



UNIVERSIDAD DE LA REPÚBLICA
FACULTAD DE PSICOLOGÍA

TRABAJO FINAL DE GRADO

Ensayo

PERSONAS MAYORES: PREJUICIOS SOBRE LA SEXUALIDAD

Docente Tutora:

Mag. María Carbajal

Revisora:

Dra. Lucía Monteiro

Estudiante:

Marisol Milagros Libiapoma Quiroz C.I. 5952247-3

Montevideo, Uruguay
Abril, 2023

Agradecimientos

Agradecimientos académicos:

Deseo expresar mi profundo agradecimiento a la Universidad de la República, por la oportunidad que me ha dado de realizarme profesionalmente.

Agradezco también a los docentes que contribuyeron en mi formación.

Por último, agradecer a mi tutora, por su comprensión, su paciencia, y por todos sus aportes.

Agradecimientos personales:

Primeramente, un agradecimiento especial a mi madre, María, a quien deseo dedicarle este trabajo. Mi madre quien siempre ha confiado en mí, por impulsarme a seguir adelante, por ser mi aliento, por ser mi ejemplo, por ser una persona tan maravillosa y por estar en cada momento.

También quiero agradecer a mi padre y a mis hermanos, quienes han sido mi fuente de fortaleza para seguir adelante.

Agradezco a mi familia, su amor y aliento han sido fundamentales para superar cualquier obstáculo.

Agradecer a mi amor, por su cariño, comprensión y acompañamiento en esta etapa de estudio.

No puedo dejar de mencionar a mis queridas amistades y a todas las personas que de alguna manera me acompañaron en este proceso. Su presencia y apoyo han sido invaluable.

ÍNDICE

Introducción	3
Desarrollo	5
Envejecimiento y vejez	5
Perspectivas de la vejez	6
Prejuicios, estereotipos y mitos hacia la sexualidad en la vejez- Construcción social	8
Sexualidad	11
¿Cómo influyen en las personas mayores las creencias sobre la vejez y la sexualidad que están socialmente aceptadas?	12
¿Por qué es necesario abordar el erotismo y la sexualidad en las personas mayores?	15
Otra mirada a la vejez	17
¿Qué aportes se pueden dar desde la Psicología?	20
Reflexiones finales	22
Referencias bibliográficas	24

**“Una sociedad afirma que su futuro
y su fortuna están ligados, no solo
al número y virtud de sus ciudadanos,
(...) sino también a la manera en que cada cual
hace uso de su sexo” (Foucault, 1977: 18)**

Introducción

El presente ensayo se enmarca en el trabajo final de grado de la Licenciatura de Psicología de la Facultad de Psicología de la Universidad de la República, Uruguay.

Este trabajo académico problematiza en torno a la vejez-sexualidad basándose en la lectura de diversos autores, a su vez, busca repensar las creencias que se tienen y son atribuidas a los “viejos”, las cuales asocian a la vejez con enfermedad dejando ver uno de los prejuicios negativos que existe (Salvarezza, 1988).

Distintas investigaciones muestran que la sexualidad en la vejez sigue siendo invisibilizada y anulada socialmente, continúa siendo un tema tabú, incluso se llega a creer que los viejos son asexuados. Como menciona Leyva (2008), las personas, incluidos profesionales sanitarios, consideran que las relaciones sexuales en la vejez son anormales, se asume que el sexo en personas mayores está fuera de lugar. El autor declara que es la sociedad quien define que en la vejez no hay lugar para la vida sexual puesto que ya no sirve para la reproducción (Leyva, 2008).

Como se desarrollará más adelante, la sexualidad, además de ser posible en la vejez, también es necesaria y está presente en la vida de los seres humanos. Su estudio es principalmente importante para poder comprender y derribar algunos mitos que están fuertemente arraigados.

La razón por la cual se aborda esta temática, es debido a la escasa producción bibliográfica, otra de las razones es que Uruguay es el segundo país más envejecido de América Latina, por lo tanto, se debe prestar atención a estos temas. Juan José Calvo (2008) argumenta que el envejecimiento en Uruguay continuará profundizándose en los próximos años.

Otro de los motivos es que se está produciendo un envejecimiento de la población gradual a nivel mundial, esto se debe al ritmo de vida y a los cambios relacionados con las tasas de natalidad y de mortalidad universales. Ramos & Melguizo (2017), menciona que en el año 2017, las Naciones Unidas censaron casi 970 millones de personas mayores de 60 años en el mundo, y se espera que para el 2050 dicha población se duplique.

Tomando en cuenta estos argumentos, este ensayo busca reflexionar sobre el tema de las personas mayores y la sexualidad, así también, desmitificar algunos de los prejuicios, mitos y creencias que rodean a la vejez, con el interés de contribuir a que estas personas vivan su vida sexual plena y afectiva sin miedos, sin vergüenza y sin tabúes. Para ello, se mencionarán aspectos que juegan un rol importante en esta etapa de la vida, como lo son los biológicos, psicológicos y sociales, entre otros.

Para una mejor comprensión, las dimensiones que serán desarrolladas son: envejecimiento y vejez, perspectivas de la vejez, prejuicios y mitos, erotismo y sexualidad. Y en el cierre, se darán unas reflexiones finales.

Desarrollo

Envejecimiento y vejez

Estudiar las sexualidades en las personas mayores resulta relevante por diversos motivos, ya que, como mencionan diferentes autores, en comparación con décadas pasadas, hoy contamos con un envejecimiento acelerado en la población, algunos de los factores que inciden en este crecimiento, son la disminución de las tasas de natalidad y el aumento en la esperanza de vida. Se estima que la cantidad de octogenarios y nonagenarios aumentará casi cuatro veces la cifra actual (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2019). Todo esto trae consigo el desafío del envejecimiento en la población, desafío al cual Uruguay no es ajeno, ya que el 19% son personas mayores de 60 años (Berriel, Pérez, Rodríguez, 2011). En Uruguay se presenta el incremento en la esperanza de vida, representado en una mayor longevidad y reflejado sobre todo por las mujeres adultas mayores.

De acuerdo a lo mencionado, se hace necesario abordar temas que son importantes en esta etapa de la vida, entre ellos la sexualidad.

Los autores tienen distintas opiniones de lo que es la vejez, lo que sí se sabe es que el envejecimiento se da desde que se nace y que todos los días se está envejeciendo, es un proceso que inicia con el nacimiento y se va construyendo a lo largo de la vida del sujeto (Carbajal, 2014). A decir de Barraza y Castillo (2006), el envejecimiento es un proceso universal, continuo, dinámico, progresivo e irreversible, y hasta el momento inevitable donde ocurren cambios biopsicosociales.

Otra de las posturas es la de Fernández Ballesteros (1996) quien menciona que no es fácil establecer una edad cronológica para definir la vejez, ya que esta es multidimensional. También plantea tres dimensiones del concepto de vejez: la edad biológica, la edad subjetiva y la edad social.

Se piensa que la vejez y el envejecimiento significan lo mismo, pero como argumenta Salvarezza (1998), la edad de la persona se la define por cuestiones subjetivas, cronológicas, y sociales. Por lo tanto, la definición personal que uno tenga con respecto a la vejez va a depender en gran medida de la propia percepción de lo que es “ser viejo” (Salvarezza, 1998).

La vejez se diferencia del envejecimiento, como plantea Sánchez (2000) el envejecimiento es concebido como un proceso, particular y complejo, por el cual transcurrimos durante toda nuestra vida. Además, la vejez no significa falta de capacidades, de autonomía, ni de posibilidad de decisión, ser viejo tampoco es sinónimo de estar enfermo. Como se ha comentado anteriormente, existen distintas formas de envejecer, y esto depende del contexto sociocultural y del momento histórico (Carbajal y Lladó, 2009)(Sánchez, 2017).

En cuanto a Uruguay, Berriel, Carbajal, Paredes y Pérez (2013) mencionan que la sociedad uruguaya presenta dificultades para pensar en su propio envejecimiento. Se suele asociar a la vejez con el fin de la vida, con la enfermedad, la pasividad, con la dependencia, etc. Para la sociedad, la vejez se presenta como un problema individual, al que cada quien debe afrontar de la mejor manera posible.

Por lo visto hasta el momento, se desprende que hay diferentes tipos de vejez, lo cual depende de la salud, condiciones, etc. Este trabajo va a tomar como referencia el concepto de vejez como un resultado multicausal.

Perspectivas de la vejez

A partir de los cambios que se presentan en la vejez, algunos autores han enfatizado en los aspectos biológicos, centrándose en las pérdidas y déficits y en cómo estos cambios influyen en la sexualidad. A continuación se describen algunas posturas:

Según Lozano, “Desde el punto de vista biológico, existen diferentes explicaciones del envejecimiento, que coinciden todas en aceptar la presencia de una pérdida progresiva y uniforme del estado óptimo de salud y del vigor, que afecta la mayoría de las funciones fisiológicas, cognitivas, emocionales y del comportamiento” (2011, p.23).

Por su parte, Thomas Mulligan (1998) menciona que, aunque las personas pueden tener una sexualidad activa en la vejez, hay cambios en el envejecimiento que influyen sobre el sexo. Es así que en el hombre, hay una serie de cambios físicos, como la disminución en el interés sexual. En cuanto a las mujeres, Mulligan expone que empieza a disminuir los niveles de estrógenos y progesterona con el cese de la fertilidad, eso conlleva una serie de cambios en el envejecimiento reproductivo durante un proceso lento que repercuten en distintas áreas y sistemas que se conoce como la menopausia.

La sexualidad no solo pasa por el coito o el acto sexual, puede pasar por emociones, por abrazos, compañía, buena charla, etc., por “satisfacciones indirectas” como plantea Simone De Beauvoir (2011). Por lo tanto, los cambios en la función sexual de las personas mayores no terminan con su sexualidad. Entonces, cabe preguntar si el hecho de enfocar la vejez únicamente al factor biológico, ¿podría contribuir a que este segmento de la población sea vista como inferior en comparación con la población joven y contribuir también a la creencia de que la sexualidad es exclusiva de la juventud?

Otra de las perspectivas es a la que hace referencia Prieto (2006), quien señala que, aunque en la vejez se presentan cambios que influyen con la actividad sexual, estos no pueden ser explicados solamente por factores fisiológicos, ya que también se deben tomar en cuenta los factores psicosociales, y la cultura. Otros factores que influyen en la sexualidad, son la educación y la historia de cada persona (Prieto, 2006).

Otra postura es la de Figari, quien dice que las prácticas sexuales son un producto histórico y social más que una consecuencia universal de nuestra biología común. También menciona que lo biológico constituye las condiciones previas para el ejercicio de la sexualidad humana, operando como límite pero también como condición de posibilidad de lo sexualmente posible (Figari, 2007).

Ante los distintos procesos de envejecimiento y tomando en cuenta que la sexualidad es amplia y compleja, surgen algunas interrogantes: ¿es posible hablar de las personas mayores como un grupo homogéneo?, ¿por qué la sexualidad sigue siendo ligada únicamente a la reproducción?, y por último ¿es necesario ver a las personas mayores más allá de los aspectos biológicos?

Prejuicios, estereotipos y mitos hacia la sexualidad en la vejez- Construcción social

Históricamente la vejez y el envejecimiento han estado rodeados de mitos, prejuicios y estereotipos que han construido la imagen de la vejez.

En cuanto a los estereotipos, Fernández-Ballesteros (1992) los señala como “falsas concepciones o creencias que actúan a modo de clichés en el acercamiento a un fenómeno, grupo social u objeto” (p.20). Son inexactos, despectivos y pueden favorecer la aparición de conductas discriminatorias (Carbajo, 2009).

Mientras el prejuicio es una actitud negativa hacia alguien, el estereotipo es una creencia generalizada sobre los atributos de un grupo que puede generar un prejuicio. La diferencia entre ambos es que el estereotipo tiene un carácter descriptivo, mientras que, el prejuicio es evaluativo y emocional (Vicente, 1999).

El prejuicio puede ser expresado a través de actos violentos, es decir, de una forma evidente o de forma sutil con actos de evitación (Baron y Byrne, 1998).

Algunos mitos y prejuicios:

Viejismo: Salvarezza denomina “viejismo”, al conjunto de prejuicios, estereotipos y discriminaciones que se aplican a los viejos simplemente en función de su edad. El autor también señala que hay una mirada marcada por connotaciones negativas, que surgen de la comparación que se hace de la vejez con la fortaleza de la juventud (Salvarezza, 2002).

Edadismo: Butler define este término como el prejuicio sistemático contra las personas por el hecho de ser mayores, implica imágenes, actitudes y creencias sociales que las discrimina (Butler, 1969).

Infantilización: Aparecen expresiones de “son como niños”, “los abuelos”, etc., lo cual refleja una pérdida de la identidad. Según Carbajal et al. (2018), esta forma de comunicación, que incluye la infantilización, desconoce las propias necesidades y preferencias, así como el sentido de identidad de los sujetos, esto podría reforzar la dependencia y disminuir la autoestima.

Asexualidad: Muchas personas tienen la creencia errada de que las personas mayores son seres asexuados (Hernández, 2013). Este mito es reforzado por patrones

sociales y creencias personales de cada individuo. Se cree que las personas mayores pierden el interés sexual cuando envejecen.

Estos son algunos de los prejuicios y mitos que permiten ver que, hay una visión estereotipada con relación a que los cambios que ocurren en la vejez son negativos y que consisten en perder habilidades y capacidades (Vega y Bueno, 2000). Matras (1990) argumenta que hay una valoración negativa de la vejez, donde la persona mayor aparece como físicamente disminuida, mentalmente deficitaria y con una disminución del estatus social. También se cree que el deterioro de la persona mayor abarca lo cronológico, biológico, psicológico y lo sociológico (Rodríguez Domínguez, 1989).

“Culturalmente, se ha mantenido una actitud negativa dada por una serie de prejuicios basados en los cambios físicos que experimentan, los roles pasivos que limitan y estereotipan las múltiples formas de relación y funciones, la incorrecta asociación entre sexo y reproducción y la relación innecesariamente establecida entre sexualidad y coito” (Guevara Bello, 2007: 9).

Son interesantes los datos en la población británica, con los cuales se afirma que el edadismo es la principal razón de discriminación en comparación con la discriminación de género, religión u orientación sexual (Age Concern, 2000). Así también, Greenberg, Pyszczynski y Solomon (1986) sugieren que el prejuicio por la edad surge del miedo de la propia mortalidad. Otro dato interesante con respecto al prejuicio del viejismo, es que, es el miedo a la vejez una posible explicación para que ocurra este prejuicio (Nelson, 2002).

Se han realizado estudios para analizar las actitudes negativas hacia la vejez y el envejecimiento y se ha comprobado su presencia en sectores de la población como los niños, adolescentes y adultos, pero no entre las personas mayores (Nelson, 2002).

Por lo expuesto, cabe señalar que producto de modelos identificatorios, es desde la infancia que se adquieren los prejuicios, por lo tanto, si se concibe la vejez como etapa de pérdida, enfermedad u otros atributos negativos, también será fácil que se asocie la asexualidad a las personas mayores, y que cualquier manifestación sexual sea vista como anormal (Salvarezza, 1994).

El resultado es que las personas mayores conviven con estos prejuicios, los cuales afectan el goce de sus capacidades y su propia autonomía dejando como consecuencia procesos de desubjetivación (Agamben, G., 2011). Sánchez señala que las falsas creencias

son negativas en la vida de los individuos y lo que llegan a producir son prohibiciones, persecuciones y opresión (Sánchez, 1998:127).

Otros de los mitos y las creencias falsas que se tienen de los “viejos”, y que son destacados por Abraham Botbol (2005) en su artículo “Una intervención psicosocial en sexualidad de la vejez”, se encuentran los siguientes:

- Que los viejos no tienen intereses sexuales, ni actividad sexual.
- Que las personas mayores solo necesitan contacto y cariño, no sexo.
- Que las mujeres de más de 70 años no llegan al orgasmo.
- Que con la menopausia empieza la vejez y termina la vida sexual de la mujer.
- Los viejos son impotentes.
- El exceso sexual en la juventud lleva al agotamiento en la vejez.
- Que las personas mayores no son capaces de enamorarse.
- Que el casamiento entre personas mayores es reprobable.
- Que toda actividad sexual de la persona mayor es perversa y regresiva.
- Los “ancianos” cometen más delitos sexuales que los demás (Botbol, 2005).

Queda claro que hay una serie de “creencias, relaciones e identidades históricamente conformadas y que están construidas socialmente” (Weeks, 1998, p.182).

Sexualidad

La sexualidad ha sido una materia de discusión en muchos momentos de la historia. Una de las concepciones más comunes ha sido su relación con la condición biológica, pero, es a partir del siglo XX que aparecen estudios críticos en sexualidad a partir de la obra del filósofo e historiador Michel Foucault, para quien lo sexual se construye a partir de la práctica social por lo cual no sería posible comprender lo sexual solamente en términos biológicos ya que dicho análisis sería incompleto.

Michael Foucault (1990) plantea a la sexualidad humana como un constructo social, que se transforma a lo largo de las épocas y culturas. El autor también aborda las reglas, prohibiciones, impedimentos, restricciones y deseos asociados a la sexualidad. Foucault señala que los dispositivos de dominación y las relaciones de poder, pueden modificar comportamientos y trae como resultado la sumisión de los cuerpos que poco a poco se van “disciplinando” (Foucault, M., 1988).

Foucault (2007) indica que a comienzos del siglo XVII “las prácticas” y con ellas las “prácticas sexuales”, no eran secretas. Es en la época victoriana, de la mano del desarrollo del capitalismo, que aparece la represión y se comienza a controlar y a producir la sexualidad. Resultó difícil nombrar el sexo, entraron el silencio y la censura. Se empieza a expresar todo lo que se hacía, o se deseaba en relación a la sexualidad, a través de la práctica de confesarse, desde la pastoral cristiana en la Edad Media.

En la actualidad, parece imponerse un modelo hegemónico de sexualidad, como señalan Ramos, Forrissi y Gelpi (2015), es un modelo que opera en el imaginario social, reproduce desigualdades y se caracteriza por ser heterocentrista, tiene su enfoque en lo reproductivo y en lo genital, su norma es la heterosexualidad, y desde ese lugar se construye lo que se considera socialmente aceptable y deseable.

Sexo - sexualidad

Es necesario aclarar que sexo y sexualidad no son lo mismo. El Centro de Estudios de Desarrollo Regional – CEDER-(2006) menciona lo siguiente sobre el término “sexo”: “Es el conjunto de características biológicas que diferencian a la especie humana en hombres y mujeres, diferencia que se hace evidente a través de los genitales externos”. En cuanto a la “sexualidad” dice que es: “La manera de cómo una persona siente, piensa y actúa como ser

sexual, dependiendo del tipo de sociedad en que se encuentre, la sexualidad es cambiante, es decir, no es la misma en todos los lugares y en todas las épocas” (CEDER, 2006).

La sexualidad hace referencia a una dimensión fundamental del hecho de ser humano, que nos acompaña durante toda nuestra existencia y comprende, entre otros, la orientación sexual, el sexo y el género. Se expresa a través de pensamientos, fantasías, erotismo, creencias, vínculo emocional, amor, etc., y está influenciada por factores biológicos, psicológicos y sociales. Por lo tanto, se practica y se expresa en lo que somos, sentimos, pensamos y hacemos (OPS, OMS, WAS, 2000).

A su vez, Ogliastri (2010) sostiene que la sexualidad es tal vez uno de los temas que requiere de una visión integral que contemple los aspectos psicológicos, biológicos y sociales.

En relación a la sociedad, se observa que prevalece un modelo predominante de sexualidad que enfatiza la juventud y la capacidad reproductiva, realzando el encanto y la hombría. Esto genera un prototipo aislador de las personas mayores y considerarlas viejas para tener relaciones sexuales (Babnik, Karnjus, Licen & Rebec, 2015).

Es importante tener en cuenta que la sexualidad no es igual en todos los individuos, sino que es una construcción social y puede adoptar diversas formas en diferentes tiempos y espacios culturales (Figari, 2007). Esto implica que en cada época y cultura ha surgido un paradigma de la sexualidad desde el cual se ha construido experiencias, creencias y valores.

¿Cómo influyen en las personas mayores las creencias sobre la vejez y la sexualidad que están socialmente aceptadas?

La sociedad tiende a evitar la idea de una persona mayor activa sexualmente, se cree que ha superado la edad para vivir y disfrutar de su sexualidad. Esto contribuye a pensar que la vida sexual en esa etapa es inexistente, lo que puede llevar a que algunas personas mayores se distancien de sus cuerpos y deseos.

Echenique (2006) advierte que tanto la sociedad como las propias personas mayores tienen desconocimiento en el tema, lo que conlleva a que las personas mayores perciban su sexualidad como una carga y experimenten sentimientos de culpa. Además, sienten que la sociedad los invisibiliza y les niega el derecho a expresarse sexualmente.

La presencia de prejuicios, así como actitudes sociales y familiares ante la vida sexual de estos individuos, como la censura, las risas, chistes, entre otros estereotipos y mitos, generan una desinformación permanente en la vejez. Esto tiene como resultado que la persona mayor se convierta en destinataria de sus propios prejuicios (Pérez, 2008). Tal es así que:

Iacub (2014), menciona que históricamente se ha ahogado la capacidad de las mujeres de legitimar su deseo como parte de su erótica, lo cual las ha llevado a la renuncia de sus placeres eróticos. Este estigma las ha acompañado a lo largo de sus vidas, interiorizando el silencio y la prohibición erótica en lugar del placer. Esto dificulta que las mujeres descubran prácticas que les permitan disfrutar de su sexualidad (Coria, 2012; Freixas, 2013). El resultado es la frigidez (anorgasmia, rechazo al intercambio erótico), lo que algunos autores señalan como feminidad castrante (Doring, 2001).

Hay poca aceptación del deseo sexual femenino, lo que ha llevado a estigmatizar a las mujeres que responden activamente a sus deseos y necesidades sexuales.

Como señalan Sherry y Harriet (1996), la mujer no se siente con el derecho de desear a alguien, tampoco a la autoestimulación para provocar el propio placer, ya que percibe su cuerpo como objeto de trabajo y sacrificio. Hay un “deber ser” socialmente impuesto, y que ha sido internalizado a lo largo del proceso de socialización.

Por el contrario, los hombres son educados para sobregenitalizar en una sociedad que da culto a la virilidad (Aldana, 2008; Butler, 2013). Para ellos, el erotismo se reduce principalmente a los genitales. Los hombres educados bajo esta premisa otorgan mayor importancia a los fenómenos fisiológicos relacionados con la eyaculación y el orgasmo, considerándolos como sinónimo de masculinidad.

Otra consecuencia que trae el prejuicio es que, si se desaprueba que dos personas mayores se enamoren, estas terminan inhibiendo y reprimiendo sus sentimientos, de alguna forma se los condena a estar solos, o estar lejos de la persona que desean (Mannoni, 1997).

Considerando lo expuesto, es crucial ser cuidadosos con los estereotipos, ya que estos, al igual que los roles sociales atribuidos a las personas mayores, determinan el autoconcepto y la autoimagen que ellas tiene de sí mismas (Carbajo 2009, p.92)

La sexualidad es un derecho de todos los seres humanos. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), es central en el ser humano y está presente durante toda su existencia. Este aspecto abarca la capacidad de sentir placer y engloba aspectos físicos, sentimentales y emocionales (Hernández, 2013).

Álzate (1997) argumenta que pese a los cambios del envejecimiento, el individuo sigue manteniendo la capacidad para mantener actividad sexual. Según Salvarezza (2002), el deseo sexual es el mismo durante toda la vida y solo se interrumpe si se está regulado por la opresión interna o cultural.

La sexualidad de la persona mayor ha sido negada e incluso ocultada, además se suman patologías, el proceso de envejecimiento y el deterioro (Flores-Colombino, 1998).

Como se ha descrito, la sexualidad de las personas mayores está rodeada de mitos, prejuicios y tabúes, lo cual impide que en esta etapa de la vida del ser humano, este pueda disfrutar de su sexualidad de manera plena. El hecho de que se juzgue a la vejez como algo feo e indeseable influye negativamente.

A decir de Sánchez Salgado (2005, p.73), manifestar su sexualidad los enfrenta a sentimientos contrapuestos, ya que por un lado, sienten la necesidad de vivirla libremente, pero por otro lado, temen ser etiquetados de forma negativa, es por ello que llegan a ocultar lo que piensan y sienten, por miedo a ser tachados de ridículos.

“...quien transgreda esta prohibición de nuestra cultura, será percibido como alguien perverso, pervertido, ridículo o grotesco” (Vásquez, 2006: 269).

Distintas expresiones como “los años vividos”, “ya no están para eso”, y otras similares, se utilizan como excusas para cancelar la vida sexual de las personas mayores. Son creencias limitantes, como la idea de que la vejez es algo horrible y que pone fin a la sexualidad, sin comprender que no todos envejecen de la misma manera. Esta forma de pensar trae como consecuencia que las personas mayores asuman el término de su propia vida erótica, no solo en el ámbito sexual, sino también algunas veces al rechazo de cariño y al contacto físico (Garita Sánchez, 2004). Por lo tanto, es importante comprender la sexualidad desde una perspectiva amplia, sin limitarla únicamente al contacto físico.

Es relevante entender la sexualidad como parte natural, necesaria y saludable de la vida del ser humano, y que las personas mayores tienen derecho a ejercerla y disfrutarla (Llanes, 2013). Como plantean Mace, Bannerman y Burton, una sexualidad sana debe estar

ausente de temores, de sentimientos de vergüenza y de culpa, así como de creencias que perturben las relaciones sexuales. Se debe promover la sexualidad en la vejez ya que es inherente al ser humano y es una necesidad fisiológica y emocional presente en todas las etapas de la vida del sujeto. (Árraga, 2013).

Para concluir este apartado, cabe destacar que, como afirma Loreto (2006), todas las personas que alcanzan la longevidad, son sexuales. Es errado creer que no existe actividad ni apetito sexual en las personas mayores.

Por lo tanto y según lo desarrollado hasta el momento, no puede haber envejecimiento sin sexualidad

¿Por qué es necesario abordar el erotismo y la sexualidad en las personas mayores?

Iacub (2007) menciona que el erotismo en la vejez es una temática poco abordada, lo cual habla de la negación que la sociedad tiene sobre el tema. Gracias al conjunto de mitos y estereotipos, se atribuyen a la vejez el retiro del ejercicio erótico (Iacub, 2006).

Hay distintas definiciones de lo que es la erótica, es así que Bauman (1999) la expone como el modo en que se procesa el sexo en la cultura. Por su parte, Foucault (1995) entendía el arte erótico como la búsqueda o realización de un tipo de disfrute relativo a lo sexual, a una relación personal.

Iacub (2006), sostiene que es una fantasía pensar que se es viejo para realizar ciertas acciones. Los cambios psicológicos o fisiológicos que pueden aparecer en la vejez afectarán al goce, pero no necesariamente tiene que afectar la capacidad erótica de una persona. Iacub señala que en el erotismo se parte desde los genitales y sigue por todo el cuerpo, por todos los sentidos y abarca el deseo, el amor y otras formas de obtener placer. Así también para López Sánchez (2005) lo erótico incluye el sentirse queridos, valorados y reconocidos, experimentar apoyo, las caricias, besos, abrazos y disfrutar del placer.

También hay que tener en cuenta la libido, que es una energía que emana de la búsqueda del placer. Freud le dio el sentido de la energía sexual e impulso de la sexualidad humana (Doring, 2001). En el lenguaje del erotismo, se le define como la tendencia profunda, que empuja a un sujeto a apropiarse de un elemento del exterior, o de otro ser (Lagarde, 1997).

El ejercicio activo del erotismo responde a la necesidad afectiva que mantienen las personas hasta el final de la vida (Fouilloux, 2008).

Siguiendo el pensamiento de los autores, cuando una persona se siente libre de expresar y ejercer su sexualidad, la disfruta más allá de de las relaciones genitales u otras zonas erógenas. En cuanto al deseo, este tiene que ver con las muchas posibilidades que hay en la vida de la persona, por su parte, el erotismo focaliza la búsqueda y la realización del goce y lo hace de una forma amplia.

Sin lugar a dudas, los estereotipos y prejuicios sobre la vejez y el erotismo pueden afectar de forma negativa la experiencia de las personas mayores (Fouilloux, 2008).

Se cree que no es lo mismo vivir la sexualidad en la etapa de la juventud que en la vejez, sin embargo, como se puede observar en este trabajo, la sexualidad no es exclusiva de los jóvenes, existe en la vejez y no desaparece con los años, los cambios físicos pueden hacer que las personas adapten su sexualidad, pero, el interés sexual no disminuye necesariamente. Además, como manifiesta Ogliastri (2010) el placer contribuye al bienestar individual, mediante la satisfacción del impulso sexual.

Otra mirada a la vejez

En base a lo mencionado, es oportuno como sociedad analizar y reflexionar las dimensiones presentes en los discursos en torno a cómo “miramos y pensamos la vejez”, cuál es la posición de cada individuo en cuanto a los significados otorgados. Es necesario elucidar tal como plantea Ana María Fernández (1989) “...pensar sobre lo hecho mientras se buscará conocer con mayor precisión eso que como hecho deberá ser deshecho, para entender su irradiada composición...” (p.18).

Tal como se pudo apreciar, existe una estigmatización sobre la vejez, pesan muchos mitos, prejuicios e ideas erróneas, los cuales se han naturalizado en la sociedad y generalmente son negativos. Se llega a asociar a la vejez con el desgaste, la dependencia, la incapacidad y la disfunción. Como sostiene Sánchez Salgado (2000), a lo largo de la historia las personas viejas han sido discriminadas, excluidas o sobreprotegidas.

Sin embargo, las personas envejecientes no son sujetos frágiles y no todas las personas por el solo hecho de llegar a la vejez se convierten en dependientes. La idea negativa que se tiene de las personas mayores como pasivas, inútiles e incapaces de ejercer responsabilidades no tiene fundamento científico (Yubero y Larrañaga, 1999). Además, es posible concebir la vejez separada de la enfermedad, ya que el proceso de envejecimiento es diferencial y está influenciado por cómo se ha vivido (Guerrini, 2010).

Es posible envejecer sin enfermedad, entonces, ¿por qué la gente tiene miedo a envejecer?, ¿por qué el sujeto no se piensa como un futuro “viejo” en la sociedad?, ¿por qué el envejecimiento causa temor o preocupación? Son la cultura y las creencias construidas socialmente las que inciden en estos temores. Además como indica Berriel et al. (2011), la vinculación de la vejez con la pasividad, la enfermedad, las “fallas” en el cuerpo en aspectos funcionales y estéticos y el temor a la soledad, lleva a constituir la en una categoría contra la cual hay que defenderse mediante la autoexclusión de la misma, “los viejos son otros”.

Si bien la vejez pone ciertos límites a las personas, también crea posibilidades, se puede ser independiente, tener experiencia, productividad, todo va a depender del nivel socioeconómico y educativo, del contexto social y el estilo de vida que afectan a la persona (Miralles, 2010).

La vejez, además de ser la historia de vida de cada persona, es también la experiencia que le permite saber lo que le gusta a su cuerpo, también se puede evaluar y comparar desde las experiencias sexuales.

Es necesario abordar y profundizar en la visión y las actitudes que existen hacia las personas mayores. Se trata de promover una mirada crítica frente a los significados sociales sobre la vejez y el envejecimiento, problematizar y eliminar los prejuicios, mitos y estereotipos. Para esta finalidad, se deben deconstruir las ideas que nos atraviesan y las visiones cargadas de rechazo y de connotaciones negativas. También es necesario aceptar que sin importar la edad que se tenga se puede vivir una sexualidad plena, ya que esta no responde a una ley que determine su finalización en la vejez.

lacub et al. (2009) propone revalorizar a la persona mayor, entendiendo y aceptando que la etapa en la que se encuentra es una continuación del desarrollo de la vida y para ello es necesario abandonar la mirada de un sujeto pasivo. Así también Sánchez (1998), sugiere que es esencial abordar y problematizar junto con las personas mayores la definición de la sexualidad desde una perspectiva amplia y que no sea reducida ni limitada a la procreación o el coito.

Otra de las formas de eliminar estas creencias podría ser interactuando y conociendo a las personas mayores de nuestra sociedad y reconocerlas como un grupo heterogéneo. Es relevante revertir la mirada negativa sobre la sexualidad en las personas mayores, visualizarlas como seres sexuados que tienen derecho a disfrutar de su sexualidad.

Las personas mayores están expuestas a numerosos estereotipos de la vejez, lo cual podría dar como resultado una activación frecuente de estereotipos implícitos negativos (Levy et al. 2000a). Los estereotipos son interiorizados y funcionan sin control consciente (Wheeler y Petty, 2001). Tomando en cuenta las palabras de estos autores, se puede inferir que los prejuicios y estereotipos al ser implícitos pueden pasar inadvertidos.

Surgen algunas interrogantes, por ejemplo, ¿qué sucede con la salud de las personas mayores si no están informadas sobre los cambios que se presentan en la vejez?, ¿qué ocurre si el personal médico también tiene una visión estereotipada? Es un hecho que la edad no protege de las enfermedades de transmisión sexual y se puede estar en riesgo, esto sumado a la desinformación, son factores que les pueden jugar en contra. Por ello, cada uno debe cuestionarse qué ideas les son atravesadas.

Además, el que los profesionales que atienden a personas mayores tengan prejuicios va a incidir en el tipo de cuidados que brindan, tal como señalan Bustillos-López y Fernández-Ballesteros (2012), quienes recomiendan dar más formación a los profesionales

de la salud y los cuidados, sobre las imágenes negativas del envejecimiento y la vejez. Como menciona Aristizábal-Vallejo (2005), “las imágenes, estereotipos y actitudes negativas o segregacionistas hacia las personas mayores tienen consecuencias nocivas en la asistencia y calidad de los servicios tanto de carácter social como médico” (p. 28). Como expone Sánchez Salgado (2000) las personas viejas “son probablemente el grupo social más diverso para el campo profesional” (p.192).

Algo que también se ha demostrado, es que en el campo de la salud, los estereotipos positivos o negativos pueden facilitar o restringir los efectos de las acciones, decisiones, actitudes y consecutivamente la salud global de la persona mayor (Dionigi, 2015). Por ello, aunque en este trabajo se hizo hincapié en la eliminación de los estereotipos negativos, no debe pasarse por alto la eliminación de los estereotipos “positivos”, por ejemplo, aquellos que relacionan la vejez con sabiduría (Meacham, 1994), así también otros atributos que se atribuyen a los viejos.

Otra área a destacar es la falta de estudios sobre la temática que implica la sexualidad en la vejez, y esto también aplica a Uruguay. Como indica Berriel et al. (2011), la sexualidad de las personas mayores ha sido un tema poco estudiado en el país, hay escasez en las investigaciones, no ha sido incorporado en las investigaciones centrales sobre envejecimiento y vejez. El autor también menciona que la vejez en la sociedad uruguaya, es valorada de forma negativa y que esto conlleva grandes dificultades para las generaciones que aún no han alcanzado esta etapa, y también lleva a un posicionamiento de autoexclusión de la vejez en las propias personas mayores, partícipes de esta visión negativa.

Estos hechos que se han mencionado pueden indicar una invisibilización, así como la falta de aceptación de la vejez por parte de la sociedad.

Uno de los objetivos frente a la imagen social dominante de prejuicios hacia la vejez debe ser estar libres de ellos, deshacerse de creencias erróneas y conocer realmente a la población mayor para lograr un mejor acercamiento con estas personas.

¿Qué aportes se pueden dar desde la Psicología?

Se puede contribuir a que las personas mayores tengan una imagen de la sexualidad basada en las necesidades y capacidades de cada uno, evitando la comparación con el modelo juvenil, respetando también sus valores y su historia personal (García, 2005).

Se deben tomar en cuenta los aspectos psicológicos que son los que reúnen las características del mundo psíquico de la persona, así también los aspectos sociales que refiere a la influencia del medio ambiente hacia la persona y viceversa. Se tiene que ver más allá de lo evidente, recordando el respeto a la intimidad (Pareja y Sánchez, 2016).

También se pueden repensar las prácticas profesionales con personas mayores que incluya el abordaje de su sexualidad, con la finalidad de que su vida sexual mejore. Para lograr esto, es necesario generar más espacios, programas, talleres, etc., donde estas personas se sientan escuchadas, comprendidas y sin temor a ser criticadas. Estudios como *Let's talk about sex: Older people's views on the recognition of sexuality and sexual health in the health-care setting* (2015) mencionan que la salud sexual es importante para muchas personas mayores, pero, debido a la vergüenza, a la insatisfacción con tratamientos, así como el desinterés por parte de los profesionales de la salud, son causas que inhiben las discusiones que promueven la salud sexual en la vejez. El estudio también muestra que los profesionales de la salud necesitan adoptar estrategias que fomenten entornos más adecuados para el trabajo de la salud sexual con la persona mayor.

Al hablar de sexualidad se hace referencia a una dimensión fundamental del ser humano. Por lo tanto, es importante profundizar el tema con las personas mayores y quienes aún no han llegado a la vejez, ya que al trabajar sobre la temática se irá naturalizando y a la vez se van dejando atrás los tabúes.

También es importante conocer los cambios sexuales que se presentan en el envejecimiento, de tal forma que se acepte la variabilidad y el alcance de la expresión sexual. De tal manera que las personas mayores puedan manifestar su sexualidad y su erotismo como deseen.

Las personas mayores pueden desarrollar nuevas formas de aprender sobre el sexo y para ello son necesarios programas que les proporcionen herramientas para su crecimiento en el campo de la sexualidad. De esa forma se contribuye a que estos

individuos empiecen a aceptarse y aceptar los cambios que se presenten, la sociedad y el individuo mismo requieren aprender a envejecer (Boudet, 2010).

Como se ha observado, algunos de los inconvenientes que se presentan al abordar la sexualidad son la carencia de información, además, la sexualidad no se ve como algo que pueda beneficiar a la persona mayor, contrario a ello, es percibida como algo negativo. (Bravo, Hernández & Durand, 2011). La falta de información así como la escasa o nula educación de su sexualidad conlleva a la vulneración de sus derechos sexuales. Es necesario que los profesionales de la salud dedicados al cuidado traten el tema de una manera abierta y natural, evitando las etiquetas, los prejuicios y críticas. Un estudio realizado por Mroczek y Kurpas (2013) destaca que las necesidades psicosexuales más importantes en esta población incluyen conversar sobre el tema, la ternura, la cercanía emocional y física, así como los contactos sexuales.

Dado que la mayoría de las personas mayores son sexualmente activas, es necesario seguir trabajando para fomentar la aceptación de que el ser humano es sexuado desde su nacimiento hasta su muerte, y para ello se requieren programas que se preocupen por su salud sexual, teniendo en cuenta también su salud física, psicológica y social.

Desde un enfoque psicológico, la sexualidad se relaciona con factores emocionales, aprendizajes, comportamientos, normas sociales, etc. Por lo tanto, su estudio es valioso, ya que su investigación y análisis contribuyen a crear herramientas para comprender y entender a las personas mayores.

En el ámbito de la Psicología, aún hay mucho por hacer en cuanto a investigación, información y divulgación.

Reflexiones finales

El presente trabajo, nace del interés de profundizar en la temática de la vejez, así como ahondar en los prejuicios a los cuales las personas mayores se ven expuestas. Las lecturas realizadas, han sido un gran aporte no solo para identificar los propios prejuicios, que muchas veces son pasados por alto al no ser reconocidos como tales, sino que también han despertado el interés de seguir por esta línea de aprendizaje, y reconocer la importancia de trabajar la vejez en distintas áreas como es en lo académico, la salud, etc.

Como futura Licenciada en Psicología, veo la importancia y la responsabilidad de trabajar con personas mayores, reconocerlos como individuos y darles su lugar, del respeto de sus valores, de su historia y del trato digno, etc. Es fundamental problematizar al respecto de la vejez, cuestionarnos por ejemplo, ¿qué es lo que hemos normalizado respecto a los “viejos”?, ¿qué tan cierto es lo que se escucha y que socialmente se ha aceptado?, ¿qué viene a la mente cuando se habla de la sexualidad en la etapa de la vejez?, ¿y qué otros mitos, (además de los que ya se analizaron en este ensayo), afectan el goce de la sexualidad en la vejez?, y así, un sinfín de preguntas.

El propósito de este ensayo es contribuir a cuestionar y repensar la vejez y todo lo que esta conlleva, a su vez modificar la visión negativa que se tiene y contribuir a erradicar los prejuicios que se les atribuyen a las personas mayores.

Diversos autores sostienen que hay tantos procesos de envejecimiento como personas que envejecen, por ello, es necesario entender el envejecimiento, como un proceso individual e inevitable, que se inicia desde el nacimiento y termina con la muerte y que lo importante es llegar rodeado de condiciones que le brinden al sujeto bienestar, seguridad y satisfacción (Ramírez, 2008).

Uno de los aspectos destacados en este ensayo es la dificultad para comprender la sexualidad en las personas mayores, y que esta además, aparece negada y rechazada por gran parte de la sociedad, quienes le atribuyen características negativas. La sexualidad es un aspecto central del ser humano, por ello uno de los mitos que se desea deconstruir en este trabajo es el que tiene que ver con la sexualidad de los viejos, ya que muchos los consideran como sujetos asexuados.

La revisión bibliográfica muestra que la actividad sexual existe en las personas mayores. Las ideas y significaciones que nos formemos de la vejez y el envejecimiento tendrá relación directa en cómo la persona mayor viva y exprese su sexualidad. Como lo establece la OMS (2006), la sexualidad es inherente al ser humano, presente a lo largo de

su vida y de forma paralela a su crecimiento biológico, psicológico y social. Si bien, la frecuencia de las relaciones sexuales pueden disminuir por distintos factores, se puede seguir disfrutando de la sexualidad en esta etapa de la vida.

El concepto de sexualidad es más amplio de lo que se piensa comúnmente y no existe una regla que determine la forma en que se debe experimentar, como se analizó, el sexo incluye todas las formas de expresión, desde el acercamiento hasta el tacto, intimidad emocional, comunicación, sentirse amado y deseado, entre otros aspectos. La sexualidad y las formas de obtener placer se viven de maneras distintas y depende de lo que cada persona construye a lo largo de su vida, no se reduce al sexo, abarca manifestaciones del propio cuerpo y, en última instancia, placer erótico.

También se pudo apreciar, que la sexualidad y el erotismo en la vejez son temas que aún cuentan con poco estudio, ya que la vejez se ha asociado a una gran cantidad de mitos y falsas creencias (probablemente como consecuencia de las representaciones sociales que se tienen), esta podría ser una de las razones que explicaría el porqué de la poca investigación.

Es necesario que existan proyectos para conseguir que la sexualidad en la vejez sea cada vez más un tema de estudio y de sensibilización para la sociedad, donde a las personas mayores se les respete y se contribuya a que tengan una vida digna, dando paso a que puedan ejercer su sexualidad sin tabúes.

Hay estudios que muestran que las personas mayores poseen poca información en cuanto a educación sexual (Boudet Molina, 2005). Por lo tanto, es importante trabajar y profundizar el tema con la población en general.

El envejecimiento está acompañado de cambios intrínsecos y extrínsecos, los cuales están influenciados por el entorno social. Por ende, a nivel social, se puede trabajar para tener un “influencia positiva”, esto se puede lograr ampliando el conocimiento sobre la sexualidad de la persona mayor, destacando los beneficios que puede traer el desarrollo sano del área sexual en esta población, promoviendo también el respeto por sus derechos, de manera tal que puedan ejercerlos aspirando a una vejez sin desigualdades.

Es fundamental que cada uno se cuestione sobre los modelos de envejecimiento y vejez que se desea promover y compartir. Debemos reconocer que las personas mayores son sujetos de derechos y la vejez no se los quita ni los anula.

Referencias bibliográficas

- Agamben, G. (2011) ¿Qué es un dispositivo?. En: *Sociológica*.76, 249-264. Recuperado en: <http://www.scielo.org.mx/pdf/soc/v26n73/v26n73a10.pdf>
- Age Concern (2000) Report How Ageist is Britain? Astral House, London. England. Recuperado a partir de <https://kar.kent.ac.uk/24312/1/HOWAGE~1.PDF>
- Aldana García A. (2008). Psicología y sociología del erotismo. En: I. Arango de Montis (comp.). *Sexualidad Humana México*: Editorial el Manual Moderno S.A. de C.V.
- Álzate, H. (1997). *Sexualidad Humana*. Santafé de Bogotá: Temis S. A.
- Aristizábal-Vallejo, N. (2005). Imagen social de los mayores en estudiantes jóvenes universitarios. *Pensamiento psicológico*, 1 (5), 27-32. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2792942>
- Árraga Barrios, M. y Montiel A., N. (2013). Salud, cine y educación sexual para adultos mayores. *Omnia* 19 (3). [Online]. Disponible en: < <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=73730059008> > [Acceso 1/3/2016]
- Babnik, K., Karnjus, I., Licen, S., & Rebec, D. (2015). Breaking Down Taboos Concerning Sexuality among the Elderly. Chapter 9. *Sexology in Midwifery*. Recuperado de: <http://cdn.intechopen.com/pdfs-wm/47873.pdf>
- Baron RA y Byrne D (1998). *Psicología social*. Madrid: Prentice Hall.
- Barraza R., A., & Castillo P., M. (2006). *El envejecimiento*. Chile: Universidad Austral de Chile.
- Bauer, M., Haesler, E., y Fetherstonhaugh, D. (2015). Let's talk about sex: older people's views on the recognition of sexuality and sexual health in the health-care setting. *Health Expectations* 19(6), 1-14. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/282669211_Let's_talk_about_sex_older_people's_views_on_the_recognition_of_sexuality_and_sexual_health_in_the_healthcare_setting.
- Bauman Z. (1999). On postmodern uses of sex. En M. Featherstone, (Comp), *Love and Eroticism* (19-33), Londres: Sage Publications
- Berriel, Fernandez, Rodriguez (2011), *Vejez y envejecimiento en Uruguay*. Fundamentos diagnósticos para la acción. Recuperado de REDIP
- Berriel, F., Carbajal, M., Paredes, M., & Pérez, R. (2013) ¿Qué es para usted envejecer? Envejecimiento y representación social en Uruguay desde una perspectiva intergeneracional. En: M. Paredes et al (2013) *La sociedad uruguaya frente al*

- envejecimiento de su población (pp. 13-36). Montevideo: CSIC, UCUR, Universidad de la República.
- BOTBOL, Abraham. Una intervención psicosocial en sexualidad de la vejez. [en línea]. Revista Tiempo, núm. 17, Psicomundo. Recuperado en noviembre del 2005, de: <http://www.psiconet.com/tiempo/>
- Boudet molina, r. (2010). Intervención educativa sobre salud sexual en ancianos y ancianas del centro urbano Abel Santamaría Cuadrado. *Medisan*, 14(4), 447–452.
- Bravo, N., Hernández. & Durand, L. (2011). La vida sexual en el adulto mayor. *Revista Información Científica*. Recuperado el 17 de marzo de 2019, de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=551757297036>
- Bustillos-López, A. y Fernández-Ballesteros, R. (2012). Efecto de los estereotipos acerca de la vejez en la atención a adultos mayores. *Salud Pública de México*, 54 (2), 104.
- BUTLER, R. (1969). EDADISMO: OTRA FORMA DE DISCRIMINACIÓN. *EL GEROTOLOGO*, 243-246.
- Butler J. (2013). Variaciones sobre sexo y género: Beauvoir, Witting y Foucault. En M. Lamas (comp.). *El género. La construcción cultural de la diferencia sexual* (4ª edición). México: UNAM.
- Calvo, J. J. (2008). “Sustentabilidad demográfica. La población del Uruguay en las próximas décadas. Una visión, dos escenarios y diez preguntas para debatir”, Documentos de la ENIA, Comité de Coordinación Estratégica de Infancia y Adolescencia, Montevideo, Uruguay
- Carbajal, M (2014) Los significados del cuidado desde la perspectiva de las personas adultas mayores. Estudio cualitativo en la ciudad de Montevideo. Recuperado de COLIBRÍ (Conocimiento Libre Repositorio Institucional)
- Carbajal, M.; Lladó, M. (2009). Producción de subjetividad sobre envejecimiento y vejez presente en las políticas públicas. Para las conclusiones del Debate Nacional sobre Políticas
- Carbajo, M. (2009) “Mitos y estereotipos sobre la vejez. Propuesta de una concepción realista y tolerante”, en ENSAYOS, Revista de la Facultad de Educación de Albacete, N° 24, 2009, 87-96. Recuperado de: <http://www.uclm.es/ab/educacion/ensayos>).
- Hernández, R. (2013). La sexualidad en el adulto mayor. Facultad de Humanidades Departamento de Ciencias de la Educación, 1-53. Recuperado en: <https://metodologiadeinvestigacioncuantitativa.files.wordpress.com/2013/12/informe-de-cuantitativa-correcciones-finales.pdf>
- Sociales, Envejecimiento y Territorio. “Envejecer... un proceso de todos”. En busca de la equidad generacional. Ministerio de Desarrollo Social (MIDES)

- Carbajal, M., Maciel, C., Martínez, F., Bonilla, R., Monteiro, L. (2018) El significado de los cuidados en cuidadores de establecimientos de larga estadía en Montevideo. Trabajo presentado en el VIII Congreso de la Asociación Latinoamericana de Población, Puebla, México. Recuperado en: <http://www.alapop.org/Congreso2018/PDF/00448.pdf>
- CEDER - Centro de Estudios de Desarrollo Regional (2006). Sexualidad humana. México: Sociedad y desarrollo.
- Coria, C. (2012). Erotismo, mujeres y sexualidad. Después de los sesenta. Barcelona: Androgínias.
- De Beauvoir, S. (2011) La vejez. Editorial De bolsillo, Buenos Aires.
- Dionigi, R.A. (2015). Stereotypes of aging: their effects on the health of older adults. *Journal of Geriatrics*, 2015. doi: 10.1155/2015/954027
- Döring M. (2001). El asesinato del deseo. Sexualidad y cultura. México: Distribuciones Fontamara, S.A.
- Echenique Vidal, Laura Natividad (2006). Estudio de sexualidad en la tercera edad. Facultad de Medicina. Valdivia: Universidad Austral de Chile.
- Fernández, A. (1989). Introducción. En: El campo grupal notas para una genealogía. Ed. Nueva Visión, Buenos Aires.
- Fernández-Ballesteros, R. (1992). Mitos y realidades sobre la vejez y la salud
- Fernández-Ballesteros, R. (1996). Psicología del envejecimiento: crecimiento y declive. Lección Inaugural del curso académico 1996-1997. (1ra. Ed.). Madrid: Universidad Autónoma de Madrid.
- FIGARI, Carlos. Sexualidad, religión y ciencia: discursos científicos y religiosos acerca de la sexualidad. Córdoba, Encuentro Grupo Editor. 2007, 140 p.
- Flores-Colombino, A. (1998), La sexualidad en el adulto mayor. Editorial. LumenHvmanitas
- Fouilloux Morales C. (2008). Salud y enfermedad sexual geriátricas. En: I. Arango de Montis. (comp.). Sexualidad Humana. México: Editorial el Manual Moderno S.A. de C.V.
- Foucault, M. (1988). El sujeto y el poder. *Revista mexicana de sociología*, 50, (3), (p 3-20).
- Foucault, M. (1977) Historia de la sexualidad I. Editorial Siglo XXI, Madrid.
- Foucault, M. (1990). "Tecnologías del yo y otros textos afines". Barcelona, España.

Paidós.

Foucault, M. (1995). Historia de la Sexualidad. La voluntad de saber. Buenos Aires: Siglo XXI.

Foucault, M. (2007). Historia de la sexualidad. La voluntad de saber. México: Siglo XXI.

Freixas Farré, A. (2013). Tan frescas. Las nuevas mujeres mayores del siglo XXI (3ª edición). España: Espasa libros.

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

Garita, G. (2004). Envejecimiento y sexualidad. Alrededor de la historicidad de su vivencia y sus determinaciones psicosocioculturales. Revista de Ciencias Sociales N°105, p.59-79. Recuperado de <http://www.vinv.ucr.ac.cr/latindex/racs003/04-garita.pdf>

Guerrini, M. (2010). La vejez: Su abordaje desde el Trabajo Social. Margen: Revista de Trabajo Social y Ciencias Sociales, 57. Recuperado de <http://www.margen.org/suscri/margen57/guerrini57.pdf>

Guevara Bello, N. D. (2007) Influencia de la religiosidad sobre la expresión sexual del adulto mayor. (Tesis de licenciatura).Universidad Veracruzana. Facultad de Psicología. Veracruz. [Consultado 28/04/16, disponible en:<http://cdigital.uv.mx/bitstream/123456789/37195/1/guevarabellonurit.doc.pdf>]

Iacub (2007). El cuerpo externalizado o la violencia hacia la vejez. En Revista Kairos. Sao Paulo. Junio: 10 (1). Pp. 97-108.

Iacub R. (2006). Erótica y vejez: perspectivas de occidente. Buenos Aires: Paidós.

Iacub, Castro, Petrongolo y Tuchman (2009). Prácticas no discriminatorias en relación con adultas y adultos mayores. Disponible en sitio web: www.inadi.gov.ar/uploads/cuadernillos/AdultosMayores7.pdf

Iacub, R. (2014). Identidad y envejecimiento. Argentina: Paidós.

Lagarde, M. (1997) Los cautiverios de las mujeres: madresposas, monjas, putas, presas y locas. México: UNAM.

Levy, B. R., Ashman, O. y Dror, I. (2000a). To be or not to be: The effects of aging self-stereotypes on the will-to-live. Omega: Journal of Death and Dying, 40, 409-420.

- Leyva-Moral, J. M. (2008). La expresión sexual de los ancianos: Una sobredosis de falsos mitos. *Index De Enfermería*, 17(2), 124-127. Retrieved from http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1132-12962008000200010&lng=es&nrm=iso&tlng=en
- Llanes, C. (2013). La sexualidad en el adulto mayor. *Revista Cubana de Enfermería*, 29(33), 223-232. Recuperado en: <http://www.medigraphic.com/pdfs/revcubenf/cnf-2013/cnf133h.pdf>
- López Sánchez, F. (2005). Experiencia amorosa en la vejez. *Revista Española de Geriátria y Gerontología*, 40(3), 135-137. doi: 10.1016/S0211-139X(05)74844-7
- Loreto, C.F. (2006). La sexualidad en la vejez. Recuperado 24 de junio de 2009 de la fuente www.revistaindice.com/numero15/p14.pdf
- Lozano-Poveda, D. (2011). Concepción de vejez: entre la biología y la cultura. *Revista electrónica de Pontificia Universidad Javeriana*, 13(2), p. 89-100. Recuperado de <http://revistas.javeriana.edu.co/index.php/imagenydesarrollo/article/view/2991>
- Mace D, Bannerman RHO, Burton J. Las enseñanzas de sexualidad humana en las escuelas de formación de profesionales de la salud. Ginebra: Organización Mundial de la Salud; 1995.p.9
- MANNONI, Maud. Lo nombrado y lo innombrable, la última palabra de la vida. Buenos Aires, Nueva visión. 1997, 128 p.
- Matras, J. (1990). *Dependency, Obligations and Entitlement: A New Sociology of Aging*. Englewood Cliffs, N. J.: Prentice-Hall.
- Meacham, J. A. (1994). La pérdida de la sabiduría. En R. J. Sternberg: *La sabiduría. Su naturaleza, orígenes y desarrollo*. Bilbao: DDB.
- Miralles, I. (2010). Vejez productiva. El reconocimiento de las personas mayores como un recurso indispensable para la sociedad. *Kairos. Revista de temas sociales*, N° 26 noviembre 2010, . 1-13.
- Mroczek, B., y Kurpas, D. (2013). The psychosexual needs of nursing homes residents. *Family Medicine and Primary Care Review*, 15(3):467-470. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/286719890_The_psychosexual_needs_of_nursing_homes_residents.
- Greenberg J, Pyszczynski T y Solomon S (1986). The causes and consequences of the need for self-esteem: A terror management theory. En RF Baumeister (Ed.), *Public and private self* (pp. 189- 212). New York: Springer-Verlag.

- Mulligan, T. (1998) Cambios físicos que afectan la sexualidad en la vejez. *Colombia Médica*, 29(4),148-154. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=28329408>
- Nelson TD (2002). *Ageism: stereotyping and prejudice against older persons*. Cambridge, MA: MIT Press. Osgood CE, Suci GJ y Tannenbaum PH (1957). *The measurement of meaning*. Urbana, IL: University of Illinois Press.
- Ogliastri, E. (2010). *Cambios en las actitudes sexuales en la línea de la vida. Sexualidad humana y responsabilidad*. (4ta. Edición). México: Pearson.
- Organización mundial de la salud (2019) *La salud sexual y su relación con la salud reproductiva: Un enfoque operativo*. Recuperado de: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/274656/9789243512884-spa.pdf?ua=1>
- OPS, OMS, WAS. (2000). "Promoción de Salud Sexual: Recomendaciones para la acción", Guatemala.
- Pareja, E. & Sánchez, A. (2016). Nivel de conocimiento y actitudes sexuales en adolescentes de 14 a 17 años de la institución educativa secundaria 19 de abril de Chupaca período 2016. (Tesis de Pregrado). Universidad Privada de Huancayo "Franklin Roosevelt". Huancayo, Perú.ss
- Pérez Martínez, V. T. (2008). *Sexualidad humana: una mirada desde el adulto mayor*. *Rev Cubana Med Gen Integr* [online], 24(1).
- Prieto, S. (2006). *La sexualidad de las personas mayores*. Madrid: Portal de Mayores
- Ramírez, M. N. (2008). *Calidad de vida en la tercera edad ¿Una población subestimada por ellos y por su entorno?* Argentina: Universidad Nacional de Cuyo.
- Ramos, E., & Melguizo, E. (2017). Factores asociados a actitudes sobre la sexualidad en la vejez en Medellín, Colombia *Civilizar Ciencias Sociales y Humanas*, 17(33), 267-276. Retrieved from http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-89532017000200267
- Ramos, V., Forrissi, F., & Gelpi, G. (2015). *Nociones básicas sobre sexualidad, género y diversidad: un lenguaje en común*. López, P.; F. Forrissi; G. Gelpi (coords.). *Salud y diversidad sexual. Guía para profesionales de la salud*. Montevideo: MSP.
- Rodríguez, S. (1989). *La vejez: Historia y actualidad*. Salamanca: Universidad de Salamanca.
- Salvarezza, L (1988) *Psicogeriatría. Teoría y clínica*. Bs. As.: Paidós. 1ra Edición.

- Salvarezza, L. (2002). *Psicogeriatría. Teoría y Clínica*. Biblioteca de Psicología Profunda. Buenos Aires: Paidós.
- Sánchez Salgado, C. (2000). *Gerontología Social*. Buenos Aires, Argentina. Ed. Espacio
- Sánchez, N (2017) Significado y estrategias de cuidado en personas mayores homosexuales en la ciudad de Montevideo. Recuperado de: <http://sifp1.psico.edu.uy/significado-y-estrategias-de-cuidado-en-personas-mayores-homo-sexuales-en-la-ciudad-de-montevideo>
- Sherry B. y W. Harriet. (1996). Indagaciones acerca de los significados sexuales. En M. Lamas (comp.). *El género. La construcción cultural de la diferencia sexual*. México: UNAM.
- Vásquez Bronfman, A. (2006). *Amor y sexualidad en las personas mayores. Transgresiones y secretos*. Barcelona, España. Editorial Gedisa S.A
- Vega Vega, J. L., & Bueno Martínez, B. (2000). *Desarrollo adulto y envejecimiento*. Madrid: SÍNTESIS, S. A.
- Vicente F (1999). *Construcción Psicológica de la Identidad Regional. Tópicos y Estereotipos en el Proceso de Socialización: el referente a Extremadura*. Badajoz: Diputación Provincial de Badajoz.
- Weeks, J. (1998). "Sexualidades contemporáneas: tres conferencias con Jeffrey Weeks, en Ivonne Szasz y Susana Lerner (comps.), *Sexualidades en México. Algunas 57 aproximaciones desde la perspectiva de las ciencias sociales*", El Colegio de México, México.
- Wheeler, S. C. y Petty, R. E. (2001) The effects of stereotype on behavior: a review of possible mechanisms. *Psychological Bulletin*, 127(6), 797-826.
- Yubero, S. y E. Larrañaga. (1999). La imagen social del anciano. En: *Envejecimiento, sociedad y salud (59-68)*. La Mancha, Cuenca: Universidad de Castilla.