



Febrero 2020 - ISSN: 2254-7630

LA SEXUALIDAD EN EL ADULTO MAYOR. UNA MIRADA DESDE LO SOCIAL.

Autor: Danelis Moreno Moreno

Lic. en Psicología, Máster en Longevidad Satisfactoria, Profesor Auxiliar. Policlínico: Carlos J. Finlay. La Maya.
angele.torres@nauta.com.cu

Co autor: Lic Sociología Dayanis Castillo Suñol,

MSc en Gestión de Procesos Formativos Universitarios. Centro Universitario Songo La Maya Profesor Auxiliar.
dayanisc@uo.edu.cu

Para citar este artículo puede utilizar el siguiente formato:

Danelis Moreno Moreno y Dayanis Castillo Suñol (2020): "La sexualidad en el adulto mayor. Una mirada desde lo social", Revista Caribeña de Ciencias Sociales (febrero 2020). En línea <https://www.eumed.net/rev/caribe/2020/02/sexualidad-adulto-mayor.html>

RESUMEN

Se realiza una revisión bibliográfica donde se abordan algunos referentes teóricos de la sexualidad en el adulto mayor. En este trabajo se enfatizan las barreras y contradicciones sociales que existen en torno a la sexualidad en la tercera edad, encaminadas a la reflexión y a desmitificar la vida sexual del anciano, se tratan específicamente las socioculturales, educativas y éticas. En Cuba, se proyectan estudios sobre la sexualidad del adulto mayor que tributan al desarrollo de esta esfera tan importante de la vida, pero aún resulta insuficiente el sistema de conocimientos existente sobre esta dimensión que repercute de manera significativa en la calidad de vida de las personas de este grupo de edades.

Palabras clave: sexualidad, adulto mayor, contradicciones sociales.

INTRODUCCIÓN

Durante siglos se relacionó la sexualidad únicamente con la reproducción, negándosele, dada su infertilidad, la aceptación de su disfrute a las personas de avanzada edad.¹

Han sido varios los autores que desde sus disciplinas científicas; ya sean médicos, psicólogos, pedagogos, han realizado aportes a la definición o concepto de sexualidad humana.

El Psicólogo norteamericano Alfred Charles Kinsey (1894-1956) y colaboradores, fueron los primeros en estudiar sistemáticamente los efectos del proceso de envejecimiento en el comportamiento sexual.¹ Este investigador comenzó a interesarse por la sexualidad en 1938, al percibir la notable carencia de datos rigurosos sobre el comportamiento sexual del ser humano,

incluyendo al adulto mayor. Sus investigaciones dieron inicio a una forma nueva de estudiar la sexualidad: la sociológica.

Uno de los autores que mayor aporte ha realizado al trabajo con esta edad en Latinoamérica, es el psicogeriatra argentino Leopoldo Salvarezza; quien emplea el término viejismo para identificar los prejuicios sociales acerca de la edad y ha realizado numerosos trabajos dirigidos a los ancianos. Este autor y la psicóloga Nora Poshtar explicaron a la Nación Line (2004) que la sexualidad en la tercera edad sigue siendo un tema poco conversado y que los matices de la sexualidad de los adultos mayores no suelen ser expuestos públicamente a pesar de que se vivan años de apertura en este terreno.²

La promoción sobre el tema de la sexualidad se comenzó en Cuba a través de la Federación de Mujeres Cubanas, desde 1960; en la revista Mujeres, aunque sin tratar el tema de la sexualidad en la vejez. Más tarde, como consecuencia de los debates realizados en los congresos de mujeres de los años 1971 y 1974 y en el Primer Congreso del Partido Comunista de Cuba en 1975, se acordó la creación del Centro Nacional de Educación Sexual (CENESEX). Las investigaciones realizadas por especialistas de este centro indican que muchas personas independientemente de la edad y sexo, poseen una deficiente información sobre el tema de la sexualidad: se cree que la conducta sexual debe estar asociada a edades inferiores a la adultez mayor.

Luego se inició el trabajo del equipo encabezado por el Dr. Emilio del Corral, de la Facultad Enrique Cabrera del hospital del mismo nombre que realizó intervenciones educativas a grupos de ancianos con sus familias. Este constituye el primer trabajo conocido donde se utilizaron conceptos pedagógicos grupales de educación sexual para ancianos.²

En el 2003 la profesora Teresa Orosa Fraíz³, psicóloga e investigadora del Grupo Familia de la Facultad de Psicología de la Universidad de la Habana realizó un estudio donde los ancianos proyectaron ideas reveladoras de prejuicios y tabúes respecto a la ancianidad y la sexualidad.

Se piensa que los viejos no tienen capacidad fisiológica que les permita tener conductas sexuales. Muchas personas particularmente jóvenes, siguen viendo la actividad sexual como una facultad que se va desgastando hasta perder todo interés en aquellos que han superado los 60 años. Se presume que el deseo sexual se desvanece siempre con la edad, que empieza a declinar alrededor de los 40 años, va disminuyendo después sin cesar y termina por desaparecer entre los 60 y 75 años.¹

Existen pocas dimensiones de nuestras vidas que estén tan sometidas a los prejuicios sociales³, como las relacionadas con la vida sexual activa y nuestra sexualidad en general; manteniéndose aún en nuestro país conductas y actitudes negativas en este sentido, resultantes de conocimientos erróneos en torno a la sexualidad; problematizando particularmente la de los adultos mayores, quienes representan a los más desvalorizados y reprimidos socialmente.

La motivación fundamental e intención profesional sobre este tema, se basa en la posibilidad de brindarle a las personas información referida a esta esfera tan importante de la vida, que les

permita pensar que con la edad no se pierde la capacidad de amar y ser amado y que se puede disfrutar sanamente de la sexualidad. Con este trabajo se pretende realizar un análisis reflexivo que contribuya a la formación de capacidades y valores relacionados con la sexualidad en la tercera edad, propiciando un alcance multigeneracional en pos de fomentar los conocimientos adecuados también en aquellos que hoy son jóvenes, pero que con mucha suerte, serán los ancianos de mañana.

Partiendo de que existen conocimientos erróneos, mitos y prejuicios en torno a la sexualidad del adulto mayor; se propone como objetivo: reflexionar sobre las barreras y contradicciones sociales que influyen en la sexualidad de los ancianos.

Desarrollo

La sexualidad es una fuente potenciadora del florecimiento de una personalidad sana y autorrealizada, y contribuye a la calidad de vida de las personas de ambos sexos, de la familia y de la sociedad.¹

Nacemos con un sexo biológico, pero devenimos psicológica y socialmente sexuados a través de un proceso que discurre en los marcos del desarrollo ontogenético de la personalidad, bajo la acción de la educación, que nos convierte en hombres y mujeres de bien.^{1,3}

La sexualidad en el anciano ha estado sujeta a gran cantidad de creencias erróneas y gran parte de los problemas inherentes a ello, tienen su origen en la falta de información y de instrucción respecto al tema.^{3,5} Existen en Cuba significativas aportaciones teóricas referidas a la sexualidad de los ancianos, pero no puede considerarse completo el sistema de conocimientos científicos acumulados al respecto.²

La dimensión social de la sexualidad incluye los guiones sexuales, los mitos, los imaginarios sociales, las normas, los roles, la educación sexual, y los patrones culturales.³

La sociedad es el más amplio contexto en el que el individuo sexuado se desempeña, interactúa y se comunica como un ser masculino o femenino con las personas de ambos sexos a lo largo de su vida y a través de una gran diversidad de actividades: en el juego, los estudios, el trabajo, en la vida comunitaria desde el punto de vista intelectual, político, artístico, científico o recreacional. A partir de esta dimensión se conforman los modelos, patrones y valores culturalmente predominantes, a partir de los cuales la familia y todos los agentes sociales educan y evalúan la sexualidad de cada persona.³

La familia constituye el primer agente de socialización de la sexualidad y el filtro que mediatiza todas las influencias que ejerce la cultura sobre el ser humano desde que nace y a lo largo de toda la vida, puesto que es el grupo de referencia más estable en cuanto a la formación de valores, convicciones, normas de comportamiento, concepciones y actitudes sexuales.

La sexualidad está regulada socialmente. Todas las sociedades y culturas asignan actividades específicas al hombre y a la mujer, pero las diferencias entre algunas sociedades y otras son tan claras que resulta imposible hablar de un código universal de valores morales y sexuales.¹

La sexualidad impregna y matiza las más diversas esferas de la vida, forma parte de lo personal y de lo común, resultando imposible comprenderla o estudiarla al margen de las interrelaciones sociales: la comunicación persona a persona, la colaboración, el dar y recibir. Por consiguiente, esta compleja y rica manifestación vital, se construye, se vivencia, crece, se proyecta y expresa en todas nuestras dimensiones existenciales: el individuo, la pareja, la familia y la sociedad a través del proceso de socialización y teniendo como motor impulsor el proceso educativo.⁴

Debemos tener en cuenta los cambios propios de la edad, pero sobre todo considerar que la sexualidad inicia cuando nacemos y termina el último día de nuestra vida (teniendo en claro que no se trata solo de relaciones coitales ni de genitalidad).⁵

Causas o barreras que originan contradicciones en torno a la sexualidad del adulto mayor.

Los mitos y prejuicios, así como la actitud negativa ante la sexualidad en la tercera edad, constituye la barrera más restrictiva de la actividad sexual de los ancianos.¹ Dentro de estos prejuicios queremos mencionar los siguientes:

- ❖ Los viejos no tienen capacidad fisiológica que le permita desempeñar conductas sexuales.
- ❖ Los viejos no tienen intereses sexuales.
- ❖ Los viejos que se interesan por la sexualidad son perversos.
- ❖ Las desviaciones sexuales son más frecuentes en los viejos.
- ❖ La actividad sexual es mala para la salud, especialmente en la vejez.
- ❖ La esposa debe ser más joven o de la misma edad que el esposo.
- ❖ Los hombres viejos si tienen intereses sexuales, pero las mujeres no.

Existen mitos que circulan también alrededor del envejecimiento de forma general pero que influyen de forma particular en la sexualidad y es precisamente el vínculo que se establece entre la juventud con la salud, la fuerza, los deseos y la virilidad; y por otra parte se vincula la vejez con la inactividad, la enfermedad y la incapacidad.⁶

Andrés Flores Colombino registra algunos prejuicios comunes que a partir de los cambios físicos casi todas las sociedades construyen: a) los excesos sexuales de la juventud llevan al agotamiento en la vejez; b) el anciano es un discapacitado sexual; c) los ancianos ya no tienen deseos sexuales; d) los ancianos sólo necesitan contacto. ⁶ Muchos creen que al llegar a la "tercera edad" la vida sexual ha finalizado, lo cual se revela como un prejuicio a la luz de las investigaciones sexológicas actuales, que muestran que si tienen relativa buena salud los ancianos son capaces de tener actividad sexual y disfrutar de ella hasta una edad muy avanzada.¹²

También está presente el modelo de **figura corporal atractiva dominante**, basado en la juventud, la belleza, la esbeltez y el vigor físico que hace que la vejez se convierta en sinónimo de fealdad, lo que provoca en muchos ancianos el rechazo a su propio cuerpo y la idea de que no pueden resultar atractivos para otras personas, lo cual limita sus relaciones y la expresión sana de la sexualidad.¹

El equiparar la actividad sexual con la coital también influye en la expresión de la sexualidad del anciano^{1,2,14} y la sexualidad también incluye la necesidad de establecer relaciones humanas armoniosas con otras personas, de expresar sentimientos, de recibir afecto del otro, de incorporar nuevos aprendizajes y esto no se pierde por más viejos que seamos.

Uno de los problemas más serios de la sexualidad es la comparación con épocas pasadas, ya que inevitablemente con el paso del tiempo ocurren cambios fisiológicos en la sexualidad como en toda la fisiología del cuerpo humano, y los ancianos desconocen las particularidades de estos cambios; lo que provoca el fracaso en las relaciones sexuales, generado por los llamados mecanismos de Temor- Ansiedad ante el desempeño, que además del fracaso también conllevan a la abstinencia sexual.

Otra barrera importante que restringe o impide la expresión de la sexualidad en nuestros abuelos es la falta de privacidad, pues refieren que por razones de hacinamiento en la vivienda han tenido que compartir su habitación con otros miembros de la familia.

Contradicciones sociales en torno a la sexualidad en la tercera edad.

La sexualidad ha presentado grandes cambios a través de la historia, el acto coital pierde su único fin reproductivo y se amplía la visión sobre el placer para la pareja o el individuo, sea hombre o mujer, al poder experimentar una vida sexual plena³, sin embargo resulta contradictorio, que actualmente persistan conocimientos erróneos, tabúes y falsos moralismos; que representan a las actitudes discriminatorias de la sexualidad de nuestros adultos mayores, y lo más triste es que los mismos abuelos reprimen sus necesidades de expresión de la sexualidad, debido al sistema de creencias, la educación recibida y los estereotipos sociales que han heredado de generaciones anteriores.

Investigaciones recientes defienden la idea de que la actividad sexual puede mantenerse hasta bien avanzada la edad, es decir, que no existen límites de edad preestablecidos para ejercer la sexualidad⁴, sin embargo, totalmente opuestas son las ideas preconcebidas por la familia, incluyendo a muchos ancianos quienes proyectan sentimientos de culpa por mantener una vida sexual activa. Esto alcanza explicación en los factores siguientes:

- 1- Errónea interpretación de los cambios que se producen en la fisiología de la respuesta sexual del anciano.
- 2- Ignorancia o falta de conocimientos.
- 3- Por haber asimilado un modelo de sexualidad juvenil, genital y coital, que con la ancianidad se percibe como deteriorado.
- 4- Los prejuicios y estereotipos sociales tanto en la familia como en el anciano.

A pesar, de que nuestra sociedad defiende y promulga la igualdad de derechos para hombres y mujeres, resulta contradictorio el hecho de que existan limitaciones que afectan de forma particular a las mujeres, y están dadas por la presencia de convencionalismos sociales respecto a la edad de los esposos, la moral sexual más rígida para con ellas y el hecho de estar más desvinculadas

socialmente, pues nuestra cultura le ha otorgado por tradición al anciano y más a la mujer, **el rol de abuelidad**³, una vez que se retira de su rol laboral social(jubilación), lo cual reduce las posibilidades de conocer a otras personas y establecer relaciones humanas armoniosas, una vez que haya enviudado o luego de la ruptura del matrimonio.

A pesar de que existen en nuestro país significativas aportaciones teóricas acerca de la sexualidad en la tercera edad y se diseñan programas de educación sexual, las personas se aferran a modelos y patrones culturales preestablecidos y heredados de generaciones anteriores; que aún en nuestros días devienen pautas de comportamiento donde se desvaloriza y reprime la sexualidad del anciano; quien se encuentra prisionero de los estereotipos sociales: **ancianismo o viejismo**³, y piensa que no le queda otra alternativa que cumplir con lo predeterminado y aceptado por la sociedad.

Los adultos mayores tienen que enfrentarse al duelo de múltiples pérdidas, entre ellas, la pareja, los amigos, los familiares, los colegas, en algunos casos la independencia de los hijos, que crea la llamada sensación de **Nido Vacío**³, así como el declive de las capacidades físicas y de la salud. Muchos ancianos pueden vivir incluso, en situación de duelo permanente debido a la pérdida sucesiva de personas cercanas y muy queridas, y suelen resistirse a la idea de vivenciar nuevamente placer con una pareja distinta a la antigua, especialmente cuando la convivencia con la persona fallecida fue prolongada y satisfactoria.¹⁵ No obstante, algunos ancianos han mostrado interés en reanudar su vida amorosa, pues han encontrado nuevas parejas, sin embargo, este evento ha provocado falta de aceptación familiar, de apoyo, de comprensión¹³ y de protección, factores micro sociales que describen el funcionamiento familiar e interfieren en el estado emocional del anciano y su sexualidad.

En nuestro país es característico del matrimonio de adultos mayores su funcionamiento bajo el precepto cultural de "hasta que la muerte nos separe" y aunque hay divorcios, no es para esta edad un evento tan común.¹⁴ Se ha constatado que en la familia de muchos de los abuelos estudiados; existe incompreensión, rechazo y falta de apertura en este sentido, al conocer del interés de éstos por comenzar una nueva relación de pareja, justificando sus actitudes con prejuicios sociales, que a pesar de ser personas más jóvenes se han aferrado a estos preceptos culturales de manera rígida, interponiéndose en las decisiones de los ancianos, sin respetar su individualidad, su espacio, sus motivaciones y necesidades. También sucede que otros ancianos reprimen sus deseos por temor al rechazo de la familia y de la sociedad en general.

Contradicciones educativas respecto a la sexualidad del anciano.

Las investigaciones más recientes tanto en Cuba como en el mundo, concluyen que no existen límites de tiempo para ejercer la actividad sexual de forma satisfactoria, sin embargo, se mantiene una marcada tendencia hacia la **ignorancia y la falta de instrucción** sobre el tema de la sexualidad del adulto mayor, se desconocen las particularidades de la misma y los cambios de su fisiología, y existen prejuicios que funcionan como inhibidores sociales de la sexualidad del anciano. Consideramos que esta situación reclama cada vez con más fuerza la atención de la sociedad, en

función de capacitar e instruir a todos los grupos de edades sobre los aspectos más significativos de esta importante dimensión de la vida.

La valoración de la actividad sexual del anciano debe suponer un enfoque integral, pues más que una afectación intrínseca de la sexualidad se impone **la concurrencia de factores educativos y psicosociales**.

Es importante señalar que aquellos que tuvieron una vida sexual activa, la perpetúan, mientras que aquellos que a lo largo de su existencia ejercieron un sexo pobre y falto de interés, pierden el deseo por la sexualidad más tempranamente.^{5,10} La continuidad de la relación sexual en esta etapa de nuestras vidas es esencial, así como, favorecer de algún modo el hecho de que se fomenten nuevas parejas, en especial cuando uno de los miembros fallece y el otro expresa la necesidad o el deseo de tener compañero o compañera .

Así como el cuerpo y sus funciones experimentan cambios con la edad, de la misma manera, la sexualidad comparte este proceso: el envejecimiento. Si bien somos sexuados desde que nacemos hasta que morimos, sabemos que las posibilidades se modifican con el paso de los años. Si la vida sexual en la juventud fue placentera y satisfactoria condicionará su sexualidad en la llamada tercera edad y tratará de mantenerla, no así los que tuvieron un pasado disfuncional.¹⁰

Se ha dicho que los comportamientos sexuales en estas edades están más relacionados con aspectos como la confianza, el amor y la comunicación con su pareja, actitudes subjetivas hacia su propio cuerpo, hacia el estado de salud y hacia la sexualidad, que con factores biológicos.^{10,11}

Lógicamente, la sexualidad del anciano sufre modificaciones que son generadas por el propio envejecimiento fisiológico, y exigen una adaptación de la conducta sexual de la pareja que propicie una sexualidad gratificante, libre de frustraciones y ansiedades.

Numerosas investigaciones han demostrado que los ancianos no son asexuales, y que los sentimientos y el deseo sexual pueden estar presentes durante toda la vida.^{10,12} Se deberá mantener respeto y equilibrio entre intimidad, dignidad y derechos del adulto mayor, pues no hay que olvidar que tienen facultad para sentir placer y en muchas ocasiones precisan tocar, sentir calor y recibir afecto. Sin olvidar que en este período de la vida se ama de manera más profunda, más sensual que genital. Una mirada o una caricia pueden valer más que muchas declaraciones de amor, por lo que el inmovilismo afectivo no deberá nunca existir.¹⁵

En la edad geriátrica, la sexualidad adquiere otra dimensión, la necesidad de relacionarse con otra persona, de expresar sentimientos, de recibir afectos del otro, no se pierde por más viejos que seamos.⁶ El adulto mayor requiere de mayor capacidad de diálogo, demanda más amor, ternura, confianza, afecto en la relación de pareja, necesita compartir placer, con o sin actividad sexual, sin embargo, el conocimiento que tienen las personas, incluso los mismos ancianos, dista de esta concepción, lo que genera alteraciones en la convivencia y en la dinámica familiar, además de las frustraciones que repercuten en el estado emocional de las personas involucradas en esta situación, principalmente los ancianos quienes resultan ser los más desfavorecidos. Debemos

tener en cuenta que la educación e instrucción de las personas constituye un medio eficaz para aportar la información sobre los cambios que van a ocurrir en su vida sexual; que dichas variaciones sean vivenciadas como fenómenos fisiológicos normales y, de este modo, eliminar falsas concepciones sobre la sexualidad.

Contradicciones éticas respecto a la sexualidad del adulto mayor.

La dimensión ética de la sexualidad se relaciona con la estructuración de los sistemas de códigos de ética, valores y normas legales que son conformadas socialmente para regular el comportamiento sexual y a pesar de que juegan un papel importante en la convivencia social y prescribe lo que se debe o no hacer, lo que se considera aceptable o censurable, persisten actitudes retrógradas respecto a la sexualidad del anciano como la censura, el reproche, el miedo, las risas o los chistes, el rechazo y la burla⁶, por parte de su propia familia; quienes consideran como bochornoso y ridículo el establecer nuevas relaciones de pareja en la ancianidad, y asumen actitudes de desprecio hacia el anciano, justificando su conducta con falsos moralismos, estigmas y convencionalismos sociales, donde la sexualidad de este aparece separada de la pureza, de lo que no se considera aceptable o adecuado, además es catalogado como indecente e inmoral.¹⁸ Esto funciona como el principal responsable de la desvalorización social del anciano, al juzgar de forma inadecuada y discriminatoria la sexualidad del mismo.

El llevar una vida sexual activa en la ancianidad, de forma responsable, sin transgredir normas sociales, sin pérdida de valores ético-morales y sin renunciar a los principios de convivencia familiar y social; no debiera implicar conflictos en las relaciones familiares, pero desafortunadamente, sucede con nuestros abuelos. No es correcto que los ancianos sean juzgados por su propia familia, de quien esperan y necesitan comprensión y aceptación.

Tanto la familia, como los amigos y la sociedad en general, deben respetar los derechos de los adultos mayores con respecto a la sexualidad, sin asumir actitudes discriminatorias en cuanto al sexo, es decir, en igualdad de género.⁷ Deben respetar su individualidad, su capacidad para tomar decisiones y su autonomía, sin embargo muchas veces ocurre lo contrario, y no solo son criticados y rechazados; sino que suelen ser incluso maltratados.

Conclusiones

- 1- Los prejuicios y estereotipos sociales se instauran con tal arraigo en el sistema de creencias de las personas, que modelan una tipificación rígida que impide vivir la sexualidad de forma armónica.
- 2- La escasa información sobre los cambios que van a ocurrir en la vida sexual de los ancianos, constituye un factor principal implicado en la génesis de gran parte de los trastornos del funcionamiento sexual que se observan en éstos.
- 3- Es necesario conocer y manejar la sexualidad como problemática individual y sociofamiliar para poder actuar de manera directa y eficaz sobre la creciente población senescente.

4- Se impone adoptar estilos de vida que tomen en consideración modelos participativos y alternativos, aceptando la diversidad de criterios, sentimientos y comportamientos humanos.

5- Con la sistemática capacitación y ejecución de programas de educación sexual dirigidos a nuestros ancianos y población en general, se puede alcanzar una mayor sensibilización hacia las particularidades de la sexualidad, lo que contribuirá al bienestar y calidad de vida de esta población en franco ascenso.

Referencias Bibliográficas

1. Núñez de Villavicencio Porro F. Psicología y Salud. La Habana: Editorial Ciencias Médicas; 2001.
2. Rodríguez Boti R. La Sexualidad en el atardecer de la vida. Santiago de Cuba: Editorial Oriente; 2003.
3. Orosa Fraíz T. La tercera edad y la familia: una mirada desde el adulto mayor. La Habana: Editorial Félix Varela; 2003.p.67-93.
4. Centro de Investigaciones sobre "Longevidad, Envejecimiento y Salud". Centenarios en Cuba. Los secretos de la longevidad. Instituto de Investigaciones sobre Longevidad, Envejecimiento y Salud. Publicaciones Acuario: Centro Félix Varela. La Habana Cuba. 2012.
5. Martínez Monge Ch, Derribando mitos sobre la sexualidad en adultos mayores. Disponible en: <http://vital.rpp.pe/expertos/derribando-mitos-sobre-la-sexualidad-en-adultos-mayores-noticia-1066708>
6. Orosco Mares I, Rodríguez Márquez D. Prejuicios y actitudes hacia la sexualidad en la vejez. Prejuicios y actitudes hacia la sexualidad en la vejez [Internet] México: Universidad Autónoma México;2012[citado 11 Ener 2012]. Disponible en <http://www.iztacala.unam.mx>.
7. Villar, F., Montero, M., Giuliani, M.F., Serrat, R. & Arias, C.J. (En prensa). Representaciones de la sexualidad en la vejez: comparación de las creencias de jóvenes y mayores en Argentina, España y México. VII Congreso de la Asociación Latinoamericana de Población. Aprobado para su publicación. Foz do Iguazu: 17 a 22 de octubre de 2016.
8. Cuba estará entre países más envejecidos del planeta en el 2050 [Internet]. 2012 [citado 2012 feb 10]; [1 pantalla] Disponible en: http://www.sendasenior.com/El-envejecimiento-en-cifras_a638.html
10. Sapetti A. La sexualidad en el adulto mayor. Revista Psicodebate. Facultad de Ciencias Sociales. Universidad de Palermo.2013
11. Sapetti A. Derecho al goce: Guía sexual para la mujer del siglo XXI. Ediciones LEA; 2016.
12. Quevedo León L. Importancia de la sexualidad en el adulto mayor: una mirada desde el cuidado de enfermería. Rev Cultura Cuidado. 2013 [citado 18 Nov 2016]; 10(2): 70-9. Disponible en: <http://www.sidastudi.org/resources/inmagic-img/DD18402.pdf>
13. Díaz Noriega O. La sexualidad en la tercera edad. En: Díaz Noriega O, editor. Antología en la sexualidad humana. México: Conapo; 2003. p. 763-8.

14. Perdomo, I., Orian N., Segredo, A. & Martín, X. Conducta sexual de los adultos mayores en el área de salud Tamarindo. Rev Cubana Med Gen Integr (2013). Vol 29 N°1. Pag. 8-19 Disponible en: <http://www.medigraphic.com/pdfs/revcubmedgenint/cmi-2013/cmi131c.pdf>
15. Piñango, D. & Fontalvo, C. Caracterización de la Sexualidad en Ancianos de la Comunidad Sol Amada. Portales Médicos. (2010). Disponible en: http://www.achm.cl/file_admin/archivos_munitel/adul/adul14.pdf
16. Cerquera, A., Galvis, A & Cala M. Amor, sexualidad e Inicio de Nuevas Relaciones en la vejez: Percepción de tres grupos etarios. Psychologia: avances de la disciplina. (2012) Vol. 6 N° 2. Pag. 73-81. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=297225788009>
17. Organización de las Naciones Unidas. La situación demográfica en el mundo: Informe conciso. Nueva York (Estados Unidos de Norteamérica: Departamento de Asuntos Económicos y Sociales. 2014.
18. Herrera PA. Sexualidad en la vejez: ¿mito o realidad?. Rev. chil. obstet. ginecol. [Internet]. 2003 [citado 28 Feb 2012];68(2):[aprox. 7 p.]. Disponible en: http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S071775262003000200011&Ing=es Cervera Díaz MC, García Sáiz J.
19. OMS. Estadísticas Sanitarias Mundiales. (2014). Disponible en: <http://www.who.int/mediacentre/news/releases/2014/world-health-statistics2014/es/>
20. Llanés Betancourt C. La sexualidad en el adulto mayor. Revista cubana de enfermería. 2013 Julio-Septiembre; 29(3).
21. Profamilia Colombia. ¿qué es la sexualidad?. (2013) Disponible en: http://profamilia.com/index.php?option=com_content&view=article&id=372%3aque-es-sexualidad&catid=65&itemid=250
22. Profamilia. Encuesta nacional de demografía y salud: adulto mayor. (2010) cap. 17. Disponible en <http://www.profamilia.org.co/encuestas/Profamilia/Profamilia/images/stories/PDF-capitulos/Capitulo-17.pdf>
23. FECHAC. Adulto mayor: Una nueva etapa de vida. Fundación del empresariado chihuahuense, A.C. (2013) Disponible en: http://www.fechac.org/pdf/prodia/guia_adulto_mayor_una_nueva_etapa_de_vida.pdf
24. Organización Mundial de la Salud. [Online].; 2016 [Citado en Febrero de 2016. Disponible en: <http://www.who.int/suggestions/faq/es/>.
25. Biblioteca de salud de Castilla y León. [Online].; 2015 [Citado en Febrero de 2016. Disponible en: <http://www.saludcastillayleon.es/AulaPacientes/en/dias-mundiales-relacionados-salud/dia-europeosalud-sexual>.
26. Organización Mundial de la Salud. [Online].; 2015 [Citado en Mayo de 2016. Disponible en: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs404/es/>.

27. Pérez Conchillo M. Asociación Mundial de Sexología (WAS). [Online].; 2014 [Citado en Febrero de 2016. Disponible en: <http://www.espill.org/wp-content/uploads/2015/05/declaracion-de-los-derechossexuales.pdf>.
28. Instituto Nacional de Estadística. [Online].; 2015 [Citado en Febrero de 2016. Disponible en: www.ine.es.
29. Biblioteca Virtual en Salud España. [Online].; 2016 [Citado en Mayo de 2016. Disponible en: <http://bvsalud.isciii.es/buscar/search.php>.
30. Monteagudo, G., López, Y., Ledón, L., Gómez, M., Ovies, G., Álvarez, E., & Robles, E. El deseo sexual en varones adultos mayores, su relación con la testosterona sérica y otros factores. *Revista Cubana de Endocrinología* 2016;27(1):29-44
31. Rocabruno Mederos, JC. Tratado de Geriatria y Gerontología. En: Capítulo 7. La sexualidad en el adulto mayor. La Habana, Cuba: Editorial Científico Técnica. Instituto Cubano del Libro. 1999. p. 87-89.
32. ACUB, R. (2011). *Erótica y vejez. Perspectivas de occidente*. Buenos Aires: Paidós.
33. Díaz Noriega O, Thompson Forhes W. Sexualidad en la tercera edad. *Rev Sexol y Soc* 2003;4(9)
34. AGENCIA TÉLAM. (2015). "Envejecimiento gay y trans, una realidad que necesita mayor visibilización y menos prejuicios" en Agencia Télam, 22 de mayo de 2015. Buenos Aires. Disponible en <http://www.telam.com.ar/movil/notas/201506/109899-vejez-gay-transdiversidad.html>.
35. ACUA MAYOR. (2015). *La diversidad sexual no tiene edad – Jorge*. [Campaña publicitaria]. Argentina. Consultado el 7 de octubre de 2015 en <https://www.youtube.com/watch?v=n16Pm9i6RmM>.