

UNIVERSIDAD DE LA REPÚBLICA
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES
DEPARTAMENTO DE TRABAJO SOCIAL
Tesis Licenciatura en Trabajo Social

Sexualidad sin fin.
Un estudio de caso sobre la concepción y
valoración que tiene el grupo de adultos mayores
“Generación 99” sobre su sexualidad

Camila Masdeu
Tutora: Mariana Viera Cherro

2019

Índice

Agradecimientos.....	0
1 Introducción.....	1
2 Presentación del tema de estudio	3
2.1-Pregunta Problema	7
2.2-Preguntas de investigación	7
2.3-Objetivo general.....	7
2.4-Objetivos específicos:	7
3 Justificación del tema	8
4 Metodología.....	11
5 Marco Teórico	13
5.1 Vejez y Proceso de Envejecimiento:	13
5.2 Sexualidad.....	18
5.3 Sexualidad y Envejecimiento	19
6 Análisis: “La sexualidad en los adultos mayores del grupo Generación 99”	21
6.1 La Sexualidad en los adultos mayores: Sus percepciones y vivencias	23
6.2 Cambios en la sexualidad producto del envejecimiento	24
6.3 Prejuicios en la etapa de la vejez.....	28
6.4 Educación sexual y políticas sociales enfocadas en la sexualidad del adulto mayor	33
7 Reflexiones finales:.....	37
8 Bibliografía.....	41
8.1 Fuentes documentales.....	43

Agradecimientos

Agradecer en primer lugar a mis padres, a mi hermana y mi novio que me han ayudado y apoyado en todo este proceso tan especial. A mi tutora Mariana Viera por haber aceptado la propuesta de mi tesis y orientado en aquellos momentos de dudas.

También al grupo de adultos mayores “Generación 99” por su disposición, atención e información brindada para poder realizar este trabajo.

A mis amigas y compañeros de estos años cursados en la Facultad de Ciencias Sociales los cuales fueron otro apoyo y motivación para el día a día, y así llegar a esta instancia.

1- Introducción

El presente documento constituye la Monografía Final de Grado, enmarcada dentro de los requisitos académicos para el egreso de la Licenciatura en Trabajo Social de la Facultad de Ciencias Sociales, Universidad de la República. El objetivo general de la misma consiste en conocer la concepción y valoración de los adultos mayores que forman parte del grupo “Generación 99” acerca de su sexualidad y cómo los mismos la vivencian en esta etapa de la vida.

Los objetivos específicos de esta investigación refieren por un lado, describir cómo influye la sexualidad en la calidad de vida de los adultos mayores, también identificar desde su perspectiva qué factores individuales y socioculturales puede influir en su sexualidad y por último, analizar cómo los efectos del envejecimiento impactan en la misma.

La elección de la temática, desde un punto de vista personal, surge a partir de la participación en la práctica pre-profesional del espacio de supervisión Vejez, en la asignatura Proyectos Integrales “Cuidados Humanos, Derechos e Inclusión Social”. La misma se llevó a cabo en el Programa Adultos Mayores de la Secretaría de Educación Física, Deportes y Recreación de la Intendencia de Montevideo, en el período 2016-2017, interviniendo a nivel grupal, institucional, comunitario, familiar e individual. En aquel proceso de práctica se obtuvo conocimiento acerca del área de la vejez, pero no específicamente en lo que respecta a la temática sexualidad en los adultos mayores.

Relacionado a esto último, desde un punto de vista académico el interés por esta área de estudio surge también por la escasez de información, dado que existen muy pocos antecedentes bibliográficos que relacionen la sexualidad con los adultos mayores, y todo lo que la misma conlleva. Por otro lado, se cree que existen muchos prejuicios e ideas negativas con respecto a la sexualidad en esta etapa de la vida por lo que es menester poder abordarla para aportar conocimientos que contribuya a su desestigmatización.

Para el tema de investigación aquí planteado, se creyó pertinente su abordaje desde un enfoque cualitativo, utilizándose como técnica de recolección de la

información el grupo de discusión considerándose este el más adecuado para el alcance de los objetivos expuestos previamente.

El grupo de discusión estuvo constituido por catorce adultos mayores, de entre sesenta y cinco, y noventa y ocho años de edad, conformado por hombres y en su gran mayoría por mujeres.

Posteriormente, se presentará el marco teórico donde se explicitarán las categorías, vejez, envejecimiento, sexualidad y sexualidad en el envejecimiento, abordándose en ellos sus principales características.

En cuanto a lo relacionado con la vejez se desarrollará qué se entiende por la misma, los efectos del envejecimiento a nivel biológico, psicológico y social, y los diferentes prejuicios que tiene la sociedad sobre esta etapa de la vida.

Por otra parte, con respecto a la categoría sexualidad se definirán diferentes concepciones que existe en cuanto a la misma y cómo se vivencia ésta en la vejez.

Para poder cumplir con los objetivos planteados en esta monografía se consideró de suma importancia la elaboración de un análisis el cual se presenta luego del marco teórico, realizado mediante el discurso de los adultos mayores participantes del grupo de discusión y con argumento teórico para de esa forma dar respuestas al planteo metodológico propuesto en este trabajo final de grado.

En dicho apartado se analizan diferentes aspectos originados en el grupo de discusión como son su concepción de la sexualidad, sus vivencias personales, los cambios en la misma a partir del proceso de envejecimiento, los prejuicios y los mitos de la sociedad y de ellos mismos, la educación sexual y las políticas existentes vinculadas a esta temática en adultos mayores.

En última instancia, se presentan las reflexiones finales de esta monografía, las cuales fueron surgiendo a lo largo de la construcción del trabajo. También se presentan líneas de indagación para poder ser abordadas a futuro, y las debilidades y fortalezas de este trabajo. Como anexos (presentados en el cd) se presentan la desgrabación del grupo de discusión realizada a los adultos mayores del grupo “Generación 99”

2-Presentación del tema de estudio

El tema de la presente monografía final de grado refiere a la sexualidad y cómo la misma es vivida por los adultos mayores. Específicamente, interesa conocer y describir la valoración que esta población tiene sobre su sexualidad en la actualidad, identificando desde su perspectiva los factores individuales y socioculturales que pueden influir en la misma, así como también indagar sobre los efectos del envejecimiento y cómo estos impactan en su sexualidad.

Para ello, se tomará en cuenta el grupo denominado “Generación 99”, el cual se reúne una vez a la semana con la finalidad de realizar actividades deportivas y recreativas en el “Club de Residentes de Lavalleja” ubicado en el municipio CH, en la calle 8 Octubre y Secco Illia. El mismo está integrado por aproximadamente 25 adultos mayores cuyas edades se encuentran comprendidas entre los sesenta y cinco, y los noventa y ocho años de edad.

El envejecimiento es “(...) un fenómeno natural que se refiere a los cambios que ocurren a través del ciclo de la vida y que resultan en diferencias entre las generaciones jóvenes y las viejas.” (Sánchez, 2005, p.33)

Sánchez (2005) considera que la vejez es un proceso natural el cual implica cambios y transformaciones a nivel social, biológico y psicológico, siendo vivida esta etapa de la vida de diferente forma por cada adulto mayor.

Es importante reconocer que cada persona enfrentará la etapa de la vejez de manera diferente en función de su personalidad. (...) una posición social activa puede alcanzarse en la vejez siempre y cuando se haya aprendido a envejecer desde la adultez temprana, y siempre que el medio social propicie esa forma de vivir, sin aislar a la persona (...)ni exigirle lo que es incapaz de llevar a cabo o imponerle comportamientos preestablecidos al margen de sus necesidades e intereses (...) (Sánchez, 2005, p.41).

La población adulta mayor en nuestro país representa un elevado porcentaje ya que existe en Uruguay un proceso de envejecimiento ocurrido de forma temprana, pero sobretodo de sobre-envejecimiento, encontrándose una gran proporción de población

adulta mayor por encima de los 80 años de edad en comparación con los de 60 años o más. Así como también se visualiza un mayor envejecimiento en la población femenina.

El diferencial por género en la vejez es un aspecto sustantivo y fundamental a tener en cuenta. Estas dimensiones, en la medida que se articulan, generan situaciones muy diferentes para varones y mujeres, y muchos de los temas que se presentan en la vejez están más asociados a la dimensión de género que a cuestiones propiamente demográficas del envejecimiento. (Segundo Plan de Envejecimiento y Vejez, 2016-2019, p. 20).

El aumento de la población adulta mayor se ha debido principalmente al incremento de la esperanza de vida al nacer, mejoras en el ámbito de la salud y a un descenso en las tasas de natalidad y mortalidad del país, representando el segmento de adultos mayores una parte importante del total de la población.

Uruguay presenta un ritmo sostenido de envejecimiento, expresado en una tendencia a la disminución del peso relativo de la población más joven, producto del decrecimiento en la fecundidad y el consiguiente descenso en la tasa de natalidad, y un aumento de la proporción de la población mayor resultado del descenso en la tasa de mortalidad y el aumento de la esperanza de vida al nacer. (Segundo Plan de Envejecimiento, 2016-2019, p.11)

Los datos obtenidos en el último Censo Nacional realizado en el año 2011, indican la existencia de una población adulta mayor del 14% en el territorio uruguayo en base al total de la población, encontrándose puntualmente 500 personas que superan los cien años de edad.

Según el Censo del año 2011 Uruguay es el país con mayor población envejecida de América Latina debido a un proceso de envejecimiento iniciado a principios del siglo XX a diferencia de otros países regionales. Uruguay junto con Cuba son los dos países con mayor porcentaje de adultos mayores del continente

En esta monografía se cree importante abordar la sexualidad en los adultos mayores ya que como expresa Esguerra (2007) la sexualidad forma parte de uno de los elementos constituyentes de la vida de todos los individuos siendo estas muchas veces anulada durante la adultez mayor. Ello se puede deber por diversos motivos como son

por ejemplo la existencia de miedos, deseos, prejuicios tanto por parte de los adultos mayores como por parte de la sociedad.

Según Sánchez (2005) los prejuicios hacia la vejez están basados a partir de la edad y sus características, esto refiere a, problemas de salud, incapacidad física o mental, limitaciones, así como también la pérdida de recursos económicos y relaciones sociales.

La sexualidad es la manera de vivir el sexo, de acuerdo a las necesidades, deseos y manifestaciones tanto a nivel físico y mental de cada individuo.

La sexualidad para todo ser humano contribuye a la calidad de vida y al bienestar personal, es por ello que en este contexto se considera necesario realizar a través de este estudio un abordaje de la temática que trascienda las visiones biológicas y/o fisiológicas. Existe la creencia de que en esta etapa de la vida la sexualidad carece de importancia, resaltándose los prejuicios que la sociedad tiene sobre este tema (Renteria y Sardiñas, 2009).

Ello se debe a la existencia de mitos y tabúes en torno a la sexualidad de las personas adultas mayores, como por ejemplo la creencia de que la misma es anormal en esta etapa de la vida debido al declinamiento físico o que la sexualidad en las mujeres mayores decae o es simplemente una expresión ridícula (Esguerra, 2007). Ello puede provocar en algunos adultos mayores vergüenza e incomodidad al mostrar interés por ejercer su sexualidad (Zegers, Contardo, Ferrada, Rencoret, Salah y Zegers, 2003).

Por otra parte, el Segundo Plan de Envejecimiento (2016-2019) plantea la existencia de diferentes investigaciones asociadas a los estereotipos y creencias en la vejez surgiendo de estas ideas ligadas a la improductividad y a la falta de interés sobre la sexualidad, así como otras connotaciones negativas.

También se encuentra una falsa creencia acerca de que los adultos mayores son incapaces de sentir deseo o placer, incapaces de amar, o que por su condición de salud frágil no podrían mantener una relación sexual.

A veces, se puede pensar que debido al envejecimiento del cuerpo este pierde su atractivo por lo que no tendría sentido la seducción y la actividad sexual en esta etapa de

la vida (Verdejo, 2009). Se une a las anteriores creencias, aquella que hace referencia a que la sexualidad reproductiva es mucho más valiosa que la sexualidad sin fines reproductivos, por tanto, se tiende a desvalorizar las relaciones sexuales que no tienen estos fines. Se sobrevalora la potencia física, la juventud y la belleza considerada como aceptable dentro de los cánones sociales de nuestra cultura (Iacub, 2001).

Para Álvarez, Collazo, Castro, Ramón y Antúnez (2014) la sexualidad en la vejez se debe considerar como una parte fundamental que contribuye a la calidad de vida de toda persona, para así promocionar un envejecimiento saludable y no aquel que se relaciona con el deterioro físico y mental.

Es por esto, que se puede encontrar adultos mayores que vivencian la sexualidad con una mayor libertad, priorizando en esta etapa el amor, el derecho a amar y a poder ser amado.

En relación a lo anteriormente planteado se expondrán las preguntas y los objetivos que guiarán esta monografía final de grado.

2.1-Pregunta Problema: ¿Qué consideran que es la sexualidad y cómo la viven los adultos mayores del grupo “Generación 99”?

2.2-Preguntas de investigación:

1. ¿Qué valoración tienen de la sexualidad los adultos mayores que conforman el grupo “Generación 99”?
2. ¿Cómo influye la sexualidad en su calidad de vida?
3. ¿Cuáles son los efectos del envejecimiento que impactan en su sexualidad?

2.3-Objetivo general: Conocer la concepción y valoración que tienen los adultos mayores que forman parte del grupo “Generación 99” acerca de su sexualidad y cómo vivencian la misma en esta etapa de la vida.

2.4-Objetivos específicos:

1. Describir cómo influye la sexualidad en la calidad de vida de los adultos mayores.
2. Identificar desde la perspectiva de los adultos mayores los factores individuales y socioculturales que pueden influir en su sexualidad.
3. Analizar cómo los efectos del envejecimiento impactan en su sexualidad.

3-Justificación del tema

El interés por el estudio de la temática, la sexualidad en los adultos mayores, nace principalmente a partir de una experiencia personal vivida en la práctica pre profesional de la Licenciatura en Trabajo Social de la Facultad de Ciencias Sociales Universidad de la República.

En aquella oportunidad abordé el área de la vejez con grupos de adultos mayores que practicaban gimnasia. La misma se desarrolló en el Proyecto Integral “Cuidado Humano, Derechos e Inclusión Social”, encontrándose en aquel momento a cargo la docente Alejandra Melgar.

Estos grupos se ubicaban en diferentes municipios de Montevideo. Había un grupo en SACUDE, Complejo Cultural ubicado en Casavalle; luego en Paso de la Arena se encontraba “Vamos por más” y en Villa García “Villa Alegría”. Todos ellos estaban conformados por adultos mayores de entre sesenta y noventa años de edad.

Se impartían clases de gimnasia gratuita dos veces por semana dictadas por profesores de Educación Física de la Secretaría de Educación Física, Deportes y Recreación de la Intendencia de Montevideo. Allí no solo compartían esta actividad, sino que también vivenciaban otro tipo de jornadas como son talleres e intervenciones realizadas por los estudiantes de la Licenciatura en Trabajo Social.

Además de las diferentes temáticas que se trataban en los mismos, en algunas oportunidades surgían por parte de los adultos mayores curiosidades o comentarios acerca de otros temas como por ejemplo, los vinculados a la sexualidad. Es por este motivo que surge el interés por conocer cómo esta es vivenciada e impacta en esta etapa de la vida.

El deseo por abordar este tema también cobra relevancia debido a la escasez de información y documentos sobre esta área de estudio en Uruguay. Es por este motivo que se considera importante poder aportar conocimientos desde la disciplina del Trabajo Social indagando en una realidad poco abordada.

Al inicio de este trabajo se realizó una búsqueda de antecedentes vinculados al tema aquí estudiado indagando en monografías y documentos del Depto. de Trabajo

Social constatándose prácticamente la ausencia de producción académica acerca de la temática. Los estudios encontrados o que se vinculaban al área de la vejez, se referían a los cuidados, políticas sociales, condiciones habitacionales, entre otros; hallándose solo dos investigaciones que abordan la sexualidad en los adultos mayores.

La primera de ellas es un artículo realizado por Marianela Álvarez, Mayra Collazo, Noelia Castro, Luciana Ramón y Yessica Antúnez “Las relaciones sexuales en la vejez desde un enfoque en las enfermedades de transmisión sexual” publicado por Teresa Dornell en “Debates regionales en torno a la vejez: un acercamiento desde la academia y la práctica pre profesional” (2014). En la misma se manifiesta que “En lo que concierne a las Ciencias Sociales, a nivel nacional, no se destaca una producción significativa de investigaciones sobre la sexualidad en el adulto mayor”. (Álvarez, Collazo, Antúnez, et al, 2014, p. 175).

Esta es una investigación cualitativa, la cual tuvo como objetivo conocer la concepción que los trabajadores y residentes del Centro Geriátrico Dr. Luis Piñeyro del Campo que tienen sobre la temática sexualidad, relaciones sexuales y las enfermedades de transmisión sexual. Para ello, se realizaron entrevistas y grupos de discusión a adultos mayores y técnicos, así como también se utilizó el análisis documental. Como resultado final y a partir del trabajo de campo realizado se constató la escasa información que se tiene en cuanto a la sexualidad y los cuidados, por lo que concluyeron que los adultos mayores es una población poco informada acerca de este tema.

Por otro lado, se encontró la monografía de grado realizada por Yessica Antúnez en el año 2016 titulada “Las sexualidades en los Adultos Mayores: una mirada desde los departamentos de Cerro Largo, Maldonado y Montevideo. Aportes para una propuesta de educación sexual”. La misma tuvo como objetivo relacionar la sexualidad con la educación en los adultos mayores pero focalizando la mirada en cómo la viven aquellos radicados en diferentes departamentos del Uruguay.

Esta monografía fue una investigación de carácter cualitativa, realizándose en la misma entrevistas semi estructuradas y análisis documental para conocer las vivencias de la sexualidad de los adultos mayores así como también la visión de la sexualidad y educación sexual que tienen dos instituciones de nuestro país como son el Ministerio de

Salud Pública y el Ministerio de Desarrollo Social. Entre sus resultados se destacan el hecho de que la sexualidad en los adultos mayores sigue siendo vivida como un tabú, teniendo diferentes significados según el género y sexo de la persona, y según el medio en donde viva (rural o urbano).

4- Metodología

En la presente monografía se empleó una metodología de investigación cualitativa. La misma según Valles (2000) se basa en un proceso de desarrollo el cual consta de una serie de etapas, como son la definición del problema, el diseño del trabajo, la recolección de datos, el análisis e informe de lo analizado, aplicándose a cada fase determinados criterios que orientan el estudio cualitativo.

En este tipo de metodología se toman decisiones en la etapa inicial y a lo largo del trabajo de campo. “(...) las fases que se siguen hasta completar el proceso de una investigación cualitativa. Cada etapa exige del investigador afrontar cuestiones de diseño, muchas de ellas antes de la escritura del proyecto.” (Valles, 2000, p.79)

Se realizó un estudio de caso tomándose para ello un grupo de adultos mayores que conforman la agrupación “Generación 99” los cuales se reúnen en el Club de los Residentes de Lavalleja con la finalidad de realizar actividades de integración, así como también actividades físicas, educativas, salidas recreativas, entre otros.

Stake (2010) plantea que el estudio de caso es aquel que se concentra en el análisis de un caso en particular, que puede ser desde un individuo, como un grupo o determinado movimiento social; es algo específico, complejo y con una particularidad característica. “El caso es un sistema integrado. No es necesario que las partes funcionen bien, los objetivos pueden ser irracionales, pero es un sistema. Por eso, las personas y los programas constituyen casos evidentes.” (Stake, 2010, p.16)

Se utilizó como técnica de investigación y recolección de la información el grupo de discusión, ya que se creyó el más adecuado para el alcance de los objetivos planteados.

Valles (2000) entiende por grupo de discusión a la técnica de investigación donde a través de una entrevista grupal se buscan ideas y respuestas a partir de un tema propuesto por el moderador, el entrevistador, seleccionándose el arbitraje de ciertas características y cuestiones.

El rol del moderador si bien es pasivo, controla que no haya una distorsión de la temática a investigar interviniendo siempre que sea necesario. En este caso la estudiante se guió por una pauta de preguntas semiestructuradas previamente establecidas.

Los adultos mayores participantes fueron tanto del sexo masculino como femenino contemplándose las diferentes edades dentro del grupo “Generación 99”, para de esa forma generar diversidad de respuestas con respecto a la temática estudiada. Participaron del grupo de discusión catorce personas de entre sesenta y cinco y noventa y ocho años de edad. El mismo se llevo a cabo en el Club de los Residentes de Lavalleja el día 1 de Julio a las 15:30hs, teniendo el encuentro una duración de más de una hora.

Todos los integrantes del grupo presentes participaron del encuentro ello quizás limitó la decisión o el deseo individual de no querer participar de dicha actividad. Tal situación se pudo visualizar en la medida en que algunos de los adultos mayores no expresaron su opinión frente al tema, interviniendo en pocas ocasiones.

Una vez terminada la actividad, todos los participantes quedaron a disposición en caso de ser necesario a nuevos encuentros, así como también expresaron su agradecimiento por permitirles reflexionar sobre esta temática la cual era conversada pero muy esporádicamente.

Las mencionadas respuestas fueron grabadas, previamente contando con la aprobación y autorización de los participantes. Se resaltó su carácter anónimo y su contribución a este estudio.

5- Marco Teórico

En el presente apartado se desarrollarán las categorías analíticas seleccionadas para el estudio del tema planteado en esta monografía final de grado. Para ello, se abordará la categoría vejez definiéndose a la misma y los cambios que ocurren en esta etapa de la vida, los prejuicios y sus particularidades. Además, se definirá qué se entiende por sexualidad y cómo esta es vivida en la adultez mayor.

5.1 Vejez y Proceso de Envejecimiento:

Para comenzar este apartado es pertinente plantear qué se entiende por vejez dada que la misma constituye la etapa de la vida que se encuentra atravesando la población objetivo de esta monografía.

Envejecer no es un proceso ni singular ni simple; es parte integral del desarrollo biológico y de la secuencia de desarrollo del ciclo de vida que comienza desde la concepción y finaliza con la muerte. Comenzando con la concepción, esta secuencia de desarrollo incluye etapas subsiguientes de vida: infancia, niñez, adolescencia, adultez temprana, edad mediana y vejez. El envejecimiento es una parte integral y normal de todo este proceso. (Sánchez, 1990, p.11)

La vejez en Uruguay es definida a partir de los 65 años de edad. “(...) se considera Adulto Mayor a toda persona que haya cumplido sesenta y cinco años de edad” (Artículo 2, capítulo II, ley 17066, Poder Legislativo, Sala de Sesiones de la Cámara de Representantes, Montevideo 24 de diciembre de 1998).

“(...) la edad no es una categoría per se, y las condiciones de vida van marcando diferentes trayectorias, así como la manera de envejecer” (Ludi, 2005, p.41)

Esta etapa de la vida no solo se puede definir en base a una edad cronológica ya que como plantea Sánchez (2005) la edad de una persona no siempre refleja su verdadera edad física y biológica. Una persona puede tener cronológicamente sesenta y cinco años y estar más saludable que otra de treinta o vivir la vida con más optimismo que una de veinte. (Sánchez, 2005, p.32)

(...) Si bien la vejez ha sido objeto del pensamiento humano desde que el hombre se piensa a sí mismo, es en la modernidad tardía donde empieza a pensarse la idea de edad cronológica (Muchnik, 2005). Esta perspectiva remite, entre varios nudos temáticos, a pensar el análisis social desde el punto de vista del paradigma del curso de vida. (Sande, 2016, p.140)

En relación a ello, Ludi (2005) considera que la vejez es una construcción socialcultural, la cual también implica un proceso particular de cada ser humano estando determinada la misma por diferentes factores, como son los biológicos, los psicológicos, los sociales, los económicos, entre otros.

En lo que refiere al nivel biológico se producen modificaciones en la apariencia física de forma gradual hallándose un envejecimiento del organismo, manifestándose este a través de cambios funcionales y estructurales en el cuerpo.

A nivel psicológico, se producen cambios emocionales, en el aspecto sensorial y en la personalidad. Los mismos están influenciados por el ambiente, y el entorno en el cual la persona se encuentra inserta.

En lo que refiere a los cambios sociales también se produce una alteración en esta área determinando esto la calidad de la vejez. Las relaciones y el entorno social son relevantes en esta etapa de la vida

La calidad de vida en la vejez dependiente implica necesariamente el apoyo social y familiar a las personas que desean continuar viviendo en la comunidad, siendo cuidadas en familia, para que puedan seguir haciéndolo, al tiempo que siguen desarrollándose todas sus potencialidades hasta el último momento. Eso conlleva el apoyo material y afectivo a los familiares que, con distintos grados de implicación, participan en la acción de cuidar. (Bazo citado en Sande, 2016, p. 147).

La vejez también se ve marcada por la trayectoria de vida y las experiencias que el adulto mayor tuvo en el transcurso de la misma. Según López y Olazábal (1998) los cambios en esta etapa no son todos iguales, ni tienen porque ser solamente de deterioro asociado a las imposibilidades en

cuanto a enfermedades, ausencias de vínculos entre otros; algunos cambios también pueden ser para enriquecer al adulto mayor.

Lorda y Sánchez (1993) plantean que la mayoría de las veces se visualiza a la vejez como una etapa negativa, pensándose que el adulto mayor es un ser pasivo, dependiente e incapaz, generando ello la construcción de prejuicios tendiéndose a observar al adulto mayor como una carga.

En relación a ello, Alfonso (2014) plantea que los seres humanos tienden a atribuir a las demás personas determinadas características sin una experiencia previa, es decir sin un fundamento actuando así en base a prejuicios. El prejuicio “(...) se apoya en una generalización imperfecta e inflexible. (...) Puede estar dirigida hacia un grupo en general, o hacia un individuo por el hecho de ser miembro de un grupo.” (Allport citado en Alfonso, 2014, p.24)

Los adultos mayores son muchas veces víctimas de prejuicios por las demás franjas etarias de la sociedad producto del miedo que genera el envejecimiento, siendo asociada esta etapa de la vida con el deterioro, la dependencia y las enfermedades. Ello se puede vincular con la gerofobia, la cual implica actitudes negativas que

(...) surgen del miedo de las generaciones jóvenes al envejecimiento y de su rechazo a lidiar con los retos económicos y sociales que están relacionadas al incremento en la población vieja (...) no solo limita a la persona que es objeto de ella sino que moldea las percepciones de otra gente, tanto joven como vieja que sostienen actitudes anti vejez. (Sánchez, 2005, p.58-59)

Esto sucede con los adultos mayores los cuales son catalogados muchas veces como viejos, ancianos, seniles, seres pasivos, entre otras connotaciones negativas. Ludi (2005) menciona que hay diversos conceptos para referirse a esta población, los más utilizados son, ancianidad, tercera edad, cuarta edad, senilidad, adulto mayor, personas mayores, jubilados, jóvenes de la tercera edad, añoso, geronte, viejo. Todos estos términos son construcciones sociales teniendo un significado especial en función de la época y el contexto en el cual se encuentra inserto el adulto mayor.

(...)el desafío es que podamos llamar a la vejez y a los viejos como tales, sin eufemismos, aportando a que no sigan cargando el grado de negatividad y

discriminación que hoy tienen (...), los modos de nombrar nos posicionan en un determinado lugar ideológico teórico (Ludi, 2005, p.36).

Muchas veces se asocia al adulto mayor con la pasividad frecuentemente esta idea se vincula con la jubilación y las diferentes consecuencias que la misma trae en la vida de las personas. Esta es una etapa donde el individuo llegada una edad (entre los 60 y los 65 años) entra en un estado de pasividad vinculado al ámbito laboral, dejando por tal motivo de realizar de manera voluntaria u obligada su tarea productiva formal en el mercado de trabajo recibiendo a cambio un subsidio económico.

Con el aumento de la expectativa de vida el adulto mayor ya no es productor, pero al menos se mantiene en una categoría de consumidor activo.

Para algunos adultos mayores esta etapa puede significar tener más tiempo y disfrutar de otras actividades que anteriormente no podían realizar cuando trabajaban, en cambio para otros puede representar una etapa de cambios bruscos sociales, económicos y emocionales dejando de lado su anterior rutina.

(...) los cambios y ajustes que una persona jubilada tiene que hacer pueden ser problemáticos o no, dependerá, entre otras cosas, de la capacidad para adaptarse, la actitud ante la vida, la estima propia y la habilidad para enfrentarse a lo nuevo (Sánchez, 2005, p.137).

También la autora anteriormente nombrada hace mención que de acuerdo a cómo sobrelleve el adulto mayor dicha etapa será como vivirá la misma y el apoyo que recibirá de su familia.

La jubilación y la aparente pasividad que la misma conlleva genera en la sociedad prejuicios existiendo la idea de que el adulto mayor no es una persona productiva.

Continuando con la temática planteada, el proceso de envejecimiento en la sociedad uruguaya tiene suma importancia dado que según el Segundo Plan de Envejecimiento y Vejez (2016-2019) Uruguay es el país de América Latina con mayor población envejecida, presentándose también su sobre envejecimiento, es

decir, una mayor proporción de adultos mayores de ochenta y cinco años en comparación a la de sesenta y cinco años.

A su vez, en nuestro país el proceso de envejecimiento de la población según Nathan (2013) se ha dado de forma lenta a diferencia de los demás países de la región, donde se ha dado con mayor velocidad.

Otra característica que se presenta en relación al tema en nuestro país es la diferencia entre la proporción de hombres y mujeres adultos mayores, siendo mayor el número de mujeres (60,28% en la población adulta mayor y 51,99% en el total de la población). Es por tal motivo, que se habla de una feminización del envejecimiento debido a la presencia de una mayor esperanza de vida en las mujeres que en los hombres.

El perfil de la población adulta mayor muestra características notoriamente urbanas, donde además el nivel de alfabetización e instrucción es realmente alto en comparación con el resto del continente. “(...) Uruguay ha experimentado un acelerado proceso de envejecimiento que se manifiesta en mayor medida sobre las mujeres (feminización del envejecimiento) y sobre las cohortes más altas de la pirámide poblacional (sobreenvejecimiento). (Segundo Plan de Envejecimiento y Vejez, 2016-2019, p. 12)

Es necesario que el adulto mayor pueda tener un proceso de envejecimiento saludable para vivir esta etapa con un mayor bienestar. “El envejecimiento saludable es sinónimo de envejecimiento sin discapacidad, asociado a mejoras en la nutrición, la actividad física, el control adecuado de factores de riesgo (...) y la eliminación o reducción del aislamiento social y mental.” (CELADE-CEPAL, 2003, p.95)

En relación a ello, se considera importante que el adulto mayor tenga un envejecimiento donde su bienestar bio-psico-social no sea entorpecido por diferentes obstáculos las cuales muchas veces se pueden presentar por parte de la sociedad y el Estado. Este último, debería promover y garantizar sus derechos que como ciudadanos tienen a partir de políticas sociales inclusivas.

La Convención Interamericana de los Derechos Humanos para las Personas Mayores postula que,

Los Estados Parte adoptarán todas las medidas necesarias para garantizar a la persona mayor el goce efectivo del derecho a la vida y el derecho a vivir con dignidad en la vejez hasta el fin de sus días, en igualdad de condiciones con otros sectores de la población. (Convención Interamericana sobre la protección de los Derechos Humanos de las Personas Mayores, 2016, p.19)

Garantizar los derechos de la población adulta mayor constituye un elemento de suma importancia para el logro de su reconocimiento intentándose a través de ello disminuir el prejuicio y la segregación hacia esta población, fomentándose así una sociedad más integrada.

5.2 Sexualidad

Es importante partir definiendo en este apartado el concepto de sexualidad, teniendo presente que tal como plantea Ortega (2009) se produce la inexistencia de una única terminología que defina a la misma.

A pesar de ello se entiende por dicho término que la misma comprende todos los factores: psicológico, lo biológico y lo sociocultural, por lo que en la medida que el hombre aprende y se desarrolla como ser sexuado, es que establece también sus vínculos y afrontamientos con sus entornos, en los cuales puede desarrollarse concepciones, estilos y modos de vida adecuados o no (...) (Ortega, 2009, p.32)

Para la OMS (2006) la sexualidad es definida como un aspecto central del ser humano, la cual se encuentra presente a lo largo de toda la vida. Esta abarca el sexo, las identidades, los papeles de género, el erotismo, el placer, la intimidad, la reproducción y la orientación sexual. La sexualidad puede comprender una amplitud de dimensiones, no siendo necesario que todas se expresen al mismo tiempo, ya que en la sexualidad actúan factores biológicos, psicológicos, sociales, económicos, políticos, culturales, éticos, legales, históricos, religiosos y espirituales.

Por otra parte, diferentes investigadores asocian a la sexualidad con la salud física y mental siendo relevante esto para el bienestar del individuo no estando solamente relacionada a la genitalidad sino también a la búsqueda de placer y afecto.

El ser humano, a diferencia del animal, no está regido por su instinto sexual (...) sino que se nutre también de una fuente intelectual, mediante el considerable desarrollo del cerebro que lo caracteriza, y que controla, regula, ordena y genera la mayoría de los fenómenos de su vida sexual (Flores, 1998, p. 8)

5.3 Sexualidad y Envejecimiento

La sexualidad en los adultos mayores fue una temática oculta por un largo periodo de tiempo debido a que no se hablaba libremente de la misma ya que se valoraba a la sexualidad solamente por su carácter reproductivo. Es por tal motivo, que la vejez al no estar asociada a una etapa fértil no se la visualizaba como una edad sexualmente activa.

Flores (1998) menciona la idea de que en los adultos mayores existe una falta de deseo y actividad sexual, existiendo una regresión sexual, es decir, produciéndose cambios corporales que afectan por igual tanto a hombres como a mujeres.

Según Echeverry de Ferrufino (1990) la sexualidad está mediada por la época y la cultura en la que los adultos mayores se encuentren insertos dado que las mismas pueden estereotipar las relaciones sexuales, siendo muchas veces la sociedad la que determina y minimiza la sexualidad en la vejez. También la sexualidad está condicionada por otros factores individuales como son los psicológicos sus emociones, pensamientos e ideologías.

La sexualidad en la vejez presenta muchos prejuicios, a pesar de ello Flores (1998) considera la posibilidad de disfrutar la misma con otra persona sin la necesidad de seguir un modelo social determinado. No basta solo que los adultos mayores disfruten en el plano corporal sino también a nivel emocional.

Master y Johnson (2017) plantean que la sexualidad en la vejez lo mismo que en otras etapas del ciclo vital, son fundamentales para la calidad de vida, el desarrollo y la salud de la persona. Además, hay que tener presente que en los adultos mayores la actividad sexual es también entendida necesariamente en un sentido mucho más amplio,

donde el placer corporal es global, resaltándose la interacción y la comunicación, así como también la seguridad emocional.

“(…) se trata de intervenir en la vejez desde un modelo biográfico que respete la historia, los valores y las decisiones de las personas mayores, ofreciéndoles posibilidades y no proponiéndoles exigencias” (López y Olazabal, 1998, p.25)

La sexualidad necesita tener una mirada más allá de la anatomía, las hormonas, las relaciones coitales y el orgasmo; más bien debe ser considerada como una función que contribuye al desarrollo integral de la persona. (Ocampo y Rivera, 2006, p.912)

La sexualidad en esta etapa de la vida puede ser ejercida dentro de una pareja como permitir que se busquen otras formas de satisfacción sexual distintas a la penetración, tales como el auto placer, relaciones heterosexuales u homosexuales.

La sexualidad en las personas ancianas además de brindar placer, mejora su autoestima, por lo cual continúa siendo una de las actividades importantes a través de sus vidas. (Ocampo y Rivera, 2006, p.914)

Según los autores anteriormente nombrados los adultos mayores son también personas sexuadas pero a veces su actividad sexual puede ser limitada por presentarse patologías físicas como mentales, lo cual no quita que los mismos continúen teniendo deseos y necesidades de carácter sexual.

La actividad sexual es una posibilidad durante toda la vida del individuo, que se aprende, perfecciona y vivencia de acuerdo con el contexto sociedad y la época en la que le corresponde vivir.

6- Análisis: “La sexualidad en los adultos mayores del grupo Generación 99”

En este apartado, se realizará el análisis de las entrevistas una vez finalizado el trabajo de campo. También, se describirán las principales características del grupo de adultos mayores “Generación 99”, población objetivo de esta monografía.

El grupo “Generación 99” se reúne desde el año 2001 en el Club de Residentes de Lavalleja, sitio donde actualmente realizan las diferentes actividades recreativas los días lunes en el horario de 15:30 a 17:30hs.

Está integrado por aproximadamente veinticinco participantes aunque muy pocas veces se encuentran todos presentes, exceptuando reuniones, almuerzos o actividades con planificación previa o en algún evento en particular. Ello sucede debido a que en algunas oportunidades los integrantes del grupo tienen otras responsabilidades y actividades como son por ejemplo el cuidado de sus nietos. También el clima influye en su concurrencia ya que si hace frío o llueve faltan a los encuentros disminuyendo así la participación del grupo en esos días.

El alquiler del salón donde se reúnen dentro del Club Residentes de Lavalleja es solventado a través de una cuota social que cada integrante abona mensualmente. También corre por su cuenta el pago de las diferentes actividades realizadas fuera de este espacio.

Existe una gran diferencia en cuanto a la cantidad de mujeres y hombres que lo integran, predominando mayormente las primeras. Los adultos mayores que lo conforman están comprendidos entre los sesenta y los noventa y ocho años de edad.

“Generación 99” tiene como gran objetivo reunirse para la realización de diferentes actividades, sean recreativas, físicas o didácticas. También lo hacen para hacerse compañía y entretenerse, ya que la mayoría de los adultos mayores que lo integran viven solos buscando por tal motivo un espacio donde divertirse, acompañarse y pasar un rato de esparcimiento y distracción. En relación a ello, una entrevistada sostiene que concurre al mismo para hacerse

“(…) Compañía, entretenimiento, pasar un rato agradable, entonces buscamos eso divertirnos, a veces estando en casa pasamos ratos solos sin reírnos nunca. Y bueno los objetivos son un poco eso acompañarnos mutuamente, sentirnos bien.” (Entrevistada P2, Ver Anexo)

La mayoría de los integrantes son viudos desde hace muchos años, por tanto en el grupo encuentran apoyo y contención que no tienen en una pareja o en muchas veces su propia familia. Sánchez (2005) manifiesta vinculado a esto que

Los efectos de la viudez pueden atenuarse. Los elementos que favorecen a las personas son las siguientes: una red de apoyo social adecuada que implica cercanía a los hijos y tener amistades, maneras individuales apropiadas para lidiar con la tensión, competencias que la persona viuda trae a la situación (...) (p.154-155)

Los entrevistados hacen mención a que sus familias generalmente tienen otras prioridades y responsabilidades lo cual hace más difícil que les puedan brindar toda la atención y tiempo que desean.

Vinculado a lo anterior expresan que ocasionalmente se sienten un estorbo por sus diferentes limitaciones físicas, buscando por tanto otras redes de contención y socialización como es el grupo aquí abordado, así como también la realización de diferentes actividades como son yoga, deportes, teatro, lecturas y apoyo psicológico y social.

En cuanto a esto último, el grupo paga a diferentes profesionales, como son psicólogos y trabajadores sociales, un bono mensual para poder contar con sus servicios. En cuanto al área psicológica, se realizan talleres cognitivos para el ejercicio de la memoria así como también se abordan situaciones de soledad, depresión, entre otras. En relación al área social se realizan talleres en donde se trabaja en los valores del grupo como es el compañerismo, así como también temáticas referidas a los cambios en la vejez o enfermedades, como el Alzheimer.

Los entrevistados recalcan la importancia y la presencia del grupo cuando se tiene problemas de salud y no pueden concurrir al mismo, ya que frente a estas situaciones los integrantes se comunican entre sí, se visitan como forma de apoyo y motivación para que continúen y mejoren.

6.1 La Sexualidad en los adultos mayores: Sus percepciones y vivencias

La sexualidad para los adultos mayores integrantes del grupo “Generación 99” es muy importante independientemente de la etapa de la vida que se esté transitando. Los entrevistados consideran especialmente que en la vejez la misma se vincula más con lo afectivo, con el compañerismo, desde lo emocional sin darle tanta importancia a la parte genital. Es por ello, que manifiestan vivir la sexualidad más allá de lo genital, de la penetración, valorando a la sexualidad como una parte fundamental de la vida de la persona sea de manera individual o en pareja. Un elemento primordial para ellos es el amor, y por tal motivo no conciben a la sexualidad sin la existencia de tal sentimiento.

La sexualidad (...) es una parte de la necesidad de establecer relaciones que tenemos todos los seres humanos. También es un componente de la necesidad de amor y afecto. Unos la viven de un modo y otros de otro. (...) Cada cual tiene su propia manera de llevarla a cabo. La variabilidad personal es extraordinaria. (García, 2005, p.10)

Los entrevistados plantean que sin amor no hay sexualidad posible, por tanto no la perciben como algo banal como tal vez puede suceder según ellos en otras etapas de la vida. Señalan, que hoy en día los medios de comunicación como la televisión muestran “lo sexual” como una situación más “fría” no teniendo contenido afectivo, ligándose la misma a la penetración y a la satisfacción sexual.

Expresan que lo vivencian,

“(...) con el compañerismo como sucede en las parejas mayores, hay más compañerismo, afecto que sexo.” (Entrevistado P6, Ver Anexo)

Yo creo que el amor es más importante que la sexualidad para mantenerse así tanto tiempo junto a otra persona en edades mayores. Con una relación donde a pesar que no hay sexo pero igual existe el amor, el contacto físico y emocional, y

se disfruta igual, pero repito tiene que estar el amor y el cariño de por medio.
(Entrevistada P2, Ver Anexo)

“(…) pienso que hay que tomar a la sexualidad con seriedad, no como algo ligero o de paso, que se base solo en algo banal como muestran en la televisión, en las novelas.” (Entrevistada P10, ver anexo)

Para los adultos mayores de este grupo la sexualidad es un aspecto central en la persona generando cierto bienestar y necesidad pero no puntualmente desde lo coital sino más que nada una necesidad sentimental. Los entrevistados visualizan que el vacío sexual a nivel genital es llenado en esta etapa por el compañerismo.

La mayoría de los participantes se encuentran en situación de soledad deseando por tal motivo amor, una compañía diaria, y un apoyo no estando ligado ello a la sexualidad. Así lo menciona una de las entrevistadas,

“A veces uno busca estar acompañado, un apoyo, alguien que te llame todos los días, que se preocupe por ti, con un compañero o compañera es diferente.”
(Entrevistada P7, Ver Anexo)

Por tanto cabría señalar que, probablemente, la soledad emocional y afectiva sea un serio problema de salud que es preciso considerar porque, entre otras cosas, es uno de los que mayor valoración conceden los propios mayores, de ahí la necesidad de fomentar y cultivar los vínculos afectivos y el apego. (López y Olazábal, 1998, p7).

6.2 Cambios en la sexualidad producto del envejecimiento

Los adultos mayores entrevistados señalan la existencia de diversos cambios a nivel sexual en esta etapa de la vida, impactando ellos en su sexualidad. Plantean que esta no es vivida de la misma forma que cuando eran más jóvenes, existiendo diferencias tanto a nivel hormonal como corporal.

Según Murillo y Rapso (2007) con el proceso de envejecimiento los adultos mayores experimentan una serie de cambios en todos los niveles (biológico, social y psicológico) influyendo ello positiva o negativamente en la sexualidad.

La sexualidad cambia a lo largo del ciclo vital (...) es un proceso que se construye desde niños, basado en los conocimientos, valores, las creencias y las costumbres de las personas que nos rodean y que determinan nuestra formación como individuos. Por tanto es muy importante en el desarrollo de toda persona, a lo largo de su vida. (Murillo y Rapso, 2007, p.37)

Ello se puede visualizar en las siguientes palabras de una adulta mayor, “(...) A los veinte, treinta es una cosa más hormonal, más florecida y después cambia, sigue siendo una etapa muy linda porque la pareja se conoce más, está destinada a otro tipo de relacionamiento (...)” (Entrevistada P10, Ver Anexo)

La mayoría de los adultos mayores recuerdan sus experiencias sexuales de su juventud como una etapa placentera, llena de alegría y de emociones sin la presencia de miedos en ese ámbito. No se pensaba en aquel entonces que podían existir en el futuro cambios en el organismo que dificultasen su disfrute, condicionando ello su vivencia sexual. “(...) cuando éramos jóvenes era todos los días que teníamos relaciones sexuales, después una vez por semana y a medida que íbamos creciendo era una vez por mes y así sucesivamente pero siempre estaba esa conexión que era el amor.” (Entrevistada P3, Ver Anexo)

El proceso de envejecimiento provoca en la vida de pareja una serie de cambios en el afecto, la comunicación y en la intimidad. Tanto para el hombre como para la mujer, al inicio de la vida en pareja se producen relaciones sexuales muy intensas y frecuentes, generalmente placenteras para ambos; unidas a ellas se presentan gran cantidad de muestras de afecto, abrazos, caricias, besos (...) (Murillo y Rapso, 2007, p.73)

Con el envejecimiento el individuo atraviesa una serie de cambios físicos siendo algunos de ellos más notorios, como son las arrugas, el cabello blanco, la lentitud al caminar, entre otros. A nivel hormonal, se perciben cambios, la mujer ya no se encuentra en una edad fértil y el hombre disminuye la cantidad de testosterona. Estas

transformaciones ocurren según el organismo de cada persona, su carácter y cómo sobrelleve su proceso. En relación a ello expresaban,

Y un poco influyen, como todo, el tiempo pasa en todo, y en eso también pasa, orgánicamente uno tiene cambios como en todo, el cambio físico, hormonal existe, pero como te decía quizás la vivimos y miramos de otra manera de cuando eramos jóvenes, y sin embargo se disfruta y mucho. (Entrevistada P3, Ver Anexo)

Según Carmen Sánchez (2005) los cambios provocados por el envejecimiento ocurren de forma gradual no siendo iguales en todas las personas. A nivel biológico se producen transformaciones a nivel estructural y funcional en el organismo con el pasar del tiempo. “(...) el proceso de envejecimiento comienza en el punto máximo de la madurez y ocasiona que las capacidades funcionales comiencen a disminuir” (Sánchez, 2005, p.35)

Por otra parte, la aparición de enfermedades o problemas físicos en la vejez influyen en cómo se vive la sexualidad, así lo expresaba una adulta mayor, la cual narra una experiencia vivida con su esposo.

(...) mi esposo falleció hace seis años, y cinco años estuvo con un cáncer de próstata, que no era operable, y le empezaron a dar unas inyecciones donde gracias a esas inyecciones vivió esos cinco años, pero el médico le dijo que si le daban esas inyecciones el no iba a poder ser más sexualmente activo, o sea tener más sexo. Pero para nosotros no era necesario como se dice la penetración, porque teníamos caricias, mimos, teníamos besos entonces para mí eso era algo maravilloso. Teníamos 47 años de casados y eso nos llenaba el alma, vivía así de esa manera la sexualidad (...) (Entrevistada P3, Ver Anexo)

Los entrevistados vinculan a la sexualidad con sentimientos, costumbres y valores. Es en esta etapa que la afectividad tiene mayor relevancia entre las personas adultas mayores estando presente la relación sexual pero representada de otras formas.

Los cambios biológicos y psicológicos que concurren a medida que se avanza en edad, se relacionan con el ambiente social del individuo y afectan el comportamiento. Este comportamiento es congruente con las actitudes,

expectativas, motivación, imagen propia, funciones sociales, personalidad y ajustes psicológicos de la vejez. (Sánchez, 2005, p.36)

También ocurren en la vejez cambios sociales los cuales pueden influir en la sexualidad de los adultos mayores. Un ejemplo de ello, es lo que se conoce como el nido vacío produciéndose a partir de esto según los entrevistados un cambio en la pareja, readaptándose a una nueva rutina, a una nueva vida.

Con mi esposo vamos a cumplir sesenta años de casados (se sonroja) y estamos en la etapa hace rato del nido vacío, y bueno sino hubiéramos tenido una buena relación se nota, pero si tienes una buena relación es una etapa que se transita con mucha unión de la pareja. Se fueron nuestros hijos, que es una etapa de la vida lógica, entonces ahí comienza otra etapa en la vida de la pareja distinta con más amor. (Entrevistada P7, Ver Anexo)

El nido vacío según Sánchez (2005) es un período crítico para la pareja existiendo cambios a nivel emocional, social así como también a nivel sexual. Es una transición en donde la relación padres e hijos seguirá existiendo pero no va a tener las mismas condiciones, y donde muchas veces los hijos se van a convertir en recursos, para los padres y viceversa.

Todo ella genera cambios en la pareja lo cual según Murillo y Rapso (2007), obligan a replantearse su sexualidad donde ambos deben asumir otro rol para así poder disfrutar de la misma.

(...) deben cultivar un don especial para llevar su sexualidad a niveles de desarrollo superiores, pues su experiencia de vida es mayor, tienen una apreciación diferente de la vivencia y del valor de lo inmediato. (...) Tienen más tiempo disponible para desarrollar sus relaciones con los demás y con su pareja (...) (Murillo y Rapso, 2007, p.43)

Como plantean los autores anteriormente mencionados el fortalecimiento de las relaciones entre los adultos mayores favorece la vivencia de la sexualidad ya que da la posibilidad de que puedan expresar sus sentimientos con respecto a la misma.

6.3 Prejuicios en la etapa de la vejez

Los adultos mayores del grupo “Generación 99” también expresaron sus percepciones en cuanto a los prejuicios, los cambios y las continuidades existentes en relación a la sexualidad.

Plantean que en la actualidad existe una mentalidad más abierta con respecto a la misma pero no sólo en la etapa de la vejez sino también en todas las etapas de la vida. Mencionan por ejemplo, la aceptación de las parejas de adultos mayores heterosexuales como también homosexuales, la aceptación de las diferentes decisiones sexuales tanto de hombres como mujeres y los distintos movimientos sociales que vienen luchando en el último tiempo para intentar eliminar los prejuicios existentes en relación al tema.

Plantean en sus discursos que a pesar de estos grandes cambios que se han dado siguen existiendo personas que observan como una situación vergonzosa un abrazo, un beso o cualquier demostración de afecto entre dos personas adultas mayores, no aceptando a esa edad esta forma de relacionamiento. Expresan que muchas personas los consideran como carentes de sentimientos o intereses por el sólo hecho de ser “viejos”.

Es según la mentalidad de la persona porque no todas las personas aceptan como algo común la sexualidad en los adultos mayores, porque a veces hay personas que ven adultos mayores que se dan un beso o un abrazo y lo ven como raro, para mí es lo más normal. (Entrevistada P3, Ver Anexo)

Según Echeverry de Ferrufino (1990) frecuentemente existe una idea social errada sobre los adultos mayores considerándolos sólo con el derecho a acceder a cierta protección y comfort, pero sin poder desarrollar factores esenciales como son la sexualidad, su participación social, el valor de su experiencia y la potencialidad de sus capacidades.

Los adultos mayores son considerados por la sociedad en ocasiones como incapaces tanto en el ámbito social, como también en el ámbito productivo, afectivo y en las relaciones familiares. Se cree que están limitados por su edad manifestándose aún más en lo relacionado al área sexual, debido a la ignorancia

y a los prejuicios de otras generaciones y hasta a veces de los propios adultos mayores.

Todos los prejuicios sociales castigan al anciano, privándolo de su derecho a mantener su actividad sexual satisfactoria. (...) hacen que parezca hasta "improcedente" plantear siquiera la posibilidad que los Adultos Mayores (AM) vivan su propia vida sexual. La gran mayoría de la sociedad e incluso gran parte de los profesionales sanitarios parecen pensar que el anciano es un "ser asexual". (Herrera, 2003, p.)

El grupo entrevistado también hizo mención al cambio ocurrido en cuanto al rol de las familias y de la sociedad, ya que antes era percibida la sexualidad y todo lo relacionado a los cambios corporales y hormonales como un pecado o un tabú del cual no se podía prácticamente hablar en familia.

Es un tema que lo tenemos que tomar con total normalidad. Capaz cuando eramos más jóvenes nuestros padres nos decían que era un pecado, mi madre a mi nunca me explicó nada sobre la sexualidad, yo fui aprendiendo con mi esposo y me fui haciendo de a poco, pero en esa época hablarlo era de mala educación. (Entrevistada P3, Ver Anexo)

“¡Antes sí que era un tabú! por favor, antes si lo era! Era como algo prohibido y mal visto hablar de sexualidad.” (Entrevistada P7, ver anexo)

En el discurso de los adultos mayores se puede visualizar que la sexualidad era percibida como algo malo predominando en ella el machismo. Se hacía mención que antes no se hablaba del tema pero que a los varones sí se les enseñaba, hasta se los alentaba para que practicasen su sexualidad. En cambio, en lo que refiere a la mujer la situación era diferente se le ocultaba hasta lo que sucedía con su propio cuerpo, como por ejemplo con lo que era la llegada de la menstruación, estando vinculado a ella una cantidad de mitos e historias generando miedo y respeto por no preguntar.

(...) Por ejemplo, mis padres ya eran mayores cuando me tuvieron a mí entonces no se podía preguntar, no se podía hablar nada de eso ni siquiera de la menstruación, que para cuando yo era joven y la tuve por primera vez me dio miedo porque no entendía que me pasaba. (Entrevistada P12, Ver Anexo)

Yo cuando me desarrollé tampoco tenía idea entonces lloraba porque pensaba que me tenían que operar (risas) y ahí me explicó mi prima para que me quedara tranquila. La verdad que era una época bastante fea en ese sentido con algo tan normal (Entrevistada P2, Ver Anexo)

Al igual que mencionan Murillo y Rapso (2007) los adultos mayores del grupo “Generación 99” nacieron en una época histórica donde la religión y el conservadurismo jugaban un papel muy importante en determinar los comportamientos y conductas, en conocer lo que era bueno o malo, por lo que el placer sexual, la infidelidad, o todo lo relacionado a la sexualidad eran consideradas prácticas pecaminosas.

Una entrevistada afirmaba vinculado a ello,

(...) Lo que suceda entre esos dos adultos mayores, es de esas dos personas, si están de acuerdo en tener sexo es un tema de ellos dos y me parece a mí que ahora es lo más natural. No como se nos inculcaba cuando eramos jóvenes que era un pecado, pero hoy me parece que está cambiando. (Entrevistada P2, Ver Anexo)

Es importante también hacer mención a cómo el grupo visualiza el hecho de tener o no pareja en la etapa de la vejez. Todos coincidían en que es bueno que los adultos mayores tengan una relación, una compañía pero ellos no la tendrían. Así lo expresaban,

(...) respeto quienes eligen estar acompañados a esta edad y conocer nuevas personas, porque cada cual hace su vida. Que se forme una pareja a los ochenta años no está mal, al contrario me parece bárbaro! Pero yo no lo haría. (Entrevistada P2, Ver Anexo)

La causa por la cual muchos no tienen pareja es debido a que algunos de ellos enviudaron muy jóvenes. Otros, referían que el haberse casado jóvenes generaba un conocimiento de la pareja en todos sus aspectos por lo que les sería difícil “sustituir” a esa persona por otra luego de fallecida.

Así lo manifestaba una entrevistada,

(...) pero sabes porqué, porque me ennovié muy jovencita, mi esposo fue mi primer novio, mi primer amor, nos casamos, tuvimos nuestros hijos, vivimos todas las etapas juntos entonces ahora yo no podría que aparezca otra persona que fuera a ser igual que él. (Entrevistada P3, Ver Anexo)

Por otra parte, mencionan tener miedo en conformar una nueva pareja lo cual se podría deber a un tema de aceptación social como también a una aceptación personal por parte de ellos mismos, ya que una nueva relación puede conllevar, una nueva forma de ejercer la sexualidad la cual tendrían que experimentar.

Yo mucho no te puedo decir cómo se siente, porque tengo casi setenta años y desde los cuarenta y cuatro estoy sola, pero claro uno a veces escucha historias de otras personas y creo que la viven de una forma más emocional a la sexualidad. Yo por miedo preferí quedarme sola y así estoy bien. (Entrevistada P7, Ver Anexo)

De todas formas los entrevistados recalcan como un aspecto positivo que otros adultos mayores se encuentren en pareja, que hayan encontrado el amor y que otra persona les pueda generar bienestar sobretodo emocional.

“(...) se busca el estar acompañado... porque si la pareja es muy mayor de pronto no se tiene sexo pero tiene eso la caricia, una mirada, el salir juntos, agarrarse de la mano que también es parte de lo sexual.” (Entrevistada P2, Ver Anexo)

“(...) hay gente que lo hace, pero son diferentes elecciones y porque necesitan también tener a alguien.” (Entrevistado P1, Ver Anexo)

Una vez finalizada las preguntas, una adulta mayor recordó el cuento del psicólogo argentino Gabriel Rolón llamada “La vieja atorranta”. En este se plantea el deseo que tiene una señora que se encuentra en una casa de salud por querer dormir un par de veces a la semana con su esposo quien la va a visitar a diario. Rolón en su texto narra que ella solo quiere abrazarse con su esposo, dormirse en su pecho, acariciarse aunque a los ojos del personal de la casa geriátrica era vista como una “vieja atorranta”. Con este ejemplo el grupo manifiesta los prejuicios existentes con relación a la sexualidad en esta etapa de la vida sobre todo a nivel social.

Según Sánchez (2005) las actitudes y tratos hacia la vejez han variado a lo largo del tiempo en las diferentes culturas. Se han dado dos extremos, donde por un lado se aísla al adulto mayor, se lo descuida no teniéndose en cuenta sus ideas, pero también por otra parte se lo ha tenido como alguien sagrado a quien se debe proteger.

A medida que avanzan las sociedades se van generando ideas erróneas cargadas de prejuicios sobre el adulto mayor lo cual genera que se vuelva una persona marginada, dejando de verla como un individuo con derechos, deberes y elecciones.

Eso visualizaban los integrantes del grupo “Generación 99” en cuanto a la actitud de los funcionarios y también de la familia de los personajes del cuento, los cuales según ellos no consideraban el sentir de la pareja en cuestión.

La noción equivocada que prevalece en la sociedad es que al llegar a la edad de los 65 años, las personas deben sentarse en una mecedora a esperar la muerte. Si bien es cierto que adaptarse a los cambios y pérdidas de la vejez es una tarea difícil para algunas personas, esto no induce al aislamiento ya que se pueden hacer ajustes que permitan aminorar los eventos de esta etapa.” (Sánchez, 2005, p.70)

Socialmente se cree que la persona una vez llegada a la vejez se convierten en un ser asexuado siendo percibidos como seres anormales.

A pesar de que la sexualidad puede ser considerada en los adultos mayores como un tema tabú o mismo desde otras generaciones, para los participantes del grupo resultó interesante hablar de la temática, expresar sus opiniones, sentimientos, posturas logrando reflexionar sobre diferentes aspectos que muchas veces no lo realizan porque no tienen el espacio en su vida diaria para poder hacerlo.

Los adultos mayores plantearon también el rol de la familia de los protagonistas del cuento en cuanto a la institucionalización de los mismos al no poder/ querer hacerse cargo o cumplir con los cuidados que estos precisan una vez llegada a cierta edad.

Frecuentemente, la institucionalización genera en el individuo un aislamiento de sus lazos sociales y afectivos, como sucedía en el caso de los adultos mayores del cuento que al ser separados también se veía afectada su sexualidad.

“Con la institucionalización la persona cesa de tener un estilo de vida independiente y en muchas ocasiones esta decisión es involuntaria. Este tipo de arreglo se hace necesario muchas veces por razones de salud o falta de recursos de apoyo.” (Sánchez, 2005, p.157)

La familia o persona que ingresa al adulto mayor a una institución geriátrica en ocasiones no tiene en cuenta las consecuencias que puede traer consigo, no solo físicas sino también psicológicas y social afectando su sexualidad.

6.4 Educación sexual y políticas sociales enfocadas en la sexualidad del adulto mayor

Los adultos mayores expresaron las carencias existentes de políticas y programas sociales por parte del gobierno focalizadas específicamente en los derechos sexuales del adulto mayor.

“No no hay nada (risas) que se van a preocupar por nosotros...” (Entrevistado P4, Ver Anexo)

A partir de una búsqueda de documentos, programas, leyes, planes y servicios destinados al derecho sexual del adulto mayor, se encontró la Ley 18246 “Defensa del derecho a la salud sexual y reproductiva” pero la misma no se haya focalizada en esta franja etaria. Esta plantea que,

El Estado garantizará condiciones para el ejercicio pleno de los derechos sexuales y reproductivos de toda la población. A tal efecto, promoverá políticas nacionales de salud sexual y reproductiva, diseñará programas y organizará los servicios para desarrollarlos, de conformidad con los principios y normas que se establecen en los artículos (...) (Ley 18246, art.1, Poder Legislativo, 2008)

Para los entrevistados el tener un programa o política que respalde la educación sexual y los derechos del adulto mayor es de suma importancia ya que consideran que sería relevante para poder prevenir enfermedades. Recalcan que carecen de conocimientos en relación a esta temática ya que antes no se hablaba de la sexualidad por tanto sería interesante conocer y aprender acerca de la misma en esta etapa de la vida.

Plantean que generalmente aprenden de vivencias o de la información que pueden obtener de la televisión, comentarios de amigos/as, revistas, entre otros. Además, al no tener un conocimiento profundo no saben qué cuidados o características tiene su sexualidad en esta edad. En relación a ello expresaban,

Y sí, porque de esa forma uno también se cuidaría desde otro punto de vista, tendría más noción de la sexualidad a nuestra edad, creo que muchos aprendemos por lo que vivimos a diario o podemos sentir capaz en el informativo o esos programas de la mañana que hablan de todo un poco.(Entrevistada P3, Ver Anexo)

A nivel estatal en el año 2016 el Ministerio de Desarrollo Social realizó un seminario sobre Género y Diversidad Sexual en la vejez con el objetivo de profundizar y ampliar las políticas focalizadas en la perspectiva de género y en la diversidad sexual en esta etapa de la vida.

Por otra parte, en el Segundo Plan Nacional de Envejecimiento y Vejez 2016-2019 y en la Convención Interamericana sobre la Protección de los Derechos de las Personas Mayores se propusieron acciones en cuanto al derecho a la salud y la no discriminación por la edad, la realización de talleres sobre sexualidad así como la promoción de políticas respecto a esta temática en la vejez.

Por otra parte, el Plan Nacional de Diversidad Sexual del año 2018 tiene una sección focalizada en los Adultos Mayores y Adultos Mayores LGBTIQ, en donde se plantea que,

(...) existe el prejuicio muy extendido de que las personas mayores no son activas sexualmente, no sólo entre la población en general sino entre los especialistas

médicos. Se produce una doble invisibilización en la cual las personas mayores LGBTIQ son doblemente ignoradas, porque desde el mundo gerontológico no se concibe habitualmente la dimensión sexual de la vida de las personas mayores, y aún menos que éstas puedan ejercer prácticas u orientaciones sexuales no hegemónicas, pero también porque desde los movimientos LGBTIQ la vejez no suele contemplarse. (Plan Nacional de Diversidad Sexual, 2018, p. 26)

Todo ello impacta en los adultos mayores obstaculizando el desarrollo pleno de su sexualidad, por lo que este Plan intenta promover el fortalecimiento de políticas que fomenten la diversidad sexual y la formación de equipos para la creación e implementación de las mismas.

Recientemente se realizó el 28 de Agosto del presente año un taller sobre sensibilización de la sexualidad en los adultos mayores promovido por INMAYORES y la Fundación Astur. Se considera importante la educación sexual en los adultos mayores para que estos la puedan vivir de forma sana y plena, fomentando la generación de conductas de prevención y cuidado de su salud sexual y emocional.

Es mediante el abordaje de la sexualidad que las personas adultas mayores logran reconocer en las relaciones parentales, de amistad y de pareja, un sentido más amplio y un valor agregado a la capacidad que tienen los seres humanos de transmitir sus sentimientos (...) (Murillo y Rapso, 2007, p.137)

Se destacó en el discurso de los adultos mayores que los mismos no contaron con una educación sexual por parte de sus padres, construyendo su sexualidad a partir de discursos, tabúes y mitos los cuales a medida que fueron creciendo e independizándose lograron en cierta forma mitigarlos dándoles en algunas oportunidades otros sentidos. De todas maneras ciertos preconceptos y nociones siguen instalados en sus pensamientos.

(...) se debe tomar en cuenta que esta trasciende lo formal y que todos somos educados sexualmente a nivel familiar y social, aun cuando sea en términos de actitudes represivas o de silencios. La transmisión de actitudes y valores condiciona más que ninguna otra cosa las emociones y los comportamientos sexuales. (Spinelli y Calero, 1996, p.22)

La educación sexual puede ser transmitida tanto por la familia como por el entorno, condicionando ello la manera en que la persona desarrolle su sexualidad. El cómo, cuándo y el que se enseñe como lo no enseñado es lo que va a impactar en la forma de vivir la misma.

Se evidencia una actitud mayor de ocultamiento de la educación sexual a medida que aumenta la edad, ya que a mayor edad mayor es la percepción de que no se recibió educación en absoluto, principalmente en el caso de las mujeres. (Spinelli y Calero, 1996, p.25)

Para los adultos mayores participantes del grupo de discusión la educación sexual debería ser impartida en primer lugar dentro del ámbito familiar y luego por los centros educativos.

Sostienen que al no tener una educación sexual amplia y al haber estado tan limitados, en este tema, plantean que esta es fundamental para conocer sobre los cuidados, los anticonceptivos, la prevención de enfermedades de transmisión sexual y de embarazos accidentales en los adolescentes.

“Y también informar el cómo y cuándo, cuidándose, y para mí no con cualquiera sino con la persona que le muestre un amor, no con el primero que se le presente.” (Entrevistada P2, Ver Anexo)

7 -Reflexiones finales:

En este apartado, se expondrán las principales reflexiones finales a las cuales se ha arribado una vez culminada la presente Monografía Final de Grado. En la misma se intentó analizar la concepción y valoración que tienen los adultos mayores del grupo “Generación 99” sobre su sexualidad y los diversos aspectos que se relacionan con la misma.

En relación al grupo abordado es menester plantear que el mismo está integrado por adultos mayores comprendidos en un rango etario de entre sesenta y cinco y noventa y ocho años de edad, estando compuesto mayoritariamente por mujeres. Este grupo fue elegido dado que se caracteriza por ser auto gestionado estando consolidado desde hace dieciocho años.

Por otra parte, la estudiante en el año 2018 tuvo una experiencia pre profesional con este grupo realizándose diferentes actividades cognitivas, lúdicas y didácticas; generando ello que en el presente año la misma pueda concurrir a realizar el trabajo de campo de este estudio.

Vinculado a ello, surgieron algunos aspectos que son importantes destacar. En primer lugar, mencionar que la sexualidad se entiende como una construcción la cual está transversalizada por los procesos culturales, sociales, políticos e individuales del propio ser humano, variando la misma según los valores de cada persona.

La sexualidad es percibida en esta etapa como una parte más de la vida pero más que nada es asociada desde lo sentimental valorándose más el afecto, el compañerismo sobre tener relaciones sexuales coitales; para ellos sentirse y estar acompañados es una forma de expresar el amor y su sexualidad generándose ello un bienestar en todos los aspectos de su vida tantos físicos, como sociales y psicológicos.

Teniendo en cuenta que el objetivo general de ésta investigación estuvo centrado en conocer la concepción y valoración de los adultos mayores que forman parte del grupo “Generación 99” acerca de su sexualidad y cómo los mismos la vivencian en esta etapa de la vida, en el discurso se visualiza que la mayoría de ellos la percibían y vivían de diferentes maneras valorando siempre el lado afectivo como parte de su sexualidad y

sustituto en aquellas situaciones donde no podían o querían desarrollar de manera corporal las relaciones sexuales.

Esto último demuestra que hay una errada convicción en cuanto a que la persona una vez llegada a la vejez son incapaces de sentir amor.

Por otro lado, se encontraban aquellos adultos mayores que actualmente están en pareja pero también quienes enviudaron hace muchos años, y no volvieron a recomponer su vida amorosa ni sexual, aunque de todas formas aceptan el hecho de que otros adultos mayores conformen nuevas parejas.

En función a los aspectos que pueden influir en su sexualidad, los adultos mayores manifestaron, las diferencias existentes en cuanto a la educación sexual. En el caso de las mujeres la mayoría de ellas no tuvieron educación en relación a este tema y no siendo así en el caso de los hombres quienes eran estimulados en ese aspecto. Los prejuicios propios y de la sociedad influyen en los adultos mayores como también los cambios producidos por el envejecimiento, ya sean estos físicos por medio de enfermedades u de otra índole.

La diferencia en cuanto al desarrollo de la actividad sexual entre hombres y mujeres es y fue un elemento que ha transcurrido en cada época histórica. Siendo mencionado también por los entrevistados Barrán (1989) plantea que a partir de la modernidad con la civilización era mal visto a nivel social que las mujeres tuvieran relaciones sexuales antes del matrimonio o una vida sexual activa y libre, a diferencia de los hombres.

Es importante mencionar, que la sexualidad para los adultos mayores entrevistados es un tema que les genera mucho interés del cual les gustaría estar más informados, así como también recalcaron la importancia de poder hablar y expresar sus vivencias y concepciones con respecto a la misma, ya que no tienen frecuentemente la oportunidad de poder plantearse en lo cotidiano ciertos aspectos como se dió en la instancia del grupo de discusión.

La sexualidad en los adultos mayores es una temática poco abordada ello se vio reflejado en la poca información disponible sobre todo en lo que refiere a Uruguay. Es por tal motivo que fue de utilidad el grupo de discusión conformado por adultos

mayores ya que en dicha instancia se recabó una vasta información para tener conocimiento de la temática y para dar cumplimiento a los objetivos planteados en el presente trabajo.

Otra debilidad a considerar fue la poca participación de algunos miembros del grupo (sobre todo varones) ya que ciertas personas no expresaron sus opiniones, tal vez por vergüenza, por no tener interés en la temática o por sentirse cohibidos por la presencia de la estudiante.

Es importante mencionar que los adultos mayores se mostraron con gran disposición y amabilidad para hablar de la temática, eliminando en cierta medida algunos preconceptos existentes, como es el hecho del pudor al hablar sobre su sexualidad. Lejos de ello los adultos mayores se mostraron abiertos a expresarse sobre este tema como algo normal del propio ser humano.

Sumado a esto entienden que el compartir diferentes actividades recreativas promueve el desarrollo de diversos temas siendo uno de ellos la sexualidad. Los encuentros propician espacios no solo de intercambios de ideas, de entretenimiento y compañía sino también de conocimiento.

Un mayor conocimiento sobre la sexualidad de los adultos mayores puede significar mayor información tanto para estas personas como también para otras generaciones, eliminando de este modo ciertos prejuicios que se dan en la vejez, como son, problemas de salud, pasividad, dependencia física y/o mental, así como considerar que la persona una vez que llega a una edad avanzada es un ser asexuado. Es importante promover el disfrute pleno de la sexualidad teniendo mayor información sobre la misma la cual puede impactar en su calidad de vida y bienestar.

Adela Herrera (2003) plantea que estamos en una sociedad donde la población adulta mayor constituye el porcentaje más alto de la población a diferencia de otras edades por lo que la sexualidad y afectividad debería ser un tema central a fortalecer tanto en el aspecto educativo como a nivel de políticas estatales.

En este sentido, Uruguay presenta una sociedad sobre envejecida y feminizada existiendo diferentes políticas sociales en diversas áreas que abarcan al adulto mayor pero no están focalizada en la sexualidad.

A partir de este trabajo puede surgir a futuro el estudio de la sexualidad de manera integral teniendo las visiones diferentes tanto de hombres como de mujeres, de referentes calificados sobre la temática, así como la opinión de los familiares y parejas de los adultos mayores para de esa manera poder visualizar qué conceptos tienen los mismos sobre la sexualidad en la vejez.

8- Bibliografía

- Alfonso, L. (2014) “Sobre el cuerpo envejecido: reflexiones acerca de los mitos y prejuicios visibles en la sociedad actual” Montevideo, Jornadas de Investigación UDELAR FCS.
- Álvarez, M, Antúnez, Y, Castro, M, Collazo, M, Ramón, L. (2014) “Las relaciones sexuales en la vejez desde un enfoque en las enfermedades de transmisión sexual” en Dornell, T, et al (2014) “Debates regionales en torno a la vejez: un acercamiento desde la academia y la práctica pre profesional” Montevideo, DTS, Facultad de Ciencias Sociales.
- Antúnez, Y. (2016) “Las sexualidades en los adultos mayores: una mirada desde los departamentos de Cerro Largo, Maldonado y Montevideo. Aportes para una propuesta de educación sexual.” Montevideo, Tesis de Grado, DTS, Facultad de Ciencias Sociales.
- Barrán, JP. (1989). “Historia de la sensibilidad en el Uruguay.” Montevideo. Ediciones de la Banda Oriental.
- CELADE-CEPAL (2003). “Población y desarrollo” disponible en: <https://www.cepal.org/celade/noticias/paginas/3/13233/DLE1973-Sintesis.pdf>
- Echeverry de Ferrufino, L. (1990) “La sexualidad nunca termina: proceso de envejecimiento normal y patológico y sexualidad en la vejez”, Argentina, Revista de la Facultad de Trabajo Social U.P.B Vol.7, no.7, ene. /dic.
- Esguerra, I. (2007) “Sexualidad después de los 60 años.”, Colombia, Revista Avances de enfermería Vol. 15, no 2.
- Flores, A. (1998) “La sexualidad en el adulto mayor”. Buenos Aires, Editorial Lumen- Humanitas.
- García, JL. (2005) “La sexualidad y la afectividad en la vejez” disponible en: <http://www.imsersomayores.csic.es/documentos/documentos/garcia-sexualidad-01.pdf>.
- Herrera, A. (2003) “Sexualidad en la vejez ¿Mito o realidad?”. Santiago, Revista Chilena de obstetricia y ginecología. V68 n2.
- Iacub, R. (2001) “Proyectar la vida: el desafío de los mayores”. Buenos Aires, Editorial Manantiales.
- López, F y Olazabal, JC. (1998)” Sexualidad en la vejez”. Madrid, Editorial Pirámide.

- Lorda, R. y Sánchez, C. (1993) “Recreación para el trabajo social con tercera edad”. Uruguay, Editorial Nexo Sport.
- Ludi, MC (2005) “Envejecer en un contexto de (des) protección social: Claves problemáticas para pensar la intervención social”. Buenos Aires, Editorial Espacio.
- Master WH, Johnson VE. (2017) “Sexualidad Humana” Madrid, Editorial Grijaldo.
- Murillo, AC. y Rapso, M. (2007) “¿Envejece la sexualidad?” Buenos Aires, Editorial Espacio.
- Nathan, M. (2013) “Envejecimiento poblacional en Uruguay” Montevideo, Editorial Brecha
- Ocampo, JM. y Rivera, A. (2006)- “Sexualidad y Envejecimiento” disponible en: http://acgg.org.co/pdf/pdf_revista_06/20-2-articulo1.pdf
- Ortega, A. (2009) “Estrés, salud y sexualidad”. La Habana, Editorial Capitán San Luis
- Renteria, P y Sardiñas, M. (2009) - “Estados clínicos y autopercepción de la sexualidad en ancianos con enfoque de género” disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-03192009000100003
- Sánchez, C. (1990) “Gerontología Social”. Buenos Aires, Editorial Espacio
- Sánchez, C. (2005) “Trabajo Social y vejez”. Buenos Aires, Editorial Humanitas
- Sande, S. (2016) “La vejez en Uruguay: una perspectiva crítica”. Montevideo, DTS, Facultad de Ciencias Sociales, Revista Fronteras n.9
- Spinelli, I. y Calero, M. (1996) “La sexualidad en el Uruguay de hoy”. Montevideo. Editorial Fin del Siglo
- Stake, R. (2010) “Investigación con estudio de casos”. Madrid, Editorial Morata
- Vallés, M. (2000) “Técnicas Cualitativas de investigación social: reflexión metodológica y práctica profesional”. Madrid, Editorial Síntesis
- Verdejo, C. (2009) “Sexualidad y envejecimiento”. En Martínez “Nuevas Miradas sobre el envejecimiento”. Madrid, Editorial IMSERSO
- Zegers, B., Contardo, M., Ferrada, M., Rencores, M. & Salah, M. (2003). “Descubrir la sexualidad”, Santiago de Chile, Editorial Universidad Católica de Chile.

8.1- Fuentes documentales

- INE (2011) “Censo 2011” <http://www.ine.gub.uy/censos-2011> fasciculo 7 “Envejecimiento y Personas Mayores en el Uruguay.
- MIDES (2016)- “Segundo Plan de Envejecimiento y Vejez 2016-2019” <http://dspace.mides.gub.uy:8080/xmlui/handle/123456789/1014>
- MIDES (2016)- “Convención Interamericana sobre la protección de los derechos humanos de las personas mayores” <https://legislativo.parlamento.gub.uy/temporales/S2016080327-00595114.pdf>
- OMS (2006)- Concepto de sexualidad https://www.amsafelacapital.org.ar/2016/amsafe_va_a_la_escuela/esi/02-definicion_sexualidad.pdf
- Plan Nacional de Diversidad Sexual (2018)- <https://www.gub.uy/ministerio-desarrollo-social/sites/ministerio-desarrollo-social/files/documentos/publicaciones/Plan%20Nacional%20de%20Diversidad%20Sexual.pdf>
- Poder Legislativo- “Ley 17066 relativa a los Alojamientos Privados para Adultos Mayores” <http://www.elderechodigital.com.uy/acceso1/legisla/decretos/d9900320.html>
- Poder Legislativo- “Ley 18246 Defensa a la salud sexual y reproductiva” Art. 1 <https://legislativo.parlamento.gub.uy/temporales/leytemp8691243.htm>