

2018

**Universidad de la República Oriental del  
Uruguay**

**Facultad de Psicología**

*Trabajo final de Grado*

**[SEXUALIDAD Y VEJEZ]  
DERRIBANDO MITOS...**

*Estudiante: Silvia Viviana Medero  
Gallo*

*C.I:3177821-2*

*Docente tutora: Lucía Monteiro*

*Docente revisora :María Carbajal*

*12 de marzo de 2018*

# Índice

Agradecimientos.....	3
Resumen.....	4
Introducción.....	5
Desarrollo.....	6
Conclusiones.....	25
Bibliografía.....	26

## ***Agradecimientos***

*Después de tantas idas y vueltas, de atravesar luchas internas conmigo misma y con la carrera donde amé y odié a la misma. Luego de un profundo trabajo personal de desarmarme para volverme a armar, me encuentro parada en un lugar que creí por mucho tiempo no alcanzar. Es por ello que quiero agradecer a quienes fueron partícipes de lo costoso que se me hizo el tránsito por esta maravillosa carrera.*

*Primero que nada las gracias infinitas a mi hermano Gerardo Medero quién me apoyó y acompañó e mi adolescencia a seguir la secundaria, y no rendirme cuando las circunstancias no eran del todo favorables y me hizo dar cuenta de que no todo estaba perdido, sino que contrariamente con mucho esfuerzo tenía todo para ganar.*

*A mi cuñado, amigo y en breve colega Paolo Terzano por estar, siempre estar...*

*A mi tutora Lucía Monteiro por su calidez humana y sus palabras de apoyo y empuje para que este T.F.G pudiera salir. Y por último, mi mayor agradecimiento a Caetano, mi hijo que con su sonrisa dibujada y su valentía frente a la vida me demuestra y enseña día tras día que ¡Vale la pena estar vivos! Sean cual sean las circunstancias.*

*Gracias a la vida...*

*¡Gracias!*

## ***Resumen***

El siguiente trabajo lo que se propone repensar e interpelar son los prejuicios que están instalados como verdades absolutas y por lo tanto totalmente naturalizados en relación a: Vejez y sexualidad. En los cuales se deserotiza drásticamente al viejo relacionándolo a una imagen de ternura casi pueril, o se le adjudica un papel de “viejo verde y hasta degenerado o perverso”.

También hacer un recorrido sobre las lógicas del hipercuidado con los viejos, ya sea desde lo médico como desde lo psicológico, donde se deja de lado a la sexualidad siendo un derecho de las personas adultas mayores. Cómo si por el hecho de tener determinada edad ya no correspondiera disfrutar de la sexualidad en un sentido amplio del término, no específicamente genital. Sino haciendo más hincapié en la erótica como la trae Ricardo Iacub. Desde una perspectiva más libre, donde el deseo está más relacionado a una multiplicidad de goces.

## ***Introducción***

Según la O.M.S, la población mundial va envejeciendo a pasos bastante acelerados. Tanto es así que entre 2000 y 2050 los habitantes del planeta mayores de 60 años se van a duplicar, pasando de un 11% a un 22%, o sea que este grupo de edad pasará de 605 millones a 2000 millones en el transcurso de medio siglo. En 2025 ya no habrá pirámide etaria sino un rectángulo. Tuvieron que pasar más de cien años para que en Francia el grupo de habitantes de 65 años o más se duplicara de un 7% a un 14 %. Mientras que en países como el Brasil y China esa duplicación ocurrirá en menos de 25 años. Es así que entre 2000 y 2050 la cantidad de personas de 80 años o más aumentará casi 4 veces hasta alcanzar los 395 millones. Este acontecimiento nunca antes había pasado, que la mayoría de las personas de edad madura e incluso mayores tengan a sus padres vivos, como está ocurriendo hoy día. Esto significa que una cantidad mayor de los niños conozcan a sus abuelos o inclusive a sus bisabuelos, particularmente bisabuelas, ya que las mujeres viven por término medio entre 6 y 8 años más que los hombres. Los cambios en la mortalidad de la población se reflejan en una mayor sobrevivencia, que aumentará considerablemente en la primera mitad de este siglo, al pasar de alrededor de 65 años en 2000-2005 a 74 años en 2045-2050. Durante la mayor parte de la historia de la humanidad la población creció muy lentamente. Se estima que la población mundial alcanzó los primeros mil millones alrededor del año 1810. En 1930 sobrepasó los dos millones y en 1960 la población de la tierra superó tres mil millones. En quince años se agregaron mil millones, en 1987 se llegó a cinco mil millones y en el año 2000, los seis mil millones. Debido a la reducción del ritmo de crecimiento demográfico mundial, se estima que la población alcanzará su máximo tamaño algunos años después de 2050, con una población aproximada de nueve mil millones.

## ***Desarrollo***

### ***Teorías del envejecimiento***

No es fácil encontrar una teoría o enfoque integral que permita comprender completamente la vejez y el envejecimiento. Una primera aproximación al proceso de envejecimiento permite distinguir dos dimensiones: el envejecimiento que experimenta la población y el que viven las personas.

En primer lugar el trabajo se plantea presentar: *¿Qué es el envejecimiento de la población?*

Es el aumento de la proporción de personas de edad avanzada (60 años y más) en relación a la población total (Chesnais, 1990). Este proceso surge de la acción combinada de dos transiciones con una fuerte relación entre sí: la demográfica y la epidemiológica. La demográfica se refiere a las transformaciones en la estructura de la población, principalmente a causa de la disminución de la fecundidad y la natalidad. Y la transición epidemiológica, donde se produce un cambio hacia una menor incidencia, prevalencia y letalidad de las enfermedades infecciosas y agudas, junto con el incremento de la incidencia, prevalencia y letalidad de las enfermedades crónicas degenerativas e incapacitantes (Ham Chande, 1996). El envejecimiento, como proceso que experimentan las personas, se puede tratar desde diferentes enfoques y estos a su vez se sustentan en distintas teorías.

### ***Enfoque biológico***

*Este enfoque plantea dos teorías, la del envejecimiento programado y la del desgaste natural.*

*¿Qué implicaría el envejecimiento programado?* Que los cuerpos envejecen de acuerdo a un patrón de desarrollo normal establecido en cada organismo, y que este programa predefinido para cada especie, está sujeto solo a modificaciones menores. Mientras que la teoría del desgaste natural del envejecimiento sostiene que los cuerpos envejecen debido al uso continuo, donde se compara el cuerpo con una máquina cuyas partes finalmente se gastarían debido al uso prolongado. Similar a este planteo es lo que dicen Birren y Cunningham (1985) en relación al envejecimiento primario, envejecimiento secundario, y envejecimiento terciario. Donde en el envejecimiento primario se daría un

proceso gradual de deterioro corporal que comienza en una temprana edad y que continúa a través de los años. En el envejecimiento secundario lo que sucedería es como consecuencia de los malos hábitos, las enfermedades y otros factores que pueden estar bajo el control de las personas, y en el envejecimiento terciario se producirían las pérdidas rápidas que aparecerían poco antes de la muerte. Este envejecimiento terciario es especialmente notable en el ámbito cognitivo y psicológico, donde desde este modelo se considera que en los últimos meses o años de vida, la personalidad tendería a desestabilizarse. Los tres tipos de envejecimiento interactúan entre ellos y sus efectos se potencian mutuamente.

### ***Enfoque Psicológico***

En el enfoque psicológico lo que se intenta analizar es al individuo y su forma de encarar el paso del tiempo. Dentro de él se encuentra la noción de envejecimiento satisfactorio introducida por John Rowe en 1987, que sería el resultado del mantenimiento de las capacidades funcionales, físicas, cerebrales, afectivas y sociales. De un buen estado nutricional, un proyecto de vida motivante y el empleo de paliativos apropiados que permitan comprobar las incapacidades, entre otros elementos (Vellas,1996).

La teoría de la actividad plantea que cuanto más activa se mantenga la población de edad avanzada, podrá envejecer de manera más satisfactoria. Otra visión diferente a la del envejecimiento satisfactorio se encuentra en la teoría de la desvinculación. Esta propuesta plantea que la vejez se caracteriza por un alejamiento mutuo. Donde la persona mayor reduciría voluntariamente sus actividades y compromisos y junto a esto la sociedad estimula la segregación generacional, presionando, para que la gente mayor se retire del mercado laboral y de la vida en sociedad.

Dentro de este enfoque también se halla la teoría de Ericsson (1985) que asocia a esta etapa de la vida la octava crisis en el desarrollo psicosocial del yo: “Integridad versus desesperación”. Redondo (1990) toma como base la teoría psicosocial de Ericsson y afirma que el estilo predominante de las sociedades industrializadas favorece el dominio de la desesperanza, antes que la integridad y la sabiduría.

## *Enfoque Social*

Dentro del enfoque social las teorías que se plantean son: la teoría funcionalista sobre el envejecimiento, la de la economía política del envejecimiento y la de la dependencia estructurada. La teoría funcionalista tuvo su auge en los años sesenta y setenta del siglo pasado y consideraba a la vejez como una forma de ruptura social, y como una pérdida progresiva de funciones. Sus críticos por una parte decían, que esta forma de concebir el envejecimiento constituía una herramienta ideológica que justificaba los argumentos sobre el carácter de una población que envejecía, y que consideraba a las personas mayores como improductivas o no comprometidas por otro lado con el desarrollo de la sociedad. Y también según Bury (1995) hacían notar la insistencia en la importancia de la adaptación personal del sujeto, con lo que se corre el riesgo de que se desarrolle un envejecimiento y un aislamiento progresivo en esta etapa.

La economía política de la vejez, lo que planteaba era que la cuestión principal para comprender la situación de las personas mayores en las sociedades capitalistas modernas, era que la calidad de vida durante esta etapa estaba directamente influenciada por la posición en el mercado de trabajo al momento de jubilarse (Estés, 1986). Los críticos de esta teoría, consideraban que aun cuando esta aproximación resultara útil, debía convenirse que la continuidad pre y post-jubilatoria, no existe en la esfera económica o en el plano de las relaciones sociales. Y que tampoco resultaba satisfactoria la alternativa de considerar a las personas mayores como una categoría social única, caracterizada por la desvinculación del sistema productivo y la tributación a la seguridad social (Redondo, 1990).

La teoría de la dependencia estructurada intentaba llamar la atención sobre el sistema social en general, en vez de dirigirla a las características de las personas. Proponía que la estructura y la organización de la producción eran el origen de las características de la dependencia y contraponía una perspectiva que ponía énfasis en la creación social (Mouzelis, 1991). Esta teoría funcionó como un correctivo del individualismo de teorías anteriores sobre el envejecimiento.

Se puede apreciar que los modelos para comprender la situación y posición de las personas mayores en una sociedad se basaron en explicaciones biomédicas y sociales ancladas en el pasado, y que en general han construido a este grupo como un problema para sus familias y la sociedad, y al envejecimiento como un obstáculo para el

desarrollo. Y este modo de entender la vejez y el envejecimiento se utiliza tanto para apartar a las personas mayores, como para mantenerlas en ese estado. Esto está directamente relacionado a que tradicionalmente la concepción predominante de la vejez fue la de una etapa de carencias de todo tipo, económicas, físicas y sociales (Huenchuan, 1999 , 2004, 2009).

No alcanza con el reconocimiento formal de la igualdad de derechos para cambiar la situación de desventaja en la que se encuentran las personas adultas mayores. Ya que la estructura e ideología dominante impiden su realización práctica. La sociedad segrega a los viejos según su edad y estos actúan a su vez como un grupo limitado en las estructuras de poder, por lo que quedan ubicados entre los excluidos de las relaciones de influencia, perpetuándose su posición asimétrica en la distribución de los recursos y los beneficios que genera el desarrollo (Etxeberría,2008)

### ***Envejecimiento en Uruguay***

Uruguay es el segundo país de América Latina y el Caribe, después de Cuba que presenta un mayor envejecimiento de su población, integrando el grupo de países de envejecimiento avanzado. Según los datos obtenidos hasta el año 2008, contamos con un 19% de adultos mayores de 60 años (Paredes, Ciarniello y Brunet, 2010). Es así que esta estructura poblacional, que tiende a continuar con dicho proceso demográfico de envejecimiento, demanda nuevas revisiones conceptuales sobre esta etapa vital y sobre todos los fenómenos que la atraviesan. La población mayor de 64 años ha ido aumentando su proporción a medida que el grupo de la población más joven desciende. Uruguay presenta un índice de 74 personas mayores de 60 años por cada 100 personas menores de 15 años. Este es el indicador donde presenta mayores diferencias con el resto de los países de América Latina, donde el segundo país con mayor índice de envejecimiento es Argentina con 47,5. 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.

### ***El viejo a lo largo de la historia***

Siempre hubo viejos, por supuesto, y un mayor número de lo que pensamos. Pero las sociedades antiguas no dividían la vida en etapas. La vida comenzaba con la incorporación al mercado de trabajo y terminaba con la muerte. Desde las sociedades primitivas se encuentra planteado el problema de la ambigüedad de la vejez. Fuente de sabiduría y de imperfección, de experiencia y decrepitud, de prestigio y de sufrimiento.

Los sinónimos de la palabra “Viejo” son 22 y para el vocablo “Anciano” 33. Cuando una palabra, como “Viejo” tiene tan variados sinónimos significa que el objeto es muy importante o de larga historia. Existe un texto muy antiguo de un viejo autoanalizándose. De un escriba egipcio, Ptah-Hotep, visir del faraón Tzezi de la dinastía V, redactado hacia el año 2450 antes de Cristo.

Afirma: “¡Que penoso es el fin de un viejo! Se va debilitando cada día; su vista disminuye, sus oídos se vuelven sordos; su fuerza declina, su corazón ya no descansa; su boca se vuelve silenciosa y no habla. Sus facultades intelectuales disminuyen y le resulta imposible acordarse hoy de lo que sucedió ayer. Todos los huesos están doloridos. Las ocupaciones a las que se abandonaba no hace mucho con placer, sólo las realiza con dificultad, y el sentido del gusto desaparece. La vejez es la peor de las desgracias que puede afligir a un hombre”.

Según esta descripción que se hace del viejo, se puede concluir que los viejos han sido considerados así desde las épocas más lejanas. Pero sus circunstancias han cambiado y también la forma de verlos. Aunque los ancianos de los países orientales tienen una posición dentro de la sociedad muy diferente a la de las culturas occidentales. Estos se convierten en el pilar de la sociedad, siendo una figura respetada y admirada por todos los miembros. Y al ser figuras muy respetadas, inspiran autoridad. Para la mayoría de los pueblos mesoamericanos el anciano fue considerado como la persona que conocía la verdad y la transmitía a aquellos que se encontraban cerca de él. Tan importante se consideró la imagen del anciano que forma parte de la literatura e incluso de algunas figuras representativas traducidas en esculturas.

### ***Las culturas primitivas***

La longevidad era motivo de orgullo para el clan, ya que los viejos eran los depositarios del saber, la memoria que los contactaba con los antepasados. Muchos se convertían en verdaderos intermediarios entre el presente y el más allá. Los brujos y chamanes por lo general eran viejos. También ejercían labores de sanación, de jueces y educadores. La vejez representaba la sabiduría.

Para los griegos, adoradores de la belleza, la vejez con su deterioro inevitable, no podía sino significar una ofensa al espíritu. Motivo por el cual se burlaban en sus comedias. La vejez era considerada en sí misma una tara, es decir como un defecto físico o psíquico generalmente hereditario. Las leyes atenienses que insistían en el respeto a los padres ancianos, nos hacen suponer que no eran muy acotadas. Platón relacionaba a la vejez feliz a la virtud, cuando en la República dice: “Pero aquel que nada tiene que reprocharse, abriga siempre una dulce esperanza, bienhechora, nodriza de la vejez”.

Si nos detenemos en la literatura griega, podemos darnos cuenta que la vejez era muy desmedrada. G. Minois (historiador francés) resume:

“Vejez maldita y patética de las tragedias, vejez ridícula y repulsiva de las comedias; vejez contradictoria y ambigua de los filósofos”.

En Esparta cuyo nombre significa “la esparcida” por ser el resultado de la unión a la fuerza realizada por los Dorios de cinco poblados, se mantenía un régimen que tenía un senado, (Gerusía) compuesto por 28 miembros, todos de más de 60 años. Cuando alguno moría, los candidatos a sucederlo, desfilaron en fila india por la sala. El que recibía más aplausos quedaba elegido. En Atenas fue diferente, los ancianos fueron perdiendo poder desde la época arcaica. En tiempos de Homero el consejo de los ancianos sólo era un órgano consultivo, ya que las decisiones las tomaban los jóvenes. En esa época una persona de 35 años era considerada vieja, ya que la esperanza de vida al nacer era muy baja. En el período de Solón “eupatrida” o bien nacido, tenía el monopolio del mando. Dicho poder se concentraba en el Areópago, institución aristocrática de personajes inamovibles e irresponsables. Todos ellos eran ancianos y tenían amplios poderes parecidos a los de la Gerusía espartana. Pero la llegada al poder de los demócratas significó la ruina del Areópago, los ancianos no volvieron a tener un papel importante. Atenas en general permaneció fiel a la juventud.

### ***El viejo en el mundo hebreo***

La otra gran fuente cultural de nuestra civilización occidental proviene de la tradición hebreo cristiana. Al igual que otros pueblos o tribus, los ancianos ocupaban un lugar privilegiado. Los hebreos no fueron la excepción. La idea era que: “Aquel hombre que no tiene esposa vive sin alegría y sin virtudes” (Talmud y Epamoth , 62 a). Un factor que marcó un sesgo especial en el relato bíblico es que se hacía descender al pueblo judío de una pareja de viejos. En el libro de los Números encontramos la descripción de la creación del Consejo de ancianos como una iniciativa Divina: “Entonces dijo Yahvé a Moisés: Elígeme a setenta varones de los que tú sabes que son ancianos del pueblo y de sus principales, y tráelos a la puerta del tabernáculo...para que te ayuden a llevar la carga y no la lleves tú solo”.

Los ancianos estaban entonces investidos de una misión sagrada, portadores de un espíritu divino. En el período de los jueces se mantiene la autoridad de los ancianos. Sólo después del año 935 A.C empieza la discrepancia con el Consejo de Ancianos. Después del siglo V los ancianos van perdiendo influencia política.

Qohelet (290-280 A.C) lo testimonia: “Más vale mozo pobre y sabio que rey viejo y necio que no se sabe ya consultar”.

### ***El viejo en el mundo romano***

Otra fuente importante de nuestra civilización occidental proviene de la cultura romana. Los romanos le dedicaron mucha atención a los ancianos. Se plantearon los problemas de la vejez desde casi todos los aspectos: políticos, sociales, psicológicos demográficos

y médicos. El peso demográfico de los ancianos era mayor que en el mundo griego. El mundo romano evidenció un envejecimiento a partir del siglo II, en particular en Italia. El Derecho romano tipificaba la figura jurídica del “Pater familias” dándoles a los ancianos un poder casi tiránico. El “Pater familias” centraba todo su poder y no daba cuentas de su proceder. Esta autoridad desorbitada produjo consecuencias predecibles durante la República. Esta concentración del poder establecía una relación intergeneracional tan asimétrica que generó conflictos y a causa de ello surgió un verdadero odio a los viejos.

La época de oro para los ancianos fue la República. Muchos ancianos obtuvieron cargos importantes, pero no ocurría como durante la República, donde se confiaba en los hombres mayores para dirigir los destinos políticos. Al perder el poder familiar y político, los ancianos fueron despreciados y sufrieron los rigores de la vejez. Sin embargo los romanos construyeron un mundo desprejuiciado y tolerante, donde se luchó por el poder, pero no se segregó por raza, religión o ideología. Se admiraba lo admirable y mantuvieron la dignidad de los ancianos (Carlos Trejo Maturana)

El Cristianismo naciente adopta la imagen del anciano como símbolo de pecado. Los primeros autores cristianos fueron muy duros con los viejos. La Iglesia desde los inicios se preocupaba de los desheredados y pobres, entre los cuales abundaban los viejos. A partir del siglo III los hospitales cristianos empiezan a ocuparse de ellos.

### ***El viejo en la Edad Media***

Época de contrastes y confusión, de yuxtaposición de costumbres bárbaras y romanas. Primaba la ley del más fuerte, por lo tanto los ancianos estaban desfavorecidos. La Iglesia no tuvo una consideración especial por los viejos. El trato hacia los ancianos era equivalente al de los niños. La “Regla del Maestro”, conjunto de reglas monásticas del siglo IX desplazaba a los ancianos a labores de portero o pequeños trabajos manuales. Entre los ancianos acomodados, surgía la preocupación de un retiro tranquilo y seguro. Alrededor del año mil, la Iglesia impuso a la población rural y luego a la aristocracia, la monogamia y la exogamia, la cual se tradujo en una familia estable y por ende, más protectora de los ancianos. A partir del siglo XIII, debido al desarrollo material, se fortalecieron los Estados y se multiplicaron las guerras. Los ancianos aquí tuvieron una nueva oportunidad en el mundo de los negocios, no fueron segregados por la edad. Las epidemias que se sucedieron intermitentemente durante un siglo no afectó a los

ancianos, preferentemente mataba a niños y jóvenes. Por lo que se produjo un fuerte incremento de ancianos entre 1350 y 1450. En resumen la peste favoreció a los viejos que ganaron posición social, política y económica.

### *El viejo en el Renacimiento*

El naciente espíritu individualista que florecía, rechazaba sin disimulo a la vejez. Asimismo todo aquello que representaba fealdad y decadencia. Fueron quizá los tiempos más agresivos contra los ancianos. El arquetipo humano del Renacimiento lo personificaron los cortesanos y los humanistas. Ambos rechazaban a los viejos, pues representaban todo aquello que quisieron suprimir. De todos modos, la actitud de ellos respecto a la vejez era más bien una postura literaria ya que en la realidad cotidiana, la relación era más benevolente.

### *El viejo en el mundo moderno*

El pensamiento liberal y sus consecuencias políticas revolucionarias derivaron en la formación de repúblicas, que significaron no solo un cambio de poder, sino la aparición de un contingente nuevo de ciudadanos: los burócratas. Antes de las revoluciones liberales el poder se asentaba en los reyes y sus familiares, como también en el círculo próximo de la nobleza. En cambio el Estado moderno es impersonal. Surge la jubilación, palabra tomada del latín “Jubilare” que significaba “lanzar gritos de júbilo”. Nació como una recompensa a los trabajadores de más de cincuenta años. En Francia los primeros en obtenerlas fueron los militares y funcionarios públicos, luego a los mineros y otras labores consideradas. Con el aumento de las expectativas de vida, se mantiene el procedimiento, aunque postergando la edad de jubilación, en el bien entendido que si el viejo ya no es productor, por lo menos, mantenerlos en cierto nivel de consumidor.

### *¿Qué es el viejismo?*

El fenómeno viejismo comenzó a ser estudiado en 1969 por R. Butler, término traducido al castellano por el Dr. Salvarezza haciendo referencia al conjunto de prejuicios, estereotipos y discriminaciones que se aplican a los viejos simplemente en

función de su edad. El viejismo se manifiesta ya sea en forma consciente o inconsciente. Algunos de los prejuicios negativos en torno a los viejos son:

- Las personas mayores se vuelven irritables cuando se expresan disgustados ante hechos de la vida, como lo puede llegar a demostrar cualquier persona más joven
- Son llamados viejos verdes porque demuestran deseos sexuales hacia otras personas
- Son comparados con los niños en cuanto a su dependencia
- Olvidan un nombre o un hecho y se lo asocia a la vejez, no a que puede llegar a tener problemas de audición
- Se piensa que no logran cambios en tratamientos
- Cómo los viejos son de otra época, por lo tanto lo nuevo no les interesa
- Al jubilarse los viejos son improductivos

Quizá el prejuicio más común contra los viejos es que son todos enfermos. Sin embargo la mayoría de los viejos (cerca del 78% de gente sobre 65 años) son bastante sanos y realizan sus actividades con normalidad. Mientras que gran parte de la población cree que entre un 20 y el 50% de los mayores están institucionalizados, solamente el 5% de la población mayor de 65 años lo está.

Si bien es cierto que los viejos tienen más problemas crónicos (81%) sólo una vez y media más que las personas entre 17 y 64 años (54%). Un estereotipo relacionado, el de la impotencia, creer que la mayoría de los viejos no tienen deseo sexual, incluyendo a médicos que creen que el sexo en esta etapa de la vida ya no es importante (Butler, 1975). Un estudio realizado en el Duke longitudinal (Palmore, 1981) encontró que el sexo continúa desempeñando un papel importante en las vidas de la mayoría de hombres y mujeres en la séptima década de vida. Otro estudio (Starr y Weiner, 1981) encontró que la mayoría de los viejos dijeron que el sexo después de los 60 es aún más satisfactorio que en otras etapas de la vida.

Que los viejos son desagradables a la vista es otro estereotipo donde la belleza es asociada a la juventud. Y por lo general las mujeres temen a la pérdida de la belleza en la vejez. Algunos de los términos que responden a esto son: “arrugadas”, “marchitas”, “brujas”. Pero esa asociación pasa en nuestra cultura, ya que otras culturas tienden a

admirar las características de la edad madura. En Japón las arrugas y el pelo blanco son muestra de sabiduría de madurez (Palmore ,1985).

Otro de los estereotipos de la vejez es que las habilidades comienzan a declinar, especialmente las habilidades para aprender y recordar. También que la confusión y desorientación son parte del envejecimiento. En los hechos, la mayoría de las personas adultas mayores mantiene su habilidad mental, sí es verdad que el tiempo de reacción disminuye con la edad y puede que le cueste un poco más aprender algo nuevo. Pero los problemas para recordar y aprender se asocian más a la enfermedad y no a la edad misma. Similar a esta creencia es la de que la mayoría de los viejos padecen enfermedades mentales siendo inevitables e intratables. Sin embargo las comunidades que estudian la psicopatología durante el envejecimiento coinciden que menos del 10% de las personas viejas presentan enfermedades mentales.

Asociado al prejuicio de que los viejos son enfermos o discapacitados, muchas personas creen que ya no están en condiciones de seguir trabajando y las pocas que lo hacen no son productivas. Basado en esto es que se producen los retiros compulsivos. La mayoría de los trabajadores de edad avanzada trabajan eficazmente igual que los más jóvenes. Hay estudios que demuestran que las personas viejas tienen la misma performance y esta no es mejor que la de personas más jóvenes (Krauss, 1987, Ricey y Foner, 1968).

En relación al aislamiento, la mitad de sujetos que respondieron a una encuesta realizada por Palmore piensan que la mayoría de los viejos se encuentran socialmente aislados y en solitario y que la mayoría viven solos (B. Kahana, 1987). Muchos viejos tienen contacto con otras personas de su misma edad. Hay estudios que coinciden que hay una reducción de la actividad social en la vejez, pero la mayoría de las personas tiende a mantener sus contactos sociales (Palmore, 1981).

Ante todo lo expuesto anteriormente de que se cree que los viejos están enfermos, que son impotentes y que son inservibles, es natural que se crea que los viejos están deprimidos. Pero los hechos nos dicen que la prevalencia de depresión en la vejez es menor que en la juventud. Igualmente la depresión en los viejos es muy común, expertos sostienen que entre un 30% y un 60% de la población vieja experimentó al menos un episodio de depresión que interfirió en su vida cotidiana.

### ***Sexualidad***

Para la O.M.S la sexualidad es un aspecto central del ser humano, que está presente a lo largo de toda la vida. Abarcando el sexo, las identidades, papeles de género, erotismo, placer, intimidad, reproducción y orientación sexual. La sexualidad puede abarcar amplitud de dimensiones, no siendo necesario que todas se expresen siempre, ya que en la sexualidad actúan factores biológicos, psicológicos, sociales, económicos, políticos, culturales, éticos, legales, históricos, religiosos y espirituales (OMS 2006).

En relación a la sexualidad en la vejez sorprende la escasez de investigaciones y su no inclusión en los estudios actuales nacionales. Retomando el recorrido histórico anteriormente realizado, encontramos que en la antigua Grecia, la actividad y los placeres sexuales no eran establecidos como reglas fijas, sino como criterios relativos a una estética de la existencia. Las expresiones más habituales de lo erótico en la vejez eran calificadas como antiestéticas, lo cual configuraba un tipo especial de limitación. La negación de la erótica asociada a la estética, hacía referencia a que las formas de los cuerpos viejos eran ligadas a lo feo, la enfermedad y la muerte, los aspectos que rechazaban lo más humano por lo temporal del cuerpo. Y esto se ve claramente en las palabras de Tibulo (1992): “Ya llegará la muerte con su cabeza cubierta de tinieblas, ya se deslizará la edad de la pereza; no estará bien visto amar, ni decirnos ternezas, con la cabeza canosa. Ahora hay que servir a una Venus dorada, ahora que romper puertas no resulta vergonzoso y andar de peleas gusta. Aquí soy yo un buen soldado”.

Los hebreos veían a la sexualidad más allá de la procreación, se encontraba en estrecha relación con la armonía matrimonial, la compañía y una mejor forma de vida. Dos preceptos justificaban la sexualidad en el judaísmo: “Creced y multiplicaos” y “No es bueno que el hombre esté solo”. El primero aludía básicamente a la “reproducción” y el segundo a la “compañía”. El judaísmo no solo recomendaba compañía sino que también la demandaba para cumplir los mandamientos bíblicos.

Volviendo a nuestro país, los pocos estudios realizados son muy parciales, por lo tanto existe una evidente falta de fuente de datos.

Por otra parte, se encuentran muchos mitos relacionados con la sexualidad en la vejez:

-La sexualidad no es importante en la vejez

Está comprobado que no es así, ya que la sexualidad no es exclusividad de los jóvenes, es más, al llegar a la madurez la mayoría de las personas, tanto hombres como mujeres dejan de lado la preocupación por el desempeño llevando el sexo a una dimensión más espiritual y emotiva pudiendo lograr una mayor plenitud.

-La práctica sexual puede ser dañina en esta etapa de la vida

Es sabido también que no se producen daños, al contrario el sexo beneficia la salud en general y estar en buena salud es fundamental para tener sexo. Además que una sexualidad satisfactoria favorece el aumento de las defensas, ayuda a la autovaloración y al sentimiento de felicidad y conexión con la pareja. La frecuencia del coito puede disminuir con la edad, pero no la satisfacción sexual.

-No se debería alentar a casarse a aquellas personas que quedaron viudas

Aquí el factor del género también incide y nos determina. La principal causa por la cual las mujeres dejan de tener relaciones sexuales, es porque enviudan. Aunque cueste creer, esta idea de que hay una pareja para toda la vida, casi siempre funciona con las mujeres. Porque un varón que queda viudo no es mal visto que enseguida esté con otra mujer, es más, sería lógico que el hombre busque un acercamiento sexual.

-La gente mayor debería ser separada en instituciones por sexo para evitar problemas familiares, institucionales y comunitarios.

La sexualidad de los viejos que están en residenciales es percibida tanto por los profesionales, como por las familias y por los propios usuarios como “tabú”. En este sentido sería importante avanzar en aspectos como la formación e información de profesionales, residentes y familiares. Así como en la disponibilidad de recursos y materiales para facilitar la expresión sexual de los residentes que lo deseen.

*¿Qué nos pasa con el erotismo en la vejez?*

*¿Quién dice que no?*

Hay una expresión corporal en la mayoría de nosotros que nos aleja de los cuerpos viejos. ¿Y por qué o cómo se puede explicar esto?

Tenemos una serie de normativas de las cuales ni siquiera somos conscientes, de siglos de represión, que no sabemos porque le decimos no a estos cuerpos. Nosotros naturalmente pensamos que no nos gustan y en realidad no es que no nos gustan, es que hay un imperativo categórico que nos dice: “No te van a gustar esos que tienen arrugas y pelo blanco”.

Iacub hace referencia más que a sexualidad a erotismo en la vejez, ya que él explica que en el erotismo se parte como un inicio desde nuestros genitales pero sigue por todo nuestro cuerpo, por todos nuestros sentidos. Nos erotizamos mirando, siendo mirados, oyendo, oliendo. Ya que los seres humanos no nos manejamos como los animales instintivamente, sino que permanentemente estamos inventando escenarios y es ahí justamente donde nuestro cerebro puede elaborar el erotismo. El deseo sigue estando siempre, si bien hay algunos cambios en las personas adultas mayores que son esperables, pero que no alteran esa capacidad. Es decir la vejez no explica que uno ya no tenga deseo. Cuando se piensa: “Uno ya está viejo para...” eso es una fantasía. Hoy la ciencia lo que nos dice que ahí seguramente haya un problema, una enfermedad que esté limitando ese erotismo. La variabilidad sexual es muy alta siempre. Pero cuando hay cambios psicológicos o fisiológicos como los que pueden aparecer en la vejez, también puede haber cambios a nivel del goce. Ciertos problemas de salud que pueden afectar la capacidad genital no tendrían por qué terminar con el deseo erótico de una persona. Cuando una persona encuentra ciertos márgenes de libertad, encuentra la posibilidad de poder seguir disfrutando por otras vías que no sean específicamente la genital. Lo que dicen Gott y Hinchliff al respecto es que cuando los problemas de salud limitan o impiden ciertas prácticas sexuales, como la penetración, el mantenimiento de la intimidad física a través de los abrazos y de tocarse resultan fundamentales para el bienestar. Según Sandberg es muy importante que nosotros podamos entender que la lógica fálica no tiene que ver con que haya un pene erecto y una mujer que pueda ser penetrada. La lógica del deseo tiene que ver con la multiplicidad de posibilidades que hay a lo largo de la vida. Y de hecho entre hombres y mujeres hay diferencias notorias, la mujer puede tener un margen de diferencia más rico. Britton mencionado por Salvarezza expresa:

“...el abandono de las creencias implica un duelo, y no todas las personas están en condiciones de hacerlo. No es indispensable ser joven para vivir la vida y gozar de ella, basta con mantener activo el deseo, no importa los años que se tenga...”

Existe un informe que da cuenta de que gran parte de las mujeres mayores se masturban y después se sienten mal por haberlo hecho (Deacon, 2006). El fantasear y los sueños sensuales revelan una medida de goce privado, muchas veces vergonzante (Iacub, 2007).

En las personas adultas mayores cobra un papel muy importante la necesidad del otro, el apoyo para sentirse protegidos. De esto hablan Arias y Polizzi cuando dicen que: "...el lugar prioritario que ocupaba la pasión en la relación de pareja en la juventud, aparece en la compañía en la vejez..."

Relato de un hombre de 76 años "...La atracción que ejerció y que ejerce Quelly ahora es importante y no decisiva. Hay una cosa de erotismo muy ligada al sentimiento afectuoso, quizás en otro momento yo pude vivir desprendidos ambos sentimientos (...) en mi pareja actual las cosas van juntas "

Este hombre pudo aprender de que probablemente necesite más el afecto para sostener toda su capacidad sexual. Pero al mismo tiempo, como esta disociación que muchas veces los hombres logran, de que el afecto va por un lado y el sexo por otro, y que para las mujeres a veces es más difícil, puede volver a reconectarlo y puede ser una ayuda para esta nueva forma de goce sexual.

Una de las derivaciones del erotismo más fuerte en las personas mayores es la seducción, pasar del escenario erótico de estar con una persona a estar visibilizada por otras personas, mirar y ser mirado. En relación a esto Iacub nos trae una anécdota de una señora que le cuenta a él, que sus relaciones sexuales habían sido reemplazadas por el coro. Aludiendo a que participando del mismo ella se sentía una Diosa donde todo el mundo la miraba, y aquí queda bien claro lo importante de la mirada del otro como nos puede llegar a erotizar tanto como una relación sexual.

Relato de una mujer de 85 años: "Tengo ganas de acurrucarme, de que me abrace, de estar desnudos. Y bueno eso es lo que hay para esta edad ¿Qué vas a hacer ?. Pero es una forma para la edad, ¿Te das cuenta?"

Esto que dice esta mujer es erotismo y es lo que tenemos que apoyar y reafirmar, porque seguramente haya muchas más mujeres de otras edades que sientan deseos similares y no se animen a decirlo y mucho menos a hacerlo. La aceptación es un mecanismo psicológico que frente a un cambio donde se inhibe algo de la capacidad sexual, algunas

personas logran encontrar otros mecanismos a medias. En algunas se encuentran ciertos montos de resignación y desvalorización, haciendo referencia a que en realidad el sexo nunca jugó un papel muy importante en la vida de esa persona, mientras que otras encuentran en el humor una buena vía para poder dar cuenta de lo que ya no está, pudiendo encontrar en el mismo otras formas de goce. En relación a esto podemos retomar el modelo de Baltes al que llamó: optimización selectiva con compensación (SOC). Ya que es aplicable para la sexualidad en la vejez. La selección implicaría la capacidad y posibilidad de adaptar lo que elegimos a nuestras referencias, a nuestras habilidades y aptitudes, y a las condiciones de nuestro entorno. Con la optimización estamos hablando de sacarle el máximo provecho a aquello que estamos realizando, sería algo así como, “dar lo mejor de uno mismo”. Y por último en la compensación lo que trataremos de hacer es cambiar las estrategias por otras más adecuadas a la situación concreta.

### ***Significados de la erótica***

#### ***¿Qué significaba la erótica para Bauman?***

Para él la erótica era el modo en que se procesaba el sexo en la cultura. Es decir lo que la sociedad permite. Featherstone y Hepworth (1998) concebían al erotismo como la infinita variedad de formas basadas en una constante invención, elaboración y regulación del deseo sexual.

El erotismo comprende todo aquello con lo que configuramos nuestra realidad erótica. Es decir que cuando se desea a alguien no se desea de cualquier manera, se desea en escenarios particulares, a personas en particular y en interacciones particulares.

#### ***¿Qué significaba erotismo y sexualidad para Foucault?***

Foucault (1986) va a hablar de erotismo y sexualidad, diferenciándolos. Para él, erotismo es significado como un arte, aludiendo a que implica una relación de goce personal más allá de parámetros normativizantes ligados a valores morales o relativos a criterios de productividad.

Por otro lado plantea que la sexualidad surge históricamente como una ciencia que asocia el uso del sexo con la patología. En general pensamos en todos los peligros

que ella entraña, pero nadie nos explica como gozamos de la sexualidad. Esto se ve claramente en las clases de educación sexual, se enseña sobre las enfermedades que podemos contraer y sobre lo que implica un embarazo adolescente. Es decir que este concepto aparece como el modo en que una cultura representa el deseo, el goce sexual y el amor desde ciertos esquemas socio culturales, los que se encuentran influenciados por normativas que se inscriben en discursos filosóficos, religiosos y literarios y por condicionamientos socio-económicos. Los discursos tienen efecto en un momento histórico y algunos de ellos son objetos de relecturas que los vuelven modelos o estándares en otra etapa.

### ***¿Cómo aborda hoy la gerontología la sexualidad?***

La gerontología aborda la sexualidad desde un discurso moderno y científico donde intenta presentar a la sexualidad y al envejecimiento como términos que no se excluyen mutuamente. Y además consideran que la vida sexual activa constituye un valor tan central como la salud. En la calidad de la vida de las personas adultas mayores, se deberían reconocer no solamente las cifras de morbilidad, mortalidad y supervivencia, sino eventos más destacables, como son su estado funcional (físico, psíquico y social), su participación en las actividades de la vida cotidiana y la percepción de bienestar de las personas de edad avanzada.

Es en ésta línea de ideas que se hace necesario contemplar la sexualidad de las personas mayores de 60 años, como uno de los indicadores de calidad de vida. Es evidente que hay poca comprensión de los cambios sexuales que ocurren en la vejez y sobre la influencia negativa que ejercen los mitos y las creencias en el disfrute de la sexualidad en las personas mayores de 60 años. Son pocos los documentos que profundizan en el tema del ejercicio de la sexualidad en las personas mayores, como un componente importante en la calidad de vida de éstas, sino que lo que se encuentra más seguido en la literatura tiene que ver con las disfunciones sexuales y las alteraciones morfofisiológicas derivadas del proceso de envejecimiento. Por lo general en el abordaje de la sexualidad en los viejos predominan las actitudes retrógradas, que se asocian más que nada a la relación que hay entre sexualidad y reproducción. Por otro lado esas actitudes se explican por la existencia de prejuicios relacionados a que con la vejez llega el deterioro de todas las funciones. Lo que la sociedad de consumo enseña es

que el sexo es para los jóvenes y bellos. ¿Por qué nos cuesta tanto imaginarnos a dos viejos teniendo relaciones sexuales? Y es desde ese lugar de represión que no podemos creer que nuestros abuelos vivieran una sexualidad. Y es allí donde utilizamos términos en diminutivo, para deserotizarlos, como por ejemplo: “los viejitos” o “que ancianito más dulce”. Y si la realidad se nos impone viendo a dos viejos besándose o a una vieja mirando a otro hombre que no necesariamente tiene que ser viejo pasamos a hablar de “viejos perversos” o “vieja loca”. Por lo general si uno saca este tema para hablar en una reunión, nos vamos a encontrar más con una negativa, con frases como :”no quiero saber de eso” o “no quiero enterarme”. Es aquí donde como profesionales de la salud debemos interrogarnos desde qué lugar nos paramos cuando tenemos a una persona adulta mayor frente nuestro, ya que si no somos capaces de tener presente que ese viejo o esa vieja puede seguir disfrutando de su sexualidad hasta el último día de su vida, ni siquiera le vamos a brindar un espacio para que pueda hablar de lo que quiera en relación a la misma.

Pero existen estudios en los que se comprueba que en los adultos mayores hay actividad sexual satisfactoria, y en algunos casos hay hasta un incremento en ella. No existe un límite cronológico que marque la desaparición de la vida sexual. En 1978 Master y Johnson plantearon que la sexualidad en la vejez lo mismo que en otras etapas del ciclo vital, se debe de considerar de gran importancia para la calidad de vida, el desarrollo y la salud de la persona. Además hay que tener presente que en las personas mayores la actividad sexual no es entendida necesariamente como genitalidad, sino en un sentido mucho más amplio, donde el placer corporal es global, y es muy importante la interacción y comunicación, así como la seguridad emocional que da el sentirse querido. En este sentido la sexualidad incluye todas las formas de expresión, desde la aproximación, el tacto, la intimidad emocional, la compañía, el diálogo amoroso, la masturbación y no solamente la relación sexual. Más allá del interés que ha surgido sobre la vejez como situación demográfica y de salud, hacen falta mayores estudios sobre la sexualidad en los viejos, y más acciones para desmitificar esta dimensión de la vida.

### ***Lógicas de hipercuidado***

Durante el siglo XIX se diferenció y particularizó a los grupos poblacionales a partir de un esquema rígido de salud/enfermedad. Para designar a la vejez los médicos incluían

términos como “debilitamiento”, “alteración”, “atrofia”, “lesión”, “esclerosis”. También surgieron muchas patologías definidas por la edad, como ser “arco senil”, “demencia senil”, “síncope senil” (Bourdelaís,1993)

Es así que los atributos de sabiduría que se le otorgaba a la imagen del viejo se transformaron, surgiendo un nuevo imaginario, donde los cuerpos de los viejos aparecen como algo curioso más cercano a lo monstruoso. Con la metáfora moderna del cuerpo como una máquina, era primordial mantener el cuerpo en funcionamiento y cuidarlo, lo que supuso también la educación corporal, es allí que aparece lo que Foucault denominó como: “la anatomopolítica del cuerpo humano”. Con esto se buscaba producir cuerpos dóciles y fragmentados para así poder controlarlos. Surge así el cuidado personal como una nueva forma de virtud. Y la salud implica también capacidad laboral y funcional (Iacub, 2005). Es en esta línea que el cuerpo del viejo comienza a ser visto como algo a cuidar y donde el ejercicio sexual puede dañar al sujeto. La medicina prolonga la vida, pero no siempre se preocupa de otorgar calidad de vida y descuida el aspecto más importante de la salud integral, que es la salud sexual, ya sea por falta de interés o por ignorancia. Las creencias y conceptos erróneos se manifiestan muchas veces en las historias clínicas de los pacientes donde no se recogen datos sobre la actividad sexual. Y esto es lamentable, puesto que muchos profesionales están convencidos que los viejos son sexualmente inactivos y temen ante preguntas de éste tipo al no poder responder adecuadamente. Por lo tanto se puede apreciar que desde éstas lógicas se toma al viejo como un objeto al cual se lo maneja con el horror al deterioro y al paso del tiempo. La mirada de la vejez como enfermedad es una mirada sobre el tema, cuando hay múltiples miradas, es decir que esto comprendería un reduccionismo de la vejez.

### ***Conclusiones***

De acuerdo a todos los estudios hechos y al análisis de los mismos al día de hoy en relación a la sexualidad en la vejez, sostengo que no es una utopía hablar de éste tema y sobretodo trabajar en pro de habilitar espacios donde los viejos puedan vivir su

sexualidad sin ser censurados ni autocensurados. Considero de vital importancia que como profesionales de la salud podamos contribuir de forma eficaz a la eliminación de tabúes y prejuicios, para así poder mejorar la calidad de vida de nuestros viejos. Proporcionando información sobre los cambios normales que ocurren con el envejecimiento, así como sobre los factores fisiológicos y psicológicos que puedan influir en el inicio y mantenimiento de sus disfunciones o dificultades sexuales y proporcionando las vías que existen para su posible recuperación.

Otro punto que creo importante es lograr que los viejos se reconcilien con su figura corporal y puedan aceptar los cambios que el proceso de envejecimiento supone, cambiando los estándares de belleza de la juventud basado en criterios físicos y estéticos por otros más realistas y alcanzables basados en los valores de la comunicación, el afecto, la intimidad y la sexualidad.

...no hay edad para desear y ser deseado...

...no hay edad para amar y ser amado...

...no hay edad para tocar y ser tocado...

### ***Bibliografía***

*Arias, C. Polizzi, L (2011) "La relación de pareja . Funciones de apoyo y sexualidad en la vejez", Revista Temática, Kairós Gerontología(Núm. Especial10. Eroticidade/sexualidade e velhice, pp.49-71, Sao Paulo. Brasil*

*Baltes, P.B& Smith, J (1990) "Psychology of wisdom and its ontogenesis" En:R.J Stenberg (Ed)Wisdom: Its nature, origins and development (pp.87-120) New York: Cambridge University Press*

*Birren & Cunnhingam, (1985)“ Theoretical Developments in the Psychology of Aging”. The Gerontologist, vol.36*

*Bourdelais.P (1984) “L’èmergence d’ un nouveau savoir médical sur la vieillesse en France (XIX e-dèbut XX e sciècles)”, Gerontologie et société,pp.5-18*

*Foucault. M (1989) “Vigilar y catigar”, Ed. Siglo XXI, Bs. Aires*

*Huenchuan. S (2011) “Los derechos de las personas mayores”. Materiales de estudio y divulgación*

*Iacub.R (2006) “Erótica y vejez. Perspectivas de Occidente”, Ed. Paidós*

*Iacub.R (2008) “Sobre la construcción de juicios en la erótica de la vejez”, Revista Argentina de sociología*

*Minois.G (1989) “Historia de la vejez. De la Antigüedad al Renacimiento”*

*Paredes, Ciarniello, Brunet (2010) “Indicadores sociodemográficos de envejecimiento y vejez en Uruguay :una perspectiva comparada en el contexto latinoamericano”, Ed. Lucida editores*

*Salvarezza. L (1999) “La vejez, una mirada gerontológica actual, Ed. Paidós. Bs. Aires*