa era tomada por la pareja y 8 personas respondieron que la iniciativa era tomada por ambos.

Cada tres meses: 1 persona respondió tomar la iniciativa, ninguna persona respondió que la iniciativa era tomada por la pareja, 1 persona respondió que la iniciativa era tomada por ambos.

Cada ocho meses: ninguna persona respondió las categorías.

Una vez al año: 2 personas respondieron tomar la iniciativa, ninguna persona respondió que la iniciativa era tomada por la pareja, 2 personas respondieron que la iniciativa era tomada por ambos.

Frecuencia		Dentro de la relación ¿quién toma la iniciativa?			
		usted	su pareja	ambos	total
¿Cuán frecuentes son sus relaciones sexuales?	mas de una vez al año	12	70	2	84
	una vez al mes	1	15	1	17
	cada tres meses	0	2	0	2
	cada ocho meses	0	0	0	0
	una vez al año	0	0	4	4
	total	13	87	7	107

Frecuencia		Dentro de la relación ¿quién toma la iniciativa?			
		usted	su pareja	ambos	total
¿Cuán frecuentes son sus relaciones sexuales?	mas de una vez al año	14%	83%	2%	100%
	una vez al mes	6%	88%	6%	100%
	cada tres meses	0%	100%	0%	100%
	cada ocho meses	-	-	-	-
	una vez al año	0%	0	100%	100%

Respecto a la frecuencia de las relaciones sexuales en relación con su calidad, los resultados fueron los siguientes:

Más de una vez al mes: 12 personas respondieron que éstas eran programadas, 70 personas respondieron que eran espontáneas y 2 personas respondieron que eran forzadas.

Una vez al mes: 1 persona respondió que eran programadas, 15 personas respondieron que eran espontáneas y 1 persona respondió que eran forzadas.

Cada tres meses: ninguna persona respondió que eran programadas, 2 personas respondieron que eran

espontáneas y ninguna persona respondió que eran forzadas.

Cada ocho meses: ninguna persona respondió las categorías.

Una vez al año: ninguna persona respondió que eran programadas, ninguna persona respondió que eran espontáneas y 4 personas respondieron que eran forzadas.

Importancia		¿Es importante para usted la presencia de orgasmo en el acto sexual?				Total
		muy importante	importante	poco importante	no importante	
¿Que importancia tiene para usted mantener una vida sexual activa?	muy importante	43	12	3	1	59
	importante	16	12	1	1	30
	poco importante	3	2	4	3	12
	indiferente	2	2	1	1	6
	total	64	28	9	6	107

Importancia		¿Es importante para usted la presencia de orgasmo en el acto sexual?				Total
		muy importante	importante	poco importante	no importante	
¿Que importancia tiene para usted mantener una vida sexual activa?	muy importante	73%	20%	5%	2%	100%
	importante	53%	40%	3%	3%	100%
	poco importante	25%	17%	33%	25%	100%
	indiferente	33%	33 %	17%	17%	100%

Respecto a la importancia que tiene para las personas encuestadas mantener una vida sexual activa en relación con la importancia de la presencia del orgasmo, se obtuvieron los siguientes resultados:

Muy importante: 43 personas respondieron que es muy importante la presencia de orgasmo, 12 personas respondieron que es importante la presencia de orgasmo, 3 personas respondieron que es poco importante la presencia de orgasmo y 1 persona respondió que no es importante la presencia de orgasmo.

Importante: 16 personas respondieron que es muy importante la presencia de orgasmo, 12 personas respondieron que es importante la presencia de orgasmo, 1 persona respondió que es poco importante la presencia de orgasmo y 1 persona respondió que no es importante la presencia de orgasmo.

Poco importante: 3 personas respondieron que es muy importante la presencia de orgasmo, 2 personas respondieron que es importante la presencia de orgasmo, 4 personas respondieron que es poco importante la presencia de orgasmo y 3 personas respondieron que no es importante la presencia de orgasmo.

Indiferente: 2 personas respondieron que es muy importante la presencia de orgasmo, 2 personas respondieron que es importante la presencia de orgasmo, 1 persona respondió que es poco importante la presencia de orgasmo y 1 persona respondió que no es importante la presencia de orgasmo.

Importancia		¿Es importante para usted la presencia de orgasmo en el acto sexual?				
		muy importante	importante	poco importante	no importante	Total
¿Cómo considera que son sus relaciones sexuales ?	satisfactorias	59	24	4	2	89
	poco estimulantes	4	2	2	1	9
	insatisfactorias	0	1	1	0	2
	desagradables	1	1	2	3	7
	total	64	28	9	6	107

Importancia		¿Es importante para usted la presencia de orgasmo en el acto sexual?				
		muy importante	importante	poco importante	no importante	Total

¿Cómo considera que son sus relaciones sexuales ?	satisfactorias	66%	27%	4%	2%	100%
	poco estimulantes	44%	22%	22%	11%	100%
	insatisfactorias	0%	50%	50%	0%	100%
	desagradables	14%	29%	29%	43%	100%

Respecto de cómo consideran que son las relaciones sexuales en relación con la importancia de la presencia de orgasmo, se obtuvieron los siguientes resultados:

Relaciones sexuales satisfactorias: 59 personas respondieron que es muy importante la presencia de orgasmo, 24 personas respondieron que es importante la presencia de orgasmo, 4 personas respondieron que es poco importante la presencia de orgasmo y 2 personas respondieron que no es importante la presencia de orgasmo.

Relaciones sexuales poco estimulantes: 4 personas respondieron que es muy importante la presencia de orgasmo, 2 personas respondieron que es importante la presencia de orgasmo, 2 personas respondieron que es poco importante la presencia de orgasmo y 1 persona respondió que no es importante la presencia de orgasmo.

Relaciones sexuales insatisfactorias: ninguna persona respondió que es muy importante la presencia de orgasmo, 1 persona respondió que es importante la presencia de orgasmo, 1 persona respondió que es poco importante la presencia de orgasmo y ninguna persona respondió que no es importante la presencia de orgasmo.

Relaciones sexuales desagradables: 1 persona respondió que es muy importante la presencia de orgasmo, 1 persona respondió que es importante la presencia de orgasmo, 2 personas respondieron que es poco importante la presencia de orgasmo y 3 personas respondieron que no es importante la presencia de orgasmo.

Calidad		Antes de una relación sexual ¿existe estimulación o preparación por parte de la pareja?		
		sí	no	total
¿Cómo considera que son sus relaciones sexuales ?	satisfactorias	83	6	89
	poco estimulantes	5	4	9
	insatisfactorias	1	1	2
	desagradables	4	3	7

	total	93	14	107
--	-------	----	----	-----

Calidad		Antes de una relación sexual ¿existe estimulación o preparación por parte de la pareja?		
		sí	no	total
¿Cómo considera que son sus relaciones sexuales ?	satisfactorias	93%	7%	100%
	poco estimulantes	56%	44%	100%
	insatisfactorias	50%	50%	100%
	desagradables	57%	43%	100%

Respecto de cómo consideran que son las relaciones sexuales en relación con la existencia de estimulación previa por parte de la pareja, los resultados fueron los siguientes:

Relaciones sexuales satisfactorias: 83 personas respondieron que si existe una estimulación previa y 6 personas respondieron que no existe estimulación previa

Relaciones sexuales poco estimulantes: 5 personas respondieron que si existe una estimulación previa y 4 personas respondieron que no existe estimulación previa

Relaciones sexuales insatisfactorias: 1 persona respondió que si existe una estimulación previa y 1 persona respondió que no existe estimulación previa

Relaciones sexuales desagradables: 4 personas respondieron que si existe una estimulación previa y 3 personas respondieron que no existe estimulación previa.

Calidad		Sus relaciones sexuales son:			
		usted	su pareja	ambos	Total
¿Cómo considera que son sus relaciones sexuales ?	satisfactorias	12	77	0	89
	poco estimulantes	2	5	2	9
	insatisfactorias	0	2	0	2
	desagradables	0	6	1	7

	total	14	90	3	107
--	-------	----	----	---	-----

Calidad		Sus relaciones sexuales son:			
		programadas	espontáneas	forzadas	Total
¿Cómo considera que son sus relaciones sexuales ?	satisfactorias	13%	87%	0%	100%
	poco estimulantes	22%	56%	22%	100%
	insatisfactorias	0%	100%	0%	100%
	desagradables	0%	86%	14%	100%

Respecto de cómo consideran que son las relaciones sexuales en relación con cómo son estas, los resultados fueron los siguientes:

Relaciones sexuales satisfactorias: 12 personas respondieron que eran programadas, 77 personas respondieron que eran espontáneas y ninguna persona respondió que eran forzadas.

Relaciones sexuales poco estimulantes: 2 personas respondieron que eran programadas, 5 personas respondieron que eran espontáneas y 2 personas respondieron que eran forzadas.

Relaciones sexuales insatisfactorias: ninguna persona respondió que eran programadas, 2 personas respondieron que eran espontáneas y ninguna persona respondió que eran forzadas.

Relaciones sexuales desagradables: ninguna persona respondió que eran programadas, 6 personas respondieron que eran espontáneas y 1 persona respondió que eran forzadas.

## Conclusiones

–A pesar de la apreciación que se tiene respecto de la tercera edad, de considerarlos como seres asexuados y carentes de deseo sexual, se pudo concluir a través del presente estudio, que la sociedad se encuentra errada con respecto al tema; ya que en nuestra observación, la gran mayoría de los adultos mayores mantenían relaciones sexuales con sus parejas y además la frecuencia de éstas fue considerablemente mayor de lo esperado. También es importante recalcar que la edad de las personas no constituyó un factor condicionante para el término de la actividad sexual.

–De la población en estudio se comprobó que en un alto porcentaje de las relaciones sexuales existía presencia de coito. El resto, en el cuál no presentaba coito, manifestó otro tipo de relaciones sexuales, siendo las caricias desnudos, el tipo más frecuente dentro de la muestra, seguidos por la masturbación por parte de la pareja y la masturbación individual. Sin embargo,

no podemos dejar de mencionar que estos resultados se contradicen de cierto modo con la bibliografía, ya que esta establece que a medida que avanza la edad, la actividad sexual con coito disminuye debido a factores fisiológicos, anatómicos y psicológicos que entorpecen en cierta forma el acto sexual con penetración. Esto nos demuestra que el paso a la tercera edad no es un impedimento para llevar a cabo una relación sexual, con todo lo que esta conlleva, aunque quizás no se realice de la misma forma que años atrás.

– En la actividad sexual del adulto mayor, cabe señalar lo vital que resulta ser esta para la salud física y mental de este grupo. Según las experiencias recogidas, mantener una vida sexual activa es considerado por ellos como una evasión a la soledad, al sentirse queridos, deseados y aceptados por el sexo opuesto. Además nos encontramos con una respuesta positiva frente a la importancia del orgasmo en la relación sexual, lo que es un buen indicador de la calidad de la relación y de lo esencial que es para ellos llegar a obtenerlo. Sin dejar de mencionar que una minoría del grupo en estudio no considera importante el orgasmo en su vida sexual, lo que puede relacionarse con la poca importancia que tiene para ellos mantener una vida sexual activa.

– La mayor parte de los encuestados considera que sus relaciones sexuales son satisfactorias, lo que se vincula en forma directa con la presencia del orgasmo y del amor en el acto sexual. Los que respondieron en forma negativa, puede asociarse a una falta de deseo sexual, luego de la ausencia de amor en la pareja, el factor tensional, entre otros.

– En relación con el juego previo, cabe señalar que la mayor parte de la población estudiada experimentaba estimulación por parte de la pareja antes de la relación sexual, lo cual favorece una gran medida el grado de disfrute sexual de las parejas y también constituye un factor condicionante en el tipo de relación sexual que presentan, siendo más frecuente la relación con penetración en las personas que eran estimuladas. Con respecto al tipo de estimulación más utilizado por nuestra población objetivo, podemos concluir que las más predominantes son las caricias y los besos y con un menor porcentaje, pero no menos importante se encuentran las palabras estimulantes. Conviene destacar que la opción menos frecuente fue la de contemplarse desnudos, lo que se debe, como pudimos darnos cuenta al realizar las entrevistas, a factores relacionados con la autoestima de los adultos mayores, sobre todo en el caso de las mujeres, ya a través del paso de los años su cuerpo ha sufrido un deterioro físico normal e inevitable, el cual no es aceptado por ellas.

– En la tercera edad la gran mayoría de las relaciones sexuales surgen espontáneamente, por lo que nos hace pensar que su deseo sexual y las ganas de llevar a cabo una relación permanecen y están presentes, teniendo en cuenta que este deseo deberá ser mutuo para que se consuma el acto sexual. A pesar de esto, en algunas ocasiones no existe acuerdo, y mientras uno siente deseo de tener relaciones, el otro no; frente a esto, un gran número de personas resolvía el problema dialogando con su pareja, lo que nos demuestra que la comunicación es una herramienta fundamental para llevar una vida sexual saludable, lo cual era de esperarse, sobre todo en aquellas parejas que han convivido por largos años.

– De acuerdo con la sociedad actual, es decir, una sociedad machista, nos encontramos con que el hombre es el que toma la iniciativa (tomando en cuenta que el mayor número de encuestados son del sexo femenino). La observación de los resultados muestra que la iniciativa es tomada por

ambos, lo que nos indica que es importante la presencia del diálogo y de la comunicación a la hora de dar inicio a una relación sexual.

Como resultado del análisis cruzado de las distintas variables se pudo concluir de acuerdo con las distintas categorías asociadas que:

## **Tipo**

Las personas que tienen relaciones sexuales con presencia de coito experimentan más frecuentemente preparación previa por parte de la pareja, en comparación con los que tienen relaciones sexuales sin coito.

Además, dentro de este grupo (relaciones sexuales con coito), la gran mayoría de los encuestados al ser consultados sobre quien tomaba la iniciativa, manifestaron que la tomaban en conjunto con su pareja; lo cual es signo de una buena comunicación dentro de la pareja.

No se observaron diferencias significativas entre los grupos que tenían relaciones con coito, respecto al tipo de estimulación utilizada antes de una relación sexual, constituyendo en ambos grupos la mayor frecuencia para caricias, besos y palabras estimulantes. A su vez, tampoco se diferenciaron en cuanto a como son sus relaciones sexuales, ya que la mayoría señaló que estas eran espontáneas.

En relación con cómo las parejas resuelven la situación de compartir el deseo de tener una relación sexual en un cierto momento, en ambos grupos, la mayoría lo resolvía dialogando; sin embargo, un porcentaje importante de personas aceptaban tener relaciones sexuales aunque no tuviesen deseo.

La mayoría de las personas que tienen relaciones sexuales de manera espontánea y también los que las programan, tienen preparación por parte de la pareja, y dentro de éstas las más frecuentes son caricias y besos. Así mismo, la iniciativa es tomada por ambos, y en el momento de no tener deseo lo resuelven dialogando.

A diferencia de lo anterior, y como era de esperarse, las personas que son forzadas a tener relaciones sexuales, no tienen dicha estimulación, la iniciativa es tomada por la pareja y a pesar de no sentir deseo aceptan tener relaciones sexuales.

## **Frecuencia**

Mientras más frecuente son las relaciones sexuales, estas son más espontáneas y a su vez, la iniciativa es tomada no solo por un integrante de la pareja sino por ambos; esto puede ser un indicador de confianza, comunicación y respeto dentro de la pareja, además nos señala que existe una complementación efectiva que se refleja en la consumación de la relación sexual.

Importancia

En relación con la importancia de mantener una vida sexual activa, mientras más importancia tenía esta para la persona, más importante era el logro del orgasmo dentro de la relación sexual.

## **Calidad**

Las personas que mantienen relaciones sexuales espontáneas, con estimulación previa y que le dan una gran importancia al logro del orgasmo dentro de estas, consideran que su vida sexual es satisfactoria.

## **Bibliografía Consultada**

- Baptista I. , Lucio; Fernández C., Carlos; Hernández S., Roberto. (1998). Metodología de la Investigación. México. Mc Graw Hill. 2° edición.
- Burdeos de Garay, M.F. Amor y vejez. 5 p.[apuntes]
- Espina Barrios, J.A. Sexualidad de la tercera edad. 4 p.[apuntes]
- Organización Panamericana de la Salud. Guía de diagnóstico y manejo. 9 p. [apunte]
- Pszemiarower, N.P. Sexualidad en la tercera edad. 3 p. [apunte]