

**PERCEPCIONES QUE TIENE EL ADULTO MAYOR FRENTE A SU  
SEXUALIDAD**

**PERCEPTIONS THAT HAVE THE OLDER ADULTS ABOUT HIS  
SEXUALITY**

**PRESENTADO POR:**

**ADRIANA JULIETH CASAS PINEDA**

**ASTRID LILIANA CUERVO VARGAS**

**PONTIFICIA UNIVERSIDAD JAVERIANA**

**FACULTAD DE ENFERMERÍA**

**BOGOTÁ**

**2015**

**PERCEPCIONES QUE TIENE EL ADULTO MAYOR FRENTE A SU  
SEXUALIDAD  
PERCEPTIONS THAT HAVE THE OLDER ADULTS ABOUT HIS  
SEXUALITY**

**PRESENTADO POR:**

**ADRIANA JULIETH CASAS PINEDA**

**ASTRID LILIANA CUERVO VARGAS**

**Trabajo de grado  
Requisito para optar por el título de Enfermera**

**Asesora  
LILIANA QUEVEDO LEÓN  
Enfermera Maestría en Salud Familiar y Atención Primaria en Salud**

**PONTIFICIA UNIVERSIDAD JAVERIANA**

**FACULTAD DE ENFERMERÍA**

**BOGOTÁ**

**2015**

## **Nota de Advertencia**

“La Universidad no se hace responsable por los conceptos emitidos por sus alumnos en sus trabajos de grado. Solo velara que no se publique nada contrario al dogma y a la moral católica y porque los trabajos de grado no contengan ataques personales contra persona alguna, antes bien se vea en ellos el anhelo de buscar la verdad y la justicia”.

*Artículo 23 de la Resolución N° 13 de Julio de 1946*

*Pontificia Universidad Javeriana*

Nota de aceptación

---

---

---

---

---

---

---

Firma Jurado

---

Firma Jurado

Bogotá, D. C., Mayo 21 de 2015

## TABLA DE CONTENIDO

### INTRODUCCIÓN

<b>1. ANTECEDENTES</b>	<b>8</b>
<b>2. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA</b>	<b>12</b>
<b>3. JUSTIFICACIÓN</b>	<b>22</b>
<b>4. DEFINICIÓN OPERACIONAL DE TÉRMINOS</b>	<b>24</b>
4.1. PERCEPCIÓN	24
4.2. SEXUALIDAD	24
4.3. ADULTO MAYOR	25
<b>5. OBJETIVOS</b>	<b>26</b>
5.1. OBJETIVO GENERAL	26
5.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS	26
<b>6. MARCO DE REFERENCIA</b>	<b>27</b>
6.1. ACTIVIDAD SEXUAL EN EL ADULTO MAYOR	27
6.2. PERCEPCIÓN	29
6.3. PERCEPCIÓN DEL ENVEJECIMIENTO	32
6.4. DECÁLOGO DE LOS DERECHOS DE LA VEJEZ	33
6.5. CALIDAD DE VIDA	35
6.6. POLÍTICAS PUBLICAS	36
<b>7. METODOLOGÍA</b>	<b>38</b>
7.1. PARTICIPANTES DEL ESTUDIO	39
7.2. DESCRIPCIÓN DE LA RECOLECCIÓN DE LA INFORMACIÓN	39
7.3. INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN	40
7.4. ORGANIZACIÓN Y ANÁLISIS DE DATOS	41
7.4.1. organización de datos	41
7.4.2. surgimiento de las unidades de análisis y categorías	42
7.4.3. interpretación de los datos	42
7.5. CONSIDERACIONES ÉTICAS	45
<b>8. ANÁLISIS</b>	<b>45</b>
8.1. TEMA 1: SENTIMIENTOS	45
8.1.1. <i>"El sexo y el amor van de la mano"</i>	46

8.1.2.	<i>"Esa es la felicidad del ser humano"</i>	47
8.1.3.	<i>"Uno todavía sigue sintiendo....que todavía está vivo"</i>	49
8.2.	TEMA 2: EXPRESIONES	50
8.2.1.	<i>"Si se da el momento pues disfrutarlo"</i>	50
8.2.2.	<i>"Una forma de llamar la atención"</i>	51
8.2.3.	<i>"Mirar y admirar a las otras personas"</i>	53
8.2.4.	<i>"Lo expreso con cariño, con amor, con deseo y respeto"</i>	54
8.3.	TEMA 3: EXPERIENCIAS	57
8.3.1.	<i>"La sexualidad no es solamente sexo"</i>	57
8.3.2.	<i>"En mi casa siempre me inculcaron"</i>	59
8.3.3.	<i>"La parte sexual la he gozado y la he disfrutado a mi manera"</i>	60
8.3.4.	<i>"Tener sexo, ya no me llama la atención"</i>	62
8.3.5.	<i>"Los detalles así sean pequeñitos les encantan"</i>	64
<b>9.</b>	<b>CONCLUSIONES</b>	<b>66</b>
<b>10.</b>	<b>RECOMENDACIONES</b>	<b>69</b>
<b>11.</b>	<b>BIBLIOGRAFÍA</b>	<b>70</b>
<b>12.</b>	<b>ANEXOS</b>	<b>75</b>
12.1.	ANEXO A: CONSENTIMIENTO INFORMADO	75
12.2.	ANEXO B: ENTREVISTAS SEMIESTRUCTURADAS	78
12.3.	ANEXO C: CUADRO DE CATEGORIZACIÓN	102

## INTRODUCCIÓN

La presente investigación tuvo como objetivo conocer las percepciones del adulto mayor frente a su sexualidad, este concepto comprende los sentimientos, expresiones y experiencias. Los sentimientos entendidos como un estado de ánimo que se caracterizan por una emoción afectiva hacia una persona; las expresiones, como manifestaciones que se generan a partir de un pensamiento, un sentimiento o un deseo por medio de palabras, gestos, actos; y las experiencias, como situaciones que se dan en algún momento de la vida, que siempre deja un aprendizaje o un conocimiento frente a la sexualidad.

La sexualidad está presente en el ser humano desde que nace hasta que muere, la sexualidad no abarca solo la actividad sexual, sino que la sexualidad implica expresión afectiva, sentimientos, atracción, pasión, admiración y lealtad. De igual forma es una manera de renovar el romance, expresar la alegría y el amor. “El vínculo emocional en esta etapa de la vida es tan importante y beneficioso como en cualquier otra, pues indican que los vínculos emocionales contribuyen a una mejor adaptación de la persona a lo largo de su vida y que en los adultos mayores, sus beneficios se ven reflejados en una mejor salud física y mental”. (Cerquera, Galvis & Cala, 2012).

Una de las características principales del por qué realizar esta investigación, es que el adulto mayor ha aumentado en número de población tanto mundial, nacional y local, y es significativo para la profesión de enfermería, dado que obteniendo un conocimiento más amplio sobre este tema, se puede proporcionar un mejor cuidado de enfermería, puesto que se percibe al adulto mayor como un ser integral y se brindaría una atención óptima para mejorar su calidad de vida.

Para la investigación se utilizó un diseño de tipo cualitativo, el cual proporcionó herramientas para poder extraer información mediante las diferentes descripciones que dieron a conocer los adultos mayores frente a las percepciones que ellos tienen en cuanto a su sexualidad.

En el análisis realizado y en relación a los sentimientos surgieron tres categorías: *“El sexo y el amor van de la mano”, “Esa es la felicidad del ser humano”, “Uno todavía sigue sintiendo... Que todavía está vivo”* de expresiones surgieron cuatro categorías: *“Si se da el momento pues disfrutarlo”, “Una forma de llamar la atención”, “Mirar y admirar a las otras personas”* y *“Lo expreso con cariño, con amor, con deseo y respeto”* y de experiencias surgieron cinco categorías: *“La sexualidad no es solamente sexo”, “En mi casa siempre me inculcaron”, “La parte sexual la he gozado y la he disfrutado a mi manera”, “Tener sexo, ya no me llama la atención”* y *“Los detalles así sean pequeñitos les encanta”*.

Con respecto a la percepciones que tiene el adulto mayor frente a su sexualidad se encontró que están influenciadas por las diferentes maneras en como la viven, dependiendo de su desarrollo personal. En cuanto a sentimientos, se manifiesta principalmente el amor, el cariño, la felicidad y el sentir que todavía está vivo; en cuanto a las expresiones es una manera que los adultos mayores encuentran para llamar la atención y así mismo poder sentir, admirar, sentirse bien consigo mismo y así mismo poder expresarse con afecto hacia la otra persona; las experiencias encierran aquellas vivencias que los adultos mayores tuvieron, que vienen desde la enseñanza de su propio hogar, teniendo en cuenta que la sexualidad es una parte fundamental para la conformación de una familia, y que se hacen necesarios los detalles para llamar la atención de aquella persona por la que existe un gusto, además de los valores y el amor propio inculcado y con el mismo ejemplo de los padres en el hogar.



## 1. ANTECEDENTES

En la actualidad se evidencian estudios donde se ha dado mayor importancia al tema de sexualidad del adulto mayor, se han realizado una variedad de investigaciones muy valiosas de la temática que permiten dar paso a nuevas, en donde cada vez se toca más la sexualidad del adulto mayor como parte primordial en la vida del ser humano.

De esta forma encontramos investigaciones pertenecientes a una asociación de jubilados del municipio de Puerto Colombia en el cual se estudiaron las principales características de la sexualidad en un grupo de 50 hombres y 50 mujeres mayores de 60 años. Se encontró que estas personas tienden a tener un estilo de vida poco saludable en donde existen grandes diferencias entre la sexualidad masculina y la femenina ya que el machismo continúa y la mujer es sumisa, por lo que no se permite expresar sus deseos por el que dirán. La vida en pareja tiene deficiencias afectivas y la gratificación erótica tiende a ser inferior a la esperada, se concluye que sería conveniente desarrollar campañas que permitieran a las personas mayores de 60 años, sobre todo a las mujeres, sentir la sexualidad como algo bello, sano, placentero y constructivo que puede ser vivido responsablemente a cualquier edad. (González & González, 2005).

En otro estudio que muestra fuertes creencias negativas de las personas mayores frente a su propia sexualidad, donde se buscaron comparar las actitudes frente a la sexualidad en la vejez en 60 adolescentes y 60 personas mayores en México, encontrando que el 26,6% del segundo grupo poblacional consideraba totalmente falso que tuvieran derecho al amor y a la vida sexual, 58,4% calificaron como completamente verdadero y verdadero que deben reprimir su deseo sexual y el 76,6% de ellos consideraron completamente verdadero que las personas mayores que desean relacionarse sexualmente son “rabo verde”. No obstante, los resultados presentados por estos estudios, y los diferentes prejuicios de los que es objeto la sexualidad de los mayores, reforzados muchas veces por ese mismo grupo poblacional, la realidad es que “el potencial sexual puede permanecer hasta la muer-

te aun cuando sea alterado por los cambios propios del envejecimiento”. (Cerquera, Galvis & Cala, 2012).

Otra Investigación donde se utilizan entrevistas, muestra aspectos relativos a la satisfacción general en la vida, así como las actitudes, conocimientos y prácticas de la sexualidad, la muestra estudiada estuvo constituida por 107 personas, de 60 años y más, miembros del Instituto Nacional para el Adulto Mayor (INAPAM) de la ciudad de Xalapa, Veracruz, México. El INAPAM es una estancia diurna para personas mayores de 60 años, en donde se integran subgrupos con intereses comunes denominados clubes. De las personas seleccionadas, 82 eran del sexo femenino y 25 del masculino. De las mujeres entrevistadas, 30.4% tenía pareja y de los hombres, 96.0%. La edad promedio para ambos sexos fue de 68 años. (Hernández, 2008)

En términos generales puede decirse del anterior estudio de INAPAM, la mayoría de las personas adultas mayores posee una actitud positiva hacia el ejercicio de su sexualidad con relación a aquellas que piensan que los individuos mayores de 60 años ya no tienen derecho a ejercerla; aunque, una situación necesaria de considerar es que gran parte de las mujeres de este grupo etario está de acuerdo con que la ejerzan las demás personas de su edad, pero no ellas mismas. Por otra parte, se observa que, de manera significativa, los hombres defienden y apoyan más este derecho y el de tener pareja, en relación con las mujeres, así como el estado de salud cuanta un papel importante para desempeñar una vida sexual en esta etapa. (Hernández, 2008)

“El anterior estudio se puede comparar con el que se realizó en el Municipio de Florencia Caquetá (Colombia), cuyo universo estuvo constituido por 980 adultos mayores, de los cuales se seleccionó de forma aleatoria una muestra de 200 personas. Dentro de las variables estudiadas se encontraron: la edad, el sexo, el estado conyugal y el interés de tener información sobre el tema cuya conclusión: de forma general que se obtuvo es que los adultos mayores refieren que la actividad

sexual es beneficiosa y manifiestan su interés por tener una adecuada información sobre la sexualidad”.(Perdomo, Orian, Segredo& Martín, 2010).

“La sexualidad suele ser un tema tabú, más si se habla de esta en la vejez, pues se considera que las personas mayores no son aptas para vivirla y mucho menos para disfrutarla tal como una persona joven. Este estudio llegó a la conclusión, de que el amor y la sexualidad continúan siendo aspectos de gran importancia en la vida del ser humano, aún en etapas avanzadas del ciclo vital. Sin embargo, cada grupo generacional tiene sus propias percepciones respecto a la misma, las cuales pueden limitar o favorecer su expresión y disfrute aún en la vejez”. (Cerquera, Galvis & Cala, 2012).

“Lo anterior coincide con los resultados de un estudio realizado con 125 personas mayores, en el que encuentro que el 75% de las personas mayores aún presentaban interés por el sexo y deseo sexual, y que el 69,6 % realizaban el acto sexual. De igual forma se encontró que el 59,2% señaló que mantener una relación de pareja en la tercera edad es saludable”. (Cerquera, Galvis & Cala, 2012).

Por otra parte, se encuentra que las personas mayores de 60 años consideran que los adultos mayores tienen derecho a ejercer su sexualidad, mientras que un porcentaje menor lo consideran o piensan que hacen el ridículo. Donde es de gran importancia al analizar las actitudes y comportamientos de las personas, dicho fenómeno de la percepción. (Cerquera, Galvis & Cala, 2012).

La actividad sexual a medida que avanza la edad, la falta de deseo y atractivo, la asociación del sexo con la reproducción, así como la negación del deseo sexual a la mujer mayor; son algunos mitos que se tiene en cuanto a la sexualidad del adulto mayor, además ciertas creencias como que en la viudez no resulta aceptable la idea de que se conformen nuevas parejas o que la persona que ha enviudado no se siente a gusto iniciando una nueva relación afectiva. También se dice que durante la vejez las relaciones sexuales no eran necesarias, dado que no generan

placer, son dañinas para la salud o resultan ridícula, según un estudio que se realizó. (Cerquera, Galvis & Cala, 2012).

Con los anteriores estudios podemos resaltar la importancia de la sexualidad en el adulto mayor, en donde factores como el estado civil, la viudez, el estado de salud, el estado emocional, la sociedad influyen de gran manera en desempeñar una vida sexual plena; y se hace importante explorar las percepciones que tienen de la sexualidad en esta etapa de la vida.

## 2. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

El envejecimiento poblacional ha ido en ascenso durante las últimas décadas, cada vez más vemos como este grupo de edad va aumentando mundialmente en proporción y número de personas de 60 años en adelante; esto desde el punto de vista demográfico, se debe a una reducción considerable en las tasas de fecundidad y natalidad.(Rosales, García & Quiñones, 2014).

Según las Estadísticas Sanitarias Mundiales del 2014, publicadas por la Organización Mundial de la Salud (OMS), las personas están viviendo más años en todo el mundo. Si nos basamos en los promedios mundiales, la esperanza de vida de una niña nacida en 2012 es de alrededor de 73 años, mientras que la de un niño varón nacido el mismo año, es de 68 años. Estas cifras representan seis años más que el promedio mundial de esperanza de vida para un niño nacido en 1990. (OMS, 2014).

El informe sobre las estadísticas anuales de la Organización Mundial de la Salud(OMS) indica que los países de bajos ingresos son los que han logrado mayores progresos, ya que en ellos la esperanza de vida ha aumentado 9 años en promedio entre 1990 y 2012. Los seis países donde más se incrementó la esperanza de vida son Liberia, con un aumento de 20 años (de 42 años en 1990 a 62 años en 2012), seguido de Etiopía (de 45 a 64 años), Maldivas (de 58 a 77 años), Camboya (de 54 a 72 años), Timor -Leste (de 50 a 66 años) y Rwanda (de 48 a 65 años). (OMS, 2014).

“Una razón importante de la impresionante mejora registrada a nivel mundial en la esperanza de vida es que el número de niños que mueren antes de cumplir los cinco años ha disminuido” (OMS, 2014), dice la Dra. Margaret Chan, Directora General. “Sin embargo, sigue habiendo un considerable desfase entre ricos y pobres: las personas de los países de altos ingresos siguen teniendo muchas más

probabilidades de vivir más años que las personas de países de bajos ingresos.” (OMS, 2014).

La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2014) afirma que “el envejecimiento de la población mundial en los países desarrollados y en desarrollo es un indicador de la mejora de la salud en el mundo. El número de personas con 60 años o más en todo el mundo se ha duplicado desde 1980, y se prevé que alcance los 2000 millones de aquí a 2050”. Debido a la disminución de la tasa de fecundidad, la proporción de personas mayores de 60 años está aumentando en casi todos los países.

Según (Jattin, 2012) “se espera que para el 2050, se producirá un fenómeno nunca antes evidenciado y es el hecho de que las personas mayores superarán en número a los niños y adolescentes en el mundo. Se estima que los adultos mayores podrán llegar aproximadamente a los 2000 millones, situación que genera grandes demandas de protección social integral.”

Según (Ayala, Rodríguez & Gonzales, 2013) más de 3.700.000 personas (el 9% de la población colombiana) es mayor de 60 años, cifra que tiende a aumentar. Como otro dato importante es que la esperanza de vida es mayor en las mujeres, por ende son más en números las mujeres mayores que los hombres.

En Bogotá, D.C. Según el Censo DANE del año 2005, se encuentra que la población de adulto mayor se encuentra en 14,4% de la población bogotana donde el 5,9% son hombres y el 8,5% son mujeres, donde nuevamente se evidencia que existe una mayor población de mujeres mayores que los hombres.

Según la (ENDS, 2010) “los mayores de 60 años representan el 10 por ciento de la población y los mayores de 65 años un 7 por ciento, proporciones similares a las de las últimas proyecciones del DANE para el mismo año: 9.8 y 6.7 por ciento, respectivamente. De acuerdo con esta última proyección, el número de mayores de 60 y más años en Colombia es de casi 4 millones y medio y el total de los de 65 y más años es de 3 millones, en una población total de 45 millones y medio”.

Las personas mayores conforman un grupo poblacional que día a día va en aumento a nivel mundial, y Colombia no es ajena a este fenómeno. Cifras del censo realizado por el Departamento Administrativo Nacional de Estadística, muestran que de una población total de 41.468.384 habitantes, el 6.3% (2.612.508), es mayor de 65 años, y de estos, el 54.6% son mujeres y el 45.4% hombres. Este aumento está relacionado con la mayor longevidad asociada a los avances científicos que han permitido una mejor calidad de vida, la cual sin embargo, no se relaciona solamente con factores de tipo médico o biológico, sino también con otros de índole relacional, dentro de ellos la sexualidad. (Cerquera, Galvis & Cala, 2012).

Por otra parte hay que tener en cuenta que la Sexualidad a lo largo de la historia “se ha enfocado en que tiene un fin único la reproducción, siendo reducida a los genitales, teniendo una menor importancia la posibilidad de vivir el amor y de ejercerla especialmente en la adultez mayor a pesar de que es una dimensión humana importante en el desarrollo evolutivo donde el potencial y el disfrute sexual se mantienen a lo largo de la vida e influyen positivamente en la salud y en las relaciones interpersonales. La sexualidad implica expresión afectiva, sentimientos, atracción, pasión, admiración y lealtad. De igual forma es una manera de renovar el romance, expresar la alegría y el amor. El vínculo emocional en esta etapa de la vida es tan importante y beneficioso como en cualquier otra, pues indican que los vínculos emocionales contribuyen a una mejor adaptación de la persona a lo largo de su vida y que en los adultos mayores, sus beneficios se ven reflejados en una mejor salud física y mental”. (Cerquera, Galvis & Cala., 2012).

Sin embargo, vemos que con el transcurso del tiempo la importancia que se le da al adulto mayor, cada vez más va disminuyendo, se van poniendo a un lado las necesidades y la importancia que tienen las personas de la tercera edad en nuestra sociedad, pero existe un crecimiento evidente de la población de la tercera edad y cada vez va a ascender más, por tanto, es de gran importancia por parte de enfermería actuar sobre las necesidades y comprender mejor a las personas

en esta etapa de la vida y de esta forma lograr un bienestar y calidad de vida en los adultos mayores. (Alonso, Sansó, Díaz, Carrasco & Oliva., 2007).

“Es importante tener en cuenta que la calidad de vida del anciano se debe reconocer no solo en cifras de morbilidad, mortalidad y supervivencia sino eventos más destacables, como lo son su estado funcional (Físico, psíquico y social) ,su participación en las actividades de la vida cotidiana y la percepción de bienestar de las personas de edad avanzada .En esta línea de ideas se hace necesario contemplar la sexualidad de las personas adultas mayores como uno de los indicadores de calidad de vida”. (Velandia, 2007)

Por otro lado, en esta investigación se utilizó un término que en nuestra sociedad utilizamos muy indiscriminadamente para referirnos a muchas situaciones como lo es la “percepción”, cuando hablamos de la percepción nos referimos a los sentimientos, expresiones y experiencias, de esta forma el termino de percepción es “biocultural, porque, por un lado depende de los estímulos físicos y sensaciones involucradas, y por otro lado, de la selección y organización de dichos estímulos y sensaciones”. (Vargas, 1994).

Lo anterior quiere decir que la percepción es una razón de ser o un significado que el ser humano le da a cada experiencia de su vida, donde organiza las sensaciones y estímulos de tal forma que pueda satisfacer sus necesidades y las de su entorno y de esta forma poder adoptar a su forma de vida los estímulos que considere necesarios y así mismo desechar aquellos estímulos o sensaciones indeseables para su vida, “en función de la búsqueda de supervivencia y la convivencia social, a través de la capacidad para la producción del pensamiento simbólico, que se conforma a partir de estructuras culturales, ideológicas, sociales e históricas que orientan la manera en como los grupos sociales se apropian del entorno”. (Vargas, 1994).

A partir de sucesos y experiencias vividas cada persona reconoce un significado para cada sensación, las cuales son interpretadas, adoptadas y reconocidas de



una forma diferente para cada individuo, ya que cada persona es un mundo aparte, el cual nace, crece, se reproduce y muere en diferentes circunstancias de la vida y en entornos, épocas y contextos diferentes.

De esta forma, la percepción de los adultos mayores sobre sí mismos, influye de manera significativa sobre su salud y en su calidad de vida.

Hay múltiples factores alrededor de cada persona que son importantes para sí mismo y sobre los cuales debemos actuar e interiorizar en el adulto mayor para que este logre una vida cotidiana satisfactoria, entre esos factores condicionantes se encuentra la autopercepción y el autoconocimiento como un reconocimiento del “yo” como ser social, sentimental, emocional, autónomo y con características propias que hacen de cada persona un ser único; así mismo debemos darle gran importancia a un factor fundamental en la vida de todas las personas, sin embargo en el adulto mayor es un tema “tabú”, del que no se habla como lo es la sexualidad.(Pérez, 2007).

La sexualidad, es parte fundamental del ser humano, ya que desde el comienzo de la vida, hasta su final, somos considerados como seres sexuales, sin embargo todos nacemos y nos desarrollamos de diferente manera, por lo cual encontramos que la sexualidad es un tema sociocultural que reúne la forma de vida de cada persona, de esta forma todos percibimos la sexualidad de diferente manera, desde las experiencias vividas, cada persona percibe un concepto diferente de lo que significa sexualidad y de lo que para cada quien significa la expresión o no de su propia sexualidad.(Pérez, 2007).

Así mismo, la sexualidad hace parte de la identidad de una persona ya que reúne varios elementos fundamentales del diario vivir a lo que llamamos determinantes de la salud, ya que la sexualidad no solo se trata del contacto físico, erótico o sexo, sino de un conjunto de componentes tales como, el disfrutar el hacer algo, disfrutar de la compañía de otra persona, sentir bienestar, emociones, sentimientos,

todo esto vinculado a las creencias, valores y actitudes de cada persona, teniendo en cuenta su etnia, cultura, raza, etc.(Pérez, 2007).

Por lo anteriormente dicho, la sexualidad en el adulto mayor es un problema importante a investigar puesto que en este grupo de edad la sexualidad no se menciona y es un tema muy retraído por la sociedad, lo cual afecta al adulto mayor de manera emocional y física, varios autores consideran que para sentir felicidad y satisfacción el adulto debe ser activo y considerarse útil ya que la inactividad y la pérdida de contactos sociales provocan la inadaptación en estas personas. (Pérez, 2007).

“La vejez va acompañada, inevitablemente, de pérdidas físicas y mentales, así como de auto insuficiencias económicas, afectivas y de compañía, lo cual influye en la calidad de vida del adulto mayor. De este modo, la autopercepción constituye un importante aporte a su estado de salud; la calidad de vida, por tanto, abarca aspectos físicos, afectivos y sociales”. (Rosales, García & Quiñones, 2014).

Este problema a investigar surge a partir de la necesidad de reconocer las percepciones que tienen los adultos mayores frente a su sexualidad, ya que este tema es un punto clave de bienestar, mantenimiento de la salud y mejor calidad de vida para aquellas personas que aceptan que son seres sexuales y lo viven como tal, además de esto y tradicionalmente en nuestra sociedad se ha creado una serie de mitos, tabús y estereotipos negativos sobre la sexualidad en la vejez lo cual hace difícil que en esta etapa de la vida sea expresado libremente (Martín, Rentería&Sardiñas., 2009).

Así mismo hace que el adulto mayor sienta temor en el momento de hablar de sexualidad ya que primero, la mayoría no están empoderados de cómo manejar su sexualidad y segundo muchos de ellos perciben una asociación y confusión entre lo que es la sexualidad con la reproducción, por lo cual consideran que la sexualidad solo es “normal” durante la etapa reproductiva.

De esta forma los derechos de los adultos mayores también están siendo vulnerados y en cierta forma hay un tipo de maltrato tanto físico como psicológico al reprimir en ellos su sexualidad, por el simple hecho de creer que “ya no están para eso” como se dice comúnmente en la población joven, por tanto brindar una adecuada educación sexual desde la infancia permitirá que las futuras generaciones como en este caso el adulto mayor, puedan acceder a una realidad sexual más justa y sin prejuicios.(Griñan, Cremé & Matos., 2012).

El interés o la motivación que incentiva a la investigación sobre esta problemática es mostrar las percepciones de la sexualidad en la tercera edad, investigar sobre esta, para conocer como la sexualidad se presenta en la vejez, lo cual nos permite reconocer su existencia, adaptarlo a nuestra sociedad como algo natural que hace parte de la calidad de vida de todo ser humano sin importar su edad, y más que todo en la tercera edad que es una etapa de la vida en donde el ser humano puede expresar al máximo su sexualidad, sin preocupaciones ya que en este momento la persona ya está llena de experiencias vividas y objetivos logrados, es en este momento cuando no se puede olvidar que la vida no ha terminado y por ello hay que vivirla a plenitud.

A pesar de que los adultos mayores tienen una gran posibilidad de mantener una sexualidad activa, tranquila e incluso más productiva en esta etapa de la vida, “hay una gran brecha emocional y de ideales que influyen en que haya una notable disminución de expresión de emociones, sentimientos y deseos, que se da principalmente por el rechazo de la sociedad, lo que influye en que los adultos mayores, pierdan el interés de empoderarse de su propia sexualidad, lo cual es una dificultad para sentirse realizado en esta etapa de la vida como lo es la vejez ya que con este rechazo a sentir y vivir como un ser sexual trae consecuencias a las cuales no le damos la importancia que requiere como lo es, la soledad, la tristeza, la depresión y demás factores que afectan a las personas en este momento”.(Herrera, 2003).

Además, la sexualidad en el adulto mayor es un problema importante, dado que mientras pasan los años de las personas, el placer de mantener una relación amorosa no cambia, pero lastimosamente se ha estigmatizado culturalmente que la identidad, deseos y comportamientos sexuales en el adulto mayor son componentes que conforman características que influyeron un tiempo atrás en las vidas de ellos, donde se adquirió la calidad de las relaciones interpersonales. (Esguerra, 2007)

Por otra parte, se debe tener en cuenta la importancia de reconocer que la ausencia del compañero sexual afecta de una manera trascendental, bien sea porque se ha quedado viudo, es soltero o por alguna enfermedad grave que tenga la pareja. Lo cual muestra que la pérdida de la pareja es un factor determinante, ya que se compromete la actividad sexual en esta etapa de la vida. (Herrera, 2003). Debido a que dar el paso de vivenciar nuevamente placer con otra persona distinta es difícil, especialmente cuando la relación que se tuvo con la persona anterior fue una convivencia prolongada y satisfactoria; se evidencia que es difícil iniciar nuevamente relaciones sexuales, además que ante la sociedad se ha cuestionado mucho esto, ya que se cataloga como actos que son impropios para la edad, por lo que es rechazado.

“Todos los prejuicios sociales castigan al anciano, privándolo de su derecho a mantener una actividad sexual satisfactoria. Esto, sumado a los cambios producidos por el envejecimiento en la sexualidad y a la dificultad o falta de interés por estudiarla, nos lleva a una gran ignorancia en el tema, hacen que parezca hasta "improcedente" plantear siquiera la posibilidad que los Adultos Mayores vivan su propia vida sexuada. La gran mayoría de la sociedad e incluso gran parte de los profesionales sanitarios parecen pensar que el anciano es un ser asexual". (Herrera, 2003).

Así mismo, teniendo en cuenta que en la sociedad la sexualidad y la senectud son dos temas que pueden generar concepciones de frustración, hostilidad, desaprobación, ya que erróneamente se ha dado a conocer la identidad del significado de

sexualidad como juventud, sensualidad, fertilidad y procreación. “la sexualidad implica cosas muy variadas para distintas personas y diversas etapas de la vida, en particular, en la edad geriátrica, la sexualidad requiere de mayor capacidad de diálogo, demanda más amor, ternura, confianza, afecto en la relación de pareja y entre compañeros, evoca compartir placer, con o sin actividad sexual”.(Pérez, 2007)

Por otro lado, el cuidado de enfermería sobre el adulto mayor contribuye a que esta etapa de la vida sea vivida de mejor forma, tratando siempre de satisfacer en la medida posible algunas de las necesidades del adulto mayor, crear un vínculo amistoso, cumpliendo con el papel de cuidador para lograr en ellos una modificación de factores que intervengan en una buena salud y por tanto el mantenimiento de una buena calidad de vida, y así continuando progresivamente hasta el momento de partida, la muerte que es un proceso inevitable y enfermería puede cumplir con acompañarlos a una muerte digna.

“El cuidado de enfermería en los adultos mayores se ocupa de la valoración de las necesidades de estas personas en cuanto a la planificación y la administración de los cuidados para satisfacer sus necesidades, así como de la evaluación de la eficacia de dichos cuidados en el logro y el mantenimiento de un nivel de bienestar acorde con las limitaciones impuestas por el proceso de envejecimiento , dentro de sus necesidades esta en contribuir a una calidad de vida óptima, entre ellas apoyarlos en los cambios que están experimentando , que no son un impedimento para que sigan disfrutando su vida como lo hacían de jóvenes, por lo tanto la enfermera busca tener una comunicación asertiva con el adulto mayor para explicarle de la mejor manera todo lo que puede seguir haciendo que le traerá efectos positivos en su vida.” (Bonafont&Sadurní, 2011)

Teniendo en cuenta lo anterior , decimos que la sexualidad hace parte primordial en la calidad de vida del adulto mayor y por ende nosotros como enfermeros debemos estar dispuestos a guiar al adulto mayor a que siga viviendo su sexualidad de la mejor manera, sin prejuicios que le impidan disfrutar y logren entender su

importancia, así como implementar cuidados sobre ella, explicarles cuáles son los cambios fisiológicos que presentan, enfatizando que no son impedimento para continuar su vida sexual, todo esto para lograr una satisfacción tanto física como mental.

“La sexualidad continúa siendo un área de la conducta humana en la que, frecuentemente, predomina lo anecdótico sobre el conocimiento científico, lo que cobra particular relevancia en las personas de la tercera edad. Los escasos datos, sobre la actividad sexual de nuestros descendientes, recogidos en sus historias clínicas, y en ocasiones, el reflejo de concepciones erróneas y falsas creencias, así lo corroboran. Inclusive, no son pocos los profesionales de la salud que consideran que el anciano es un ser asexualado”.(Pérez, 2007)

Es importante tener en cuenta que la sexualidad tiene un papel fundamental en cuanto a la realización de la persona, asociándose con las relaciones con las personas que lo rodean ya que se da a conocer el proceso de formación tanto con la pareja como también la relación con sus demás familiares, siendo que la afectividad que se tiene, la identidad personal y la personalidad van de la mano junto con el desarrollo de la sexualidad, Son estas las razones que nos llevan a plantear la pregunta de investigación ¿Cuáles son las percepciones que presenta el adulto mayor frente a su sexualidad?

### 3. JUSTIFICACIÓN

Esta investigación es importante porque se evidencia estadísticamente que en el mundo e igualmente en nuestro país hay cada vez más población adulta mayor, es importante conocer las percepciones que tiene el adulto mayor acerca de su sexualidad, siendo éste un factor importante que influye sobre la calidad de vida de toda persona en todos sus aspectos, en la literatura encontramos que parte de la sociedad ha mostrado la sexualidad como un tema tabú, que no se menciona en la vejez por lo cual se ha dejado a un lado y se ha visto ignorada en esta etapa de la vida, afectando al adulto mayor emocionalmente, llevándolos a aislarse de la sociedad y a desconocer la importancia de la sexualidad como parte natural, fundamental y que forma parte de la construcción de una buena calidad de vida. (Herrera, 2003).

El tema de la sexualidad en la tercera edad se hace importante ya que es una etapa de la vida a la que todo ser humano va a llegar, no se puede dejar a un lado la sexualidad en el adulto mayor ya que de alguna forma determina la calidad de vida de una persona, el conocer los sentimientos, las expresiones y las experiencias de los adultos mayores contribuye al conocimiento y a dar una mirada más profunda sobre el tema.

Esta investigación aporta para que los profesionales de enfermería tengan una visión mucho más amplia de la sexualidad en el adulto mayor, lo que contribuye a brindar un cuidado de enfermería óptimo que repercute de manera positiva en la atención brindada, teniendo en cuenta que se adquirirán nuevos conocimientos, y que esta etapa de la vida es igual de importante a las demás y se contribuye a proporcionar un mejor manejo en cuanto a su propia sexualidad.

Es importante conocer este aspecto puesto que el profesional de enfermería sostiene y mantiene interacciones con el adulto mayor en donde va conociendo lo relacionado con su sexualidad, con lo cual puede enlazar ciertos determinantes en

su salud tanto en la parte física, psicológica y social con las percepciones de cada individuo, y de esta forma los profesionales de enfermería podrán ofrecer una atención más amplia y dirigida tanto al adulto mayor como a su entorno.

Es un tema que poco ha sido trabajado, en donde se hace importante este aspecto, puesto que ellos son los que tienen sus propias percepciones, las cuales nos podrían compartir así poder para conocer acerca del tema propuesto, y de esta forma conocer una mirada de como los adultos mayores viven la sexualidad. De la misma forma, abrir espacios en el que el adulto mayor sienta la libertad de expresarse mejora la comunicación e interacción con el profesional de enfermería enriqueciendo el ejercicio de ésta.



## **4. DEFINICIÓN OPERACIONAL DE TÉRMINOS**

### **4.1 PERCEPCIÓN**

“En el movimiento Gestalt, los autores consideran la percepción como el proceso fundamental de la actividad mental, y suponen que las demás actividades psicológicas como el aprendizaje, la memoria, el pensamiento, entre otros, dependen del adecuado funcionamiento del proceso de organización perceptual”. (Oviedo, 2004) La Gestalt definió la percepción como una tendencia al orden mental. Inicialmente, la percepción determina la entrada de información; y en segundo lugar, garantiza que la información retomada del ambiente permita la formación de abstracciones (juicios, categorías, conceptos, etc.). (Oviedo, 2004)

Para nuestra investigación la percepción es un concepto que abarca los sentimientos, entendido este como un estado de ánimo que se caracteriza por una emoción afectiva hacia una persona, las expresiones, entendidas como manifestaciones que se generan a partir de un pensamiento, un sentimiento o un deseo por medio de palabras, gestos, actos y las experiencias, entendidas como situaciones que se dan en algún momento de la vida; estos tres términos vistos dentro de lo que es la percepción que tienen los adultos mayores respecto de su propia sexualidad, desde lo físico y psicológico en donde hay determinantes que influyen en la percepción de la sexualidad que se puede ver afectada de manera negativa o positiva dependiendo de las diferentes experiencias que el adulto mayor tenga a lo largo de su vida y por medio de sus expresiones compartan sus perspectivas.

### **4.2 SEXUALIDAD**

“La sexualidad es un aspecto de la vida de todos los seres humanos y está relacionada con la capacidad de sentir placer, nace con nosotros y se muere con nosotros e involucra aspectos físicos, sentimentales y emocionales”. (Profamilia Colombia, 2013).

Para nuestra investigación la sexualidad es un concepto que rodea al ser humano desde el aspecto físico y emocional, el comportamiento con los demás, el manejo de sus emociones, lo que siente la persona tanto con su pareja y el entorno, que varía de acuerdo a su ciclo vital, en este caso la sexualidad en el adulto mayor es un conjunto de emociones, experiencias, cambios, actitudes, que hacen parte de la calidad de vida de una persona.

### **4.3 ADULTO MAYOR**

Según la (ley 1251, 2008) en Colombia: “por la cual se dictan normas tendientes a procurar la protección, promoción y defensa de los derechos de los adultos mayores” El Adulto Mayor: Es aquella persona que cuenta con sesenta (60) años de edad o más.

Para nuestra investigación el adulto mayor es un concepto que incluye toda persona de 60 años en adelante, una persona como las demás que es merecedora de todo respeto, que tiene unos derechos y deberes establecidos por la ley y que es capaz de seguir desempeñando un papel importante en la sociedad en diferentes ámbitos.

## **5. OBJETIVOS**

### **5.1 OBJETIVO GENERAL**

- ✓ Conocer las percepciones del adulto mayor frente a su sexualidad.

### **5.2 OBJETIVOS ESPECIFICOS**

- ✓ Identificar los sentimientos del adulto mayor frente a su sexualidad.
- ✓ Identificar las expresiones del adulto mayor frente a su sexualidad.
- ✓ Identificar las experiencias del adulto mayor frente a su sexualidad.

## **6. MARCO DE REFERENCIA**

En muchos países existe una evidente ignorancia, desconocimiento y mitos sobre la vida afectiva y sexual de los adultos mayores, en especial de sus sentimientos, deseos y emociones. Entendemos la sexualidad como una extraordinaria posibilidad de comunicación que tenemos las personas, para expresar y compartir muchos y variados deseos, sensaciones, sentimientos, emociones, fantasías afectos, caricias o ternura.(Piñango &Fontalvo, 2010).

Las relaciones sexuales son ante todo una manera íntima, privada y sincera de decirle al otro/a: "Te quiero", "Te amo", "Te deseo" o simplemente " Me encanta estar junto a ti" y, en vez de decirlo verbalmente, se lo decimos con nuestras manos, con toda nuestra piel. Sin embargo, los años de convivencia no menoscaban la intimidad, es más, abrazos, besos y caricias se observan en la cotidianidad de infinidad de adultos mayores como parte fundamental de la relación de pareja y de la vida en general.(Piñango &Fontalvo, 2010).

### **6.1 ACTIVIDAD SEXUAL EN EL ADULTO MAYOR**

La actividad sexual en el adulto mayor dependede las características físicas, psicológicas, biológicas, biográficas del individuo. Su entorno familiar, la existencia de una pareja (y de sus características), así como del contexto sociocultural en que vive. (Piñango &Fontalvo, 2010).

La realidad es que el envejecimiento produce cambios en la fisiología sexual, pero comparado con otros cambios propios de la edad, la función sexual, (sin reproducción) se mantiene mucho mejor que otras funciones. Desde el aspecto fisiológico, los procesos de envejecimiento sexual comienzan hacia los 30 o 35 años, y siguen un proceso lento, muy variable de unas personas a otras. Si comparamos el acto sexual de la juventud y de la vejez, la diferencia fundamental es que esta última

etapa de la vida cobra más fuerza la cercanía y la intimidad corporal. (Piñango &Fontalvo, 2010).

Existen ciertos prejuicios frente a la actividad sexual del adulto mayor como lo son que ha llegado a su fin esto se cree que ocurre en esa etapa de la vida, pero dado a las investigaciones sexológicas que se han realizado, se da a conocer que en esta etapa también se disfruta el sexo, que como en otras etapas son capaces de tener actividad sexual. Además sus experiencias pasadas también tienen cierta dependencia a lo que su actitud tendrá frente a este tema en el adulto mayor, dado que tiene en cuenta sus creencias y su propia imagen. Puesto que si durante toda su vida ha tenido una vida sexual plena, es decir que la ha disfrutado, va seguir deseando seguir viviéndola plenamente; y si es por lo contrario se le dificultaba vivir su sexualidad, y el acto sexual o veía de una manera como rutinaria, su vejez va a ser como una excusa para así evitar tener actividad sexual. (Sapetti, 2012).

A mucha gente se les hace difícil pensar que los hombres y mujeres de la tercera edad tengan todavía sentimientos, necesidades y relaciones de tipo sexual, y esto viene dado por los estereotipos sexuales existentes. En muchos casos o circunstancias, tales como trastornos de la salud, pérdida del cónyuge, etc., se crea una base física y social real que justifica la inexistencia de actividad sexual, pero no quiere decir que en estas personas no continúe la existencia del interés sexual. (Santos, 2010).

En esta parte se tiene en cuenta los estereotipos sexuales existentes de las demás personas donde se cree que los adultos mayores ya no cuentan con sentimientos, necesidades y relaciones de tipos sexuales, dado que en muchos casos hay trastornos de la salud, pérdida del conyugue entre otros. Lo cual se tiene en cuenta que de cierta manera los profesionales de la salud también pueden generar prejuicios socioculturales respecto a la sexualidad del adulto mayor, en donde no se ha estudiado a mayor profundidad para esclarecer los problemas que surgen en cuanto a la sexualidad en esta etapa. (Santos, 2010)

A lo anterior se le suma que muchas personas tienen una asociación incorrecta frente al significado que le están estableciendo a la sexualidad y reproducción, puesto que se considera solo normal la actividad sexual en época reproductiva, y por tanto, los adultos mayores no tienen por qué practicarla. Dado que muchas veces se asemeja que el adulto mayor es enfermo no puede vivir su sexualidad como antes. (Santos, 2010)

## **6.2 PERCEPCIÓN DE LA SEXUALIDAD EN EL ADULTO MAYOR**

La percepción es considerada como primer proceso cognoscitivo, a través del cual los sujetos captan información del entorno; la misma lleva implícita las energías que llegan a los sistemas sensoriales y que permiten al individuo formar una representación de la realidad. Las percepciones, juicios, acciones, reacciones y sensaciones de los seres humanos, determinar las interacciones y respuestas que estos puedan tener ante eventos particulares; percepción incluye la interpretación de esas sensaciones dándoles significado y organización, de allí que algunos adultos mayores manifiestan que “la vejez empieza cuando uno comienza a sentirse viejo” (Alonso, Ríos, Caro de Payares, Maldonado, Campo, Quiñonez & Zapata, 2010).

Por lo tanto el concepto de percepción es algo que debe ser aplicado en todo ámbito social, ya que es en el momento de interactuar con otras personas, cuando se crea una formación subjetiva de las características, valores, reacciones y comportamiento de cada persona, lo cual le permite al ser humano interactuar entre sí; “Este proceso resulta fundamental, pues tratamos y nos comportamos con los demás no tanto en función de cómo son realmente, sino cómo los percibimos” (Cala, Galvis & Ochoa, 2011).

“Algunos de las percepciones negativas más comunes respecto a la sexualidad en la persona mayor, según (Cerquera, A., Galvis, A & Cala M, 2012) se refieren a aspectos como: una menor actividad sexual a medida que avanza la edad, la falta de deseo, atractivo y actividad sexual en las personas mayores, la asociación del

sexo con la reproducción, así como la negación del deseo sexual a la mujer mayor, ocasionando que muchas mujeres realmente asuman la idea de que al terminar su función reproductora, se termina también su función sexual". (Cala, Galvis & Ochoa, 2011).

A diferencia de lo dicho anteriormente, (Herrera, 2003)" concluyen que la respuesta sexual física a la estimulación en las mujeres se mantiene a pesar de los cambios hormonales de la postmenopausia, es decir que lo único que se ha probado es que la duración de la fase orgásmica en la mujer de 50 a 70 años sufre una disminución paulatina que no tiene mayor importancia, lo que ayuda a desmentir la percepción negativa que define la menopausia como el fin de la sexualidad femenina. Además de lo anterior, (Herrera, 2003) en su artículo Sexualidad en la Vejez: ¿Mito o Realidad? argumenta que la sexualidad en la vejez se ve igualmente influenciada por el hecho de que la persona mantenga una percepción positiva de su cuerpo y de su pareja, ya que esto le ayuda a mantener relaciones sexuales más satisfactorias".(Cala, Galvis & Ochoa, 2011).

Otro estudio realizado en el distrito Nou Barris de Barcelona, cuyo objetivo era valorar la influencia que los factores psicosociales tienen en la percepción del adulto mayor frente a la sexualidad, se encontró que dicho estudio muestra "que las personas, a medida que se sienten más satisfechas con el estado de salud y con la imagen corporal, aumentan la frecuencia de las relaciones sexuales". (Cabrera, 2009).

"Sin embargo está demostrado que el sexo y la sexualidad juegan un papel importante en el envejecimiento saludable y pleno, además que la actividad sexual periódica protege contra las alteraciones fisiológicas del envejecimiento en la anatomía sexual femenina".(Herrera, 2003).

Por otra parte, la sexualidad-afectiva no solamente se fundamenta en el acto coital, sino que también tienen diferentes maneras de describirlo, dado que abarca muchas cosas más, como lo son todos los sentidos; la manera en que se ve a la otra

persona, que se escucha, su olor particular, su tacto y su gusto. Además la dedicación y la entrega, y el conjunto de sensaciones, experiencias y estados de ánimo que los seres humanos es capaz de dar a conocer a las otras personas como lo sensorial y la afectividad. Donde se debe tener en cuenta que si hay una cierta transformación en la fisiología sexual, pero el mundo de los sentimientos no sufre ningún proceso de deterioro y el deseo de vivir conscientemente la sexualidad persiste en un gran número de los adultos mayores. (Cedeño, Cortés & Vergara, 2006).

En los adultos mayores la sexualidad en la pareja está en constante interacción con los sentimientos de confianza, correspondencia y amor. El amor se da de una manera más auténtica, comprometida y profunda, y se es menos impulsiva, más tolerante y comprensivo. Los adultos mayores están más disponibles para la intimidad a través de la comunicación más profunda, de cuidar del otro y de ponerse en sintonía con él. (Cedeño, Cortés & Vergara, 2006).

Las expresiones de la sexualidad en los adultos mayores se dan a conocer como ciertas manifestaciones de cariño, como lo son abrazar, besar, manifestar deseos de tener una pareja o pretender tener una, aunque en esta etapa de la vida la sociedad lo identifique como una manera en la cual puede ser juzgados y ridiculizados, dado que se tiene ciertos estereotipos y prejuicios que se mantiene con respecto a la sexualidad en los adultos mayores. Entre los estereotipos que existen se pueden mencionar: que no existe sexualidad en esta etapa de la vida, desinterés en vivenciar la sexualidad y que las manifestaciones sexuales equivalen a desorientaciones o perversiones. (Cedeño, Cortés & Vergara, 2006).

De igual forma, las expresiones que tienen los adultos mayores en cuanto a su sexualidad son la calidad, la armonía y la comunicación de la pareja. Tocarse, abrazarse y “apapacharse”, producen un sentimiento de reafirmación, de que la persona es necesaria amada y deseada. La expresión sexual también ayuda a las personas adultas mayores a sentirse atractivas y bien consigo mismas. Donde no es solo favorecido de una manera física, sino que también interiormente es decir



en sus emociones, dado que según un estudio investigado trae ciertos placeres y plenitud, para así ciertamente tener un poder en su sexualidad. (FECHAC, 2013).

Además no hay que dejar a parte que los adultos mayores son seres integrales con conocimientos y experiencias adquiridas principalmente mediante una educación sexual informal-familiar, más conservadora a medida que aumenta la edad, pero de igual forma es importante reconocer que son seres capaces de desarrollar nuevos aprendizajes, dándole así un valor agregado. A este importante aspecto en esta población. (Cedeño, Cortés & Vergara, 2006).

### **6.3 PERCEPCIÓN DEL ENVEJECIMIENTO**

Según un estudio que se encontró de la percepción que tienen los adultos mayores frente al envejecimiento ellos afirman que es algo como normal y como una oportunidad, además creen que es un orgullo dado que no todo el mundo puede tener el privilegio de llegar a esa edad. Por otra parte se evidencia que “las diferencias en función del sexo son mínimas, excepto el patrón de la inactividad parece divergir; mencionan cambios positivos relacionados con la actividad y el estado civil. Los hombres parecen centrarse más en la declinación de la actividad. Para algunos, el hecho de enviudar les proporcionó mayor satisfacción; tal vez porque podían hacer actividades que antes no hacían”. Por otra parte en esta etapa de la vida es muy importante la familia para su autoestima. Puesto que de cierta manera beneficia las necesidades de ayuda en los adultos dependientes “Bueno, yo he trabajado siempre, gozaba bastante de salud, pero ahora el cuerpo no es igual; mi familia me apoya”. (Alonso, Ríos, Caro de Payares, Maldonado, Campo, Quiñonez & Zapata, 2010).

Las relaciones y sexualidad en el adulto mayor se pueden promocionar, de varias maneras, con la finalidad de lograr un bienestar tanto físico, psicológico y social. Es importante educar sobre sexualidad por lo que urge el reconocimiento social generalizado de esta necesidad, al igual que afrontar otras situaciones diversas

como cambios de domicilio, viudez, una nueva relación de pareja y, en general, la necesidad de tener una vida afectiva y sexual activa. (Piñango & Fontalvo, 2010).

“El envejecimiento es reconocido como un proceso natural e inevitable, ya que, de acuerdo con la ley de la vida, todo ser vivo envejece; por tanto, no se puede analizar como si fuera una enfermedad, sino simplemente como una etapa de la vida que se debe aprender a vivir y disfrutar al máximo, pues por lo general ya se han logrado plasmar todos los proyectos de vida y es el momento de disfrutar de lo que se logró a través de los años”. (Rodríguez, 2008).

El adulto mayor posee un gran papel en la sociedad; donde el envejecimiento debe ser percibido como parte de un proceso de vida que tiene varias etapas o ciclos vitales. De este modo, las personas adultas mayores constituyen como ser integrados a la sociedad. (Rodríguez, 2008).

#### **6.4 DECÁLOGO DE LOS DERECHOS DE LA VEJEZ**

Alonso Acuña, es un sexólogo chileno, que publicó en 1984 (hace más de 20 años) en su libro “Sexo y edad: de la madurez a la vejez” el siguiente decálogo:

- El ejercicio de la sexualidad es una libre opción que estoy en capacidad de tomar.
- Mi expresión sexual es permanente y no depende de la edad. Es una faceta vital que varía con cada persona.
- Tengo el mismo deseo y derecho a recibir y dar caricias tal y como sucedía en mi niñez y juventud.
- Estoy en capacidad de expresar sanamente el afecto hacia las personas que me atraen.
- Puedo constituir pareja y compartir mis sentimientos sin límite de edad.
- Soy capaz de trabajar, de producir, hacer deporte y divertirme. Mi situación de retiro o pensión no me lo impide, antes bien lo facilita.

- Como persona mayor puedo tener el don de lo elemental, como sucede en la niñez. Soy capaz de gozar de la transparencia del aire, del aroma de la flor, el color de las mariposas, el roce de una mano amiga, la ternura de una caricia, el murmullo de un manantial. Cada vez más en virtud de mi experiencia.
- Me aferro a la vida porque sé de su valor y percibo el placer de vivirla, aunque en ocasiones disfrute en la soledad de mis recuerdos y parezca persona huraña.
- Tengo derecho a cuidar y mejorar mi imagen exterior, a transmitir a los demás la belleza interior que brota de mi cuerpo y gozar de toda clase de sensaciones que de él provengan.
- El llegar a la vejez significa que he sobrevivido y triunfado sobre la enfermedad y la muerte. Puedo transmitir con orgullo estas ideas a mis hijos, nietos y amigos, para que a su vez si ellos logran alcanzarla vejez, tengan entonces el privilegio de transmitir las, a sus nietos, hijos y amigos.

Se puede afirmar que un hombre o una mujer sanos física y psíquicamente entre 50 y 70 años o, incluso, a edades más avanzadas, pueden mantener cierto nivel de actividad sexual. Esta es una posibilidad más que comprobada si son personas libres de estereotipos, prejuicios y tabús. (Piñango &Fontalvo, 2010).

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. (Piñango &Fontalvo, 2010).

En lo que se refiere a la violencia contra las personas adultas mayores, Mora lo define como cualquier acción u omisión, directa o indirecta, ejercida contra ellas, que produzca, como consecuencia, el menoscabo de su integridad física, sexual, psicológica o patrimonial. (Mora, 2009)

## 6.5 CALIDAD DE VIDA

“Calidad de vida es un expresión lingüística cuyo significado es eminentemente subjetivo; está asociada con la personalidad de la persona, con su bienestar y la satisfacción por la vida que lleva, y cuya evidencia esta intrínsecamente relacionada a su propia experiencia, a su salud y a su grado de interacción social y ambiental y en general a múltiples factores”. (Vera, 2007).

Es “la resultante de la interacción entre las diferentes características de la existencia humana (vivienda, vestido, alimentación, educación y libertades humanas); cada una de las cuales contribuye de diferente manera para permitir un óptimo estado de bienestar, teniendo en cuenta el proceso evolutivo del envejecimiento, las adaptaciones del individuo a su medio biológico y psicosocial cambiante, el cual se da en forma individual y diferente; adaptación que influye en su salud física, fallas en la memoria y el temor, el abandono, la muerte, la dependencia o la invalidez.” (Vera, 2007).

Dado que la sexualidad es un proceso que está presente durante toda la vida. Cada persona tiene su forma de expresarlo mediante ciertos sentimientos, actitudes y creencias sexuales, el cual en el adulto mayor se ve afectado, por estereotipos que existen en la sociedad. El cual se debe tener en cuenta que la sexualidad es un elemento en la calidad de vida del adulto mayor que es ciertamente muy importante, puesto que al tener un conocimiento de esta es fundamental para brindar una atención óptima e integral en dicha población. (Orihuela, Gómez & Fumero, 2001)

“Un estudio que habla de la importancia y de la influencia de la sexualidad en la calidad de vida de los adultos mayores, en el cual se evidencio que la autovaloración estuvo equilibrada por sexo, mostrando así, como el nivel de autoestima y autovaloración de los adultos mayores, influye en la autopercepción de su sexualidad. De igual manera se encontró, que la sexualidad activa de los dos grupos afecta su salud mental y bienestar”. (Martín, Renteria&Sardiñas, 2009)

Así mismo La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2014) considera el placer sexual como un derecho humano básico, dado que define “La salud sexual como la integración de los elementos somáticos, emocionales, intelectuales y sociales del ser sexual, por medios que sean positivamente enriquecedores y que potencien la personalidad, la comunicación y el amor”.

Además teniendo en cuenta lo que según Sapetti evidencia en su artículo que “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.”, por lo que es importante para la calidad de vida, dado que es un elemento implícito para la sexualidad. (Sapetti, 2012).

## **6.6 POLÍTICAS PUBLICAS**

"No hay nada más democrático que la vejez y no hay nada más seguro que eso... la sexualidad tampoco es un tema excluyente para las personas de la tercera, desde que nacemos hasta que morimos somos personas con sexualidad... en esta etapa no somos seres asexuados como cree la sociedad".(Carreño, 2010).

Las políticas públicas de salud para los adultos mayores no cubren la problemática de la sexualidad, sino que abarcan la prevención y tratamiento de otras enfermedades que se relaciona a ellos.

En cuanto a las políticas de salud que cubran la situación de la sexualidad en el adulto mayor no están cubiertas por estas, dado que abarcan más que todo es temas de prevención y tratamiento de otras enfermedades que se relacionan a esto. Por lo que según el seminario de la sexualidad y tercera edad realizado en la

biblioteca del congreso nacional de chile (BCN); los adultos mayores manifestaron que se requieren ciertas medidas de implementación de políticas públicas que mejoren su acceso a una vida sexual segura y plena, ya que el carecer de ella también es un factor que incide en la salud de las personas. (Carreño, C, 2010).

Según la política pública de Colombia orientada hacia personas mayores, crea condiciones para promover y garantizar condiciones de protección social integral, de inclusión social y para que todas las personas mayores participen como ciudadanos, en la construcción de un proyecto colectivo de equidad social en el país. Dado que “Las personas mayores se constituyen en sujetos especiales de derechos”.(Ministerio de la Protección Social., 2007).

Donde se dan a conocer como una expresión de responsabilidad compartida entre diferentes actores sociales, incluido el Estado; evidencian tanto responsabilidades como deberes.

Además se evidencia que en la política en Colombia no se habla de la sexualidad en el adulto mayor explícitamente, pero de una manera, da a conocer que se deben satisfacer las necesidades fundamentales que puedan mejorar su calidad de vida; el cual es uno de los objetivos específicos de la política, por lo que es importante tenerlo en cuenta, ya que en esta investigación se tiene en cuenta que la sexualidad hace parte de la calidad de vida.(Ministerio de la Protección Social., 2007).

## 7. METODOLOGÍA

Para la investigación se utilizó un diseño de tipo cualitativo, el cual proporcionó herramientas para poder extraer información mediante las diferentes descripciones que dieron a conocer los adultos mayores frente a las percepciones que ellos tienen en cuanto a su sexualidad. (Hernández, Fernández & Baptista, 2006).

La investigación es de tipo cualitativo, y tiene como objetivo principal “el conocer la esencia de experiencias relativas a un fenómeno” (Hernández, Fernández & Baptista, 2006). que en este caso es conocer y analizar las percepciones que tiene los adultos mayores frente a su sexualidad; así mismo la población objeto fue orientada hacia la investigación cualitativa tomando como base tipos de muestras diversas o de máxima variación, ya que se ajusta apropiadamente para esta investigación, ya que este tipo de muestras “son utilizadas cuando se busca mostrar distintas perspectivas y representar la complejidad de un fenómeno estudiado” (Hernández, Fernández & Baptista, 2006) pg.567, en este caso se buscó a las percepciones, entendidas como las experiencias, sentimientos y expresiones que muestra el adulto mayor frente a su propia sexualidad.

Además este tipo de investigación da la facilidad de incluir los contextos o circunstancias concretas a la población en la cual se centró esta investigación, cuya finalidad fue la de exponer los hallazgos que encontramos y la reflexión de los resultados de una manera más coherente. (Hernández, Fernández & Baptista, 2006).

Es importante aclarar que el instrumento por el cual se adquirió la información de una manera amplia, fue a partir de una entrevista semiestructurada y abierta, ya que se consideró que era la más apta para así poder obtener descripciones de lo que se quería conocer. Puesto que fue una conversación que tuvo la intencionalidad de lograr los objetivos que conllevo esta investigación a obtener una mayor profundidad. (Peláez, Rodríguez, Ramírez, Pérez, Vásquez & González., 2010)

Los adultos mayores que participaron en esta investigación tuvieron la oportunidad de expresar sus percepciones con libertad absoluta y con fluidez y de esta forma se obtuvo mayor información en cuanto al tema de interés.

El método que utilizamos para el número de participantes fue el de saturación de información, el cual consiste en concluir el análisis hasta que la información se repita en varias ocasiones, sin embargo si se encuentra inconsistencia o falta de claridad en el entendimiento de las perspectivas que tiene los adultos frente a su sexualidad, se regresa al contexto para recolectar más datos. (Hernández, Fernández & Baptista, 2006).

## **7.1 PARTICIPANTES DEL ESTUDIO**

Los participantes fueron adultos mayores de 60 años de edad, que desearon participar voluntariamente en la investigación, en total fueron siete (7).

## **7.2 DESCRIPCIÓN DE LA RECOLECCIÓN DE LA INFORMACIÓN**

Inicialmente se realiza la prueba piloto en un centro día de adulto mayor, donde se encontró que el sitio no fue propicio, dado que los adultos mayores no tienen tranquilidad para responder las preguntas y se encuentran con afán de terminarla, por tener clases que el centro de adulto mayor ofrece; esto trae muchas dificultades para adquirir la suficiente información, dado que no se pudo tener profundidad en las respuestas.

Se evidenció que el ambiente no era el mejor, ya que había ruido y personas que interrumpían la entrevista y no había silencio.

Por lo anterior, se tomó la decisión de cambiar la población y el lugar donde se realizaron las entrevistas, para así poder tener una mayor profundidad de ésta, y se modificaron algunas de las preguntas.



Posteriormente la recolección de la información se llevó a cabo en la ciudad de Bogotá, en los hogares de cada uno de los participantes de la investigación, esto con el fin de crear un ambiente tranquilo y reservado en donde cada participante tuviera la libertad de expresar sus respuestas a la entrevista, de una manera libre, sin temor a prejuicios, sino más bien tratando de crear una conexión de confianza entre el participante y el investigador.

La recolección de los datos se hizo mediante la técnica de muestreo de “bola de nieve” la cual consiste en “encontrar un caso perteneciente al grupo objeto de investigación y éste lleva al siguiente y al próximo y así sucesivamente hasta alcanzar el nivel de información suficiente para dar por terminada la investigación”. (Quintana, 2006).

### **7.3 INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN**

Para esta investigación de tipo cualitativa se utilizó como instrumento de recolección de datos la entrevista semiestructurada, en donde las investigadoras fueron el principal instrumento de recolección de datos, el cual se llevó a cabo mediante entrevistas abiertas, íntimas y flexibles, con una opción de respuesta totalmente libre, en donde se analizaron los sentimientos, las expresiones y las experiencias de vida de los adultos mayores, entrevistas que fueron grabadas.

Ya que esta es una investigación de tipo cualitativo lo que busca es poder recolectar datos que posteriormente se convertirán en información, la cual será tomada desde el momento en que se empieza a interactuar con los participantes, como se ha mencionado con anterioridad, el objetivo principal de esta investigación es conocer las percepciones que tiene los adultos mayores frente a su sexualidad, por lo cual la recolección de la información se realizó individualmente y la identidad de los participantes fue anónima, así mismo se tomó en ambientes de la vida cotidiana de los participantes, con lo que se tuvo en cuenta su forma de hablar, sus

creencias, que sintieron, sus pensamientos y cómo interactúan socialmente. (Hernández, Fernández & Baptista, 2006).

## **7.4 ORGANIZACIÓN Y ANÁLISIS DE DATOS**

Los datos recolectados que son no estructurados, mediante el análisis que se realiza se convierten en estructurados que es la finalidad del análisis. (Hernández, Fernández & Baptista, 2006).

En el análisis el propósito central fue darle un tipo de estructura a los datos, luego se buscó un sentido frente a las percepciones que los adultos mayores compartieron, dado que así reconstruyeron situaciones que nos dieron respuesta a nuestro problema planteado. (Hernández, Fernández & Baptista, 2006).

La interpretación que se hizo de los datos posee una mayor flexibilidad, dado que se analizó cada uno de ellos, teniendo en cuenta que todo lo dicho por los adultos mayores se tuvo presente para todo el análisis, es decir que por sí mismo cada perspectiva tiene un valor, que deduce similitudes y diferencias entre los datos. (Hernández, Fernández & Baptista, 2006).

Después de analizar los datos y al no tener una información diferente, el análisis concluyó, por saturación de la información.

Para la presente investigación los datos se analizaron de la siguiente manera:

### **7.4.1 Organización de datos**

Una vez se obtienen las entrevistas, se realiza la transcripción de las mismas, en total se realizaron siete entrevistas, con el fin de cumplir con la confidencialidad y de guardar la identidad de cada participante, se le fue asignado un número en el

orden de cada entrevista al lado de la letra E que significa (entrevista) (E1, E2, E3, E4, E5, E6 Y E7).

El promedio de duración de las entrevistas fue entre 18 a 25 minutos y el tiempo promedio de transcripción fueron 60 minutos.(VER ANEXO B)

Las entrevistas finalizaron cuando las respuestas de los adultos mayores fueron repetitivas, lo que significó saturación de la información.

La información fue organizada cronológicamente y de acuerdo a los objetivos de la investigación (sentimientos, expresiones y experiencias).

#### **7.4.2 Surgimiento de las unidades de análisis y categorías**

Para el surgimiento de las categorías se identificaron segmentos de información identificando los significados de los mismos, dando origen a categorías similares o diferentes según el contenido, teniendo en cuenta que las unidades de análisis son segmentos de contenido de los mensajes que son caracterizados para ubicarlos dentro de las categorías, se realizó una comparación constante para establecer si las unidades de análisis correspondían a las categorías identificadas o se reclasificaban y al encontrar que todos los datos eran clasificables en las categorías ya establecidas y se comienzan a encontrar respuestas repetitivas por parte de los entrevistados se determina que se ha llegado a la saturación de los datos.

Surgiendo así una matriz de análisis en donde se organizaron las unidades de análisis y las categorías surgidas para de esta forma dar inicio a la interpretación de las mismas.(VER ANEXO C)

#### **7.4.3 Interpretación de los datos**

Una vez se han formado las categorías clasificados en los objetivos de la investigación, se procede a tomar cada una de las mismas para analizarlas individual-

mente interpretando el significado que esta tenía para los participantes y comparando las respuestas con lo encontrado en la literatura.

## **7.5 CONSIDERACIONES ÉTICAS**

Las consideraciones éticas de esta investigación fueron tomadas a partir del principio fundamental de preservar el bienestar y de evitar perjudicar en algún momento la integridad del participante, para lo cual fue utilizado como medio establecido para la realización de las entrevistas, el consentimiento informado el cual es considerado en la resolución nº 008430 de 1993, en la cual se establecen algunas condiciones sujetas a los aspectos éticos descritos en el decreto, donde las principales son el preservar la privacidad y mantener la intimidad de los adultos mayores que participaron en esta investigación, sin embargo esta investigación fue clasificada en tener un bajo riesgo, argumentado en el sentido de que se puede herir la susceptibilidad y en algunas ocasiones conmocionar algunos sentimientos de los participantes.

En este mismo sentido cabe mencionar que a cada participante se le fue leído, explicado y entregado su respectivo consentimiento informado.

Para dar cumplimiento a todos los aspectos mencionados con anterioridad, se tuvo en cuenta como principal herramienta la siguiente resolución:

### **REPÚBLICA DE COLOMBIA, MINISTERIO DE SALUD**

#### **RESOLUCIÓN Nº 008430 DE 1993**

De acuerdo con los principios establecidos en la “ declaración de Helsinki: Diseño científico y experiencias previas en animales, principio de la proporcionalidad entre riesgos predecibles y beneficios posibles, respeto a los derechos del sujeto, prevaleciendo su interés por sobre los de la ciencia y la sociedad, consentimiento informado y respeto por la libertad del individuo y en la Resolución 009430 de 1993: y debido a que esta investigación se consideró como una investigación con bajo riesgo y en cumplimiento con los aspectos mencionados con el artículo 6 de la

presente Resolución, este estudio se desarrollara conforme a los siguientes criterios:

- Ajustar y explicar brevemente los principios éticos que justifican la investigación de acuerdo a una normatividad a nivel internacional y a nivel nacional la Resolución 008430/93.
- Fundamentar si la experimentación se realizó previamente en animales, en laboratorios o en otros hechos científicos.
- Explicar si el conocimiento que se pretende producir no puede obtenerse por otro medio idóneo (fórmulas matemáticas, investigación en animales).
- Expresar claramente los riesgos y las garantías de seguridad que se brindan a los participantes.
- Contar con el consentimiento informado y por escrito del sujeto de investigación o su representante legal con las excepciones dispuestas en la Resolución 008430/93.
- Relacionar la experiencia de los investigadores y la responsabilidad de una entidad de salud.
- Establecer que la investigación se llevara a cabo cuando se obtenga la autorización: del representante legal de la institución investigadora y de la institución donde se realice la investigación; los consentimientos informados de los participantes; y la aprobación del proyecto por parte del comité de ética en investigación de la institución. República de Colombia Ministerio de salud. (1993).

(VER ANEXO A)

## 8. ANÁLISIS

Las entrevistas fueron realizadas a siete adultos mayores, en donde participaron dos hombres y cinco mujeres, con un intervalo de edad entre 60 a 72 años de edad.

Se encontró que el significado que cada adulto mayor le dio a la sexualidad en general va dirigida principalmente a la relación sexual y afectiva que existe entre una pareja, evidenciado por expresiones como:

*“Al oír sexualidad pues lo primero que pienso es en sexo” (E1)*

*“la sexualidad ya es una cosa como más morbosa yo diría cuando uno está tratando de buscar cosas donde no debía buscarlas ya es una explosión y una exploración del sexo” (E2)*

*“yo no tengo sexo con nadie” (E3)*

*“tener una creatividad en el momento del acto o lo que es el sexo” (E6)*

A continuación se describen las categorías surgidas de cada uno de los objetivos de la investigación.

### 8.1 SENTIMIENTOS

Los sentimientos para el adulto mayor relacionados con su propia sexualidad son un punto muy importante para el buen desarrollo de esta, dentro de la información recolectada, se encontró que al mencionar el tema de sexualidad, el adulto mayor implícitamente reconoce el sentimiento de amor como algo que reúne un conjunto de otros sentimientos como lo son, la confianza, la lealtad, el cariño, y algunas emociones como la pasión, la felicidad, satisfacción, entre otras.

### 8.1.1 "El sexo y el amor van de la mano"

Como primera categoría se encontró que los participantes hablaron de algunos sentimientos que para ellos eran muy importantes cuando se habla de sexualidad, los cuales para ellos son fundamentales para la vida en pareja.

*"La sexualidad y el amor juegan un papel importante, ambos van de la mano"*

*"Cuando dos personas se aman, se quieren entonces la sexualidad juega un papel importante"*

*"ya cuando se llega a una determinada edad diría yo de los cuarenta o cincuenta para arriba ya es una cosa muy distinta, ya la pasión se va acabando pero existe el amor" (E2)*

*"Demuestra uno el amor que siente por otra persona"*

*"Sexualidad es amor, es también, es respeto y la forma de estar con una persona que uno quiere" (E3)*

*"El cariño, el afecto que siente uno hacia otra persona"*

*"No es tener solo sexo entre dos personas, sino también el afecto que puede existir entre esas personas, el amor que se tienen"*

*"Tengo amor y siento atracción por esa persona"*

*"el amor se transmite por medio de la sexualidad, yo creo que las dos van complementadas, para tener un buen sexo hay que sentir amor" (E5)*

*"Sexo y también amor, eso va acompañado"*

*"para mí la sexualidad es tener relaciones en todo el sentido de la palabra con otra persona, basadas en el amor."*

*"El amor es... que le digo yo... es dar lo mejor de uno a la otra persona sin esperar nada a cambio y así se comparte todo".*

*“El amor es lo que reúne todo, la confianza, el saber que él es para mí y yo soy para él”(E6)*

*“La sexualidad es la relación que hay entre una mujer y un hombre... una persona que uno ama” (E7)*

Con lo anterior se puede identificar que para el adulto mayor, los sentimientos van íntima y directamente relacionados con su sexualidad, que son un pilar fundamental para sentirse bien en una relación de pareja.

En la bibliografía se encontró que, el término sexualidad significa muchas cosas para distintas personas y en diferentes etapas del ciclo vital considerando además la educación y experiencias que se tengan al respecto y que se define como Salud Sexual Geriátrica “la expresión psicológica de emociones y compromisos que requiere la mayor cantidad y calidad de comunicación entre compañeros en una relación de confianza, amor, compartir y placer, con o sin coito”.(Cedeño, Cortes & Vergara, 2006).

Es así como en la vejez el concepto de la sexualidad se basa principalmente en la “calidad de la relación” integrando componentes tales como: personalidad, intimidad, género, pensamientos, sentimientos, intereses y valores. (Cedeño, Cortés & Vergara, 2006).

(Massa&Pat, 2011) Da a conocer que el “ser humano tiene dos tendencias innatas: el sexo, que lleva a la exploración y búsqueda de experiencias sexuales; y el enamoramiento, que conduce a buscar una relación profunda, duradera y exclusiva con una sola persona. Con cierto conjunto de pensamientos, sentimientos, motivaciones, reacciones fisiológicas, acciones y declaraciones que ocurren en las relaciones interpersonales”

### **8.1.2 "Esa es la felicidad del ser humano"**

Se encontró que los adultos mayores perciben un sentimiento de felicidad cuando se refieren a todo lo que abarca la sexualidad.



*"La sexualidad se puede vivir de varias formas, estar alegre es una forma de uno estar bien"*

*"La sexualidad siempre va ligada con las emociones, las emociones son estar uno feliz, estar uno contento, estar uno alegre, está uno satisfecho con todo lo que hace, chévere, se siente uno bien, pues uno se va a sentir lógicamente feliz"(E2)*

*"Esa es la felicidad del ser humano"(E3)*

*"Con mi sexualidad... más que todo el estar feliz" (E4)*

*"Ser felices porque para eso es"(E6)*

*"Pues o sea también uno sintiéndose feliz, si yo creo porque si uno no se siente feliz con la persona que uno está viviendo su sexualidad, pues como que a uno no le da ganas de nada"*

*"Pues también la alegría de sentirse amado"*

*"Sentirme feliz porque mi esposo me quiera"*

*"Sentirme feliz porque mi esposo me quiera" (E7)*

"La "felicidad" se ha utilizado como muletilla para todos los significados de "calidad de vida" En filosofía prevalecieron los dos primeros significados: en la filosofía social el significado de "buenas condiciones de vida" (felicidad como buena sociedad) y en la filosofía moral el significado de "buena acción" (felicidad como virtud). En la ciencia social corriente prevalece el tercer sentido: la palabra "felicidad" se usa frecuentemente para indicar el disfrute subjetivo de la vida" (Ovalle & Martínez, 2008).

Integrando las respuestas de los participantes junto con la revisión bibliográfica se encuentra que la felicidad es un sentimiento subjetivo y muy íntimo de

acuerdo a cada persona ya que se genera a partir de un estímulo tanto interno, como externo del ser que reconforta a la persona de alguna forma, lo cual permite describir sensaciones por medio de una sola palabra que es felicidad.

Además, la sexualidad en el adulto mayor hace gran parte de la calidad de vida de las personas y al aceptar la sexualidad como algo natural crea un ambiente sano y saludable para el adulto mayor.

### **8.1.3 " Uno todavía sigue sintiendo.... Que todavía está vivo"**

El adulto mayor manifiesta que la sexualidad la identifica como sentirse que está vivo.

*"Uno todavía sigue sintiendo, que todavía está vivo, que a pesar de que han pasado tantos años todavía uno sigue siendo coqueto" (E1)*

*"Que si no es con sexualidad pues como, no habría vida" (E6)*

*"Sexualidad es respeto y la forma de estar con una persona que uno quiere, porque pues, sin sexualidad no hay vida" (E3)*

A partir de la revisión de la literatura que se realizó se evidencia que la sexualidad, es parte fundamental del ser humano, ya que desde el comienzo de la vida, hasta su final, somos considerados como seres sexuales, sin embargo todos nacemos y nos desarrollamos de diferente manera, por lo cual encontramos que la sexualidad es un tema sociocultural que reúne la forma de vida de cada persona, de esta forma todos percibimos la sexualidad de diferente manera, desde las experiencias vividas, (Pérez, 2007).

En la tercera edad que es una etapa de la vida en donde el ser humano puede expresar al máximo su sexualidad, sin preocupaciones ya que en este momento la persona ya está llena de experiencias vividas y objetivos logrados, es en este

momento cuando no se puede olvidar que la vida no ha terminado y por ello hay que vivirla a plenitud.

Además un estudio llegó a la conclusión, que el amor y la sexualidad continúan siendo aspectos de gran importancia en la vida del ser humano, aún en etapas avanzadas del ciclo vital. Sin embargo, cada grupo generacional tiene sus propias percepciones respecto a la misma, las cuales pueden limitar o favorecer su expresión y disfrute aún en la vejez". (Cerquera, Galvis & Cala, 2012).

Estudios investigados se puede resaltar que son muy importantes ya que resaltan que para los adultos mayores es beneficioso tanto físico como mental mantener una vida sexual activa, factores como el estado civil, viudez, estado de salud, estado emocional, la sociedad influyen de gran manera en desempeñar una vida sexual plena.

## **8.2 EXPRESIONES**

Las expresiones son un conjunto de acciones o manifestaciones que realiza el ser humano a partir de algo que se siente, de un sentimiento o un pensamiento, y esta es la forma de mostrar exteriormente dichos sentimientos, por medio de actos como gestos, caricias, ternura, movimientos, palabras.

### **8.2.1 "Si se da el momento pues disfrutarlo".**

Teniendo en cuenta las percepciones que tiene el adulto mayor se plantea esta como la primera categoría sobre las expresiones frente a la sexualidad donde manifestaron lo siguiente:

*"Pues a que es algo que hace naturalmente un hombre y una mujer como que se da cuando hay como atracción" (E1)*

*"Con el rose de una persona que le agrada a uno, no más con el hecho de que le agrada una persona uno ya está pensando en algo" (E2)*

*"Esculcar o a tener una creatividad en el momento del acto o lo que es el sexo, la satisfacción propia de los dos".*

*"Las caricias, desde el momento en que empieza el coqueteo, el momento en que empieza a tener ya la manera en cómo se desviste"*

*"La manera como se habla, en la manera como dice, como se susurra también y a veces también en la manera como se juega"(E6)*

A partir de la revisión literaria, un estudio revela que la sexualidad implica expresión afectiva, sentimientos, atracción, pasión, admiración y lealtad. (Cerquera, Galvis & Cala., 2012).

El cual es muy importante, porque crea unos "vínculos emocionales contribuyen a una mejor adaptación de la persona a lo largo de su vida y que en los adultos mayores, sus beneficios se ven reflejados en una mejor salud física y mental". (Cerquera, Galvis & Cala., 2012).

Además de esto cabe mencionar que, el ser humano es un ser sexual desde el momento de ser engendrado, hasta el día de su muerte, por lo tanto el adulto mayor tiene tanto derecho a disfrutar, a sentir y a expresar su sexualidad en tanto este quiera, como cualquier otra persona sin importar la edad.

### **8.2.2 "Una forma de llamar la atención"**

Se encontró que varios de los participantes usan su físico como una forma de expresar su sexualidad a otras personas, para lo cual se encontraron las siguientes respuestas:

*"Uno baila y es bien coqueto con la persona"*

*“Soy muy femenina, me gusta maquillarme, me gusta colocarme perfume, ponerme joyas para que el me vea bonita y me vea sexy, me vea mujer, me vea atractiva”*

*“Como una forma de llamar la atención, para que me diga huy como se ve de bonita hoy, huy pero esos aretes tan bonitos así, ejemplo cuando lo invitan a uno a una reunión pues uno va bien sexi para que él diga huy pero ella todavía esta bonita, esta atractiva” (E1)*

*“Tengo que tener a alguien que me provoque algo, que me entusiasme, así esta uno siempre procurando estar agradable, bien perfumando, bien vestido, no tener malos olores, o sea buscar la forma de que lo vean a uno como una persona agradable, bien hablado tantas cosas que tiene uno que hacer para aportar a una situación de esas” (E2)*

*“Solo usted con arreglarse, perfumarse, esperarlo y yo creo que eso debe ser lo más lindo de la vida, esperar que a usted llegue, su amado, su novio, su esposo y demostrarle que... pues que lo quiere y de ahí viene el sexo”(E3)*

*“A mí por lo menos me llama la atención arreglarme, que de vez en cuando si lo piropeen o lo mire la gente, las personas del sexo opuesto, y cuando salgo a partes especiales me gusta irme sexual, me gusta ¿Cómo se llama eso cuando uno es que, por ejemplo mostrona? Bueno todo eso me encanta, me gusta andar en shores y todo eso, así me siento bien”(E4)*

*“A mi esposo por ejemplo le gusta un vestido azul”*

*“el vestido, y peinándome y coqueteando, que miradita va y miradita vienenos encanta bailar juntos siempre, porque ya nos sabemos cómo los pasos de cada uno”(E6)*

*“A pues él era muy arreglado y a mí eso me gustaba que él se peinara bien que se vistiera bien y que oliera a rico y eso me gustaba mucho de él. Y pues yo también me trataba pues de arreglar para el por qué pues eso siempre llama la atención de un hombre yo creo” (E7)*

Otro estudio realizado en el distrito Nou Barris de Barcelona, cuyo objetivo era valorar la influencia que los factores psicosociales tienen en la percepción del adulto mayor frente a la sexualidad, se encontró que dicho estudio muestra “que las personas, a medida que se sienten más satisfechas con el estado de salud y con la imagen corporal, aumentan la frecuencia de las relaciones sexuales”. (Cala, Galvis & Ochoa, 2011). Además la dedicación y la entrega, y el conjunto de sensaciones, experiencias y estados de ánimo que el ser humano es capaz de dar a conocer a las otras personas como lo sensorial y la afectividad.

De acuerdo a las respuestas de los adultos mayores y a la revisión bibliográfica se encontró que las expresiones son un medio para transmitir la propia sexualidad exteriorizándola a la sociedad, sin necesidad de contacto físico, lo cual le permite a las personas sentir satisfacción consigo mismo y de esta forma sentir un bienestar propio.

### **8.2.3 “Mirar y admirar a las otras personas”**

La forma de expresar la sexualidad también crea un imaginario de ver y encontrar en otras personas una exploración de la propia sexualidad, ya que se encontraron respuesta como:

*“Estar uno mirando nalgas, mirando senos y mirando piernas es esa sexualidad y sensualidad, más que toda sexualidad, ya tiene los ojos uno puestos no en lo que piensa la mujer, sino en lo que anda y en lo que tiene encima”(E2)*

*"También las acompaño con las fotos, me encanta tomarles fotos no me interesa que sean flacas, gordas, altas, negras"... "No se le está faltando al respeto, solo se está admirándola como mujer y pues yo trato de no echar piropos, porque ya a esta edad como que ya no se puede, pero si admirarlas y no... morbosamente, admirarlas como mujeres que son hermosas"(E5)*

Por otra parte, la sexualidad-afectiva no solamente se fundamenta en el acto coital, sino que también tienen diferentes maneras de describirlo, dado que abarca muchas cosas más, como lo son todos los sentidos; la manera en que se ve a la otra persona, que se escucha, su olor particular, su tacto y su gusto. (Cedeño, Cortés & Vergara, 2006).

Según las respuestas de los participantes y de acuerdo a la bibliografía, se identifica que la sexualidad no solamente se basa en tener relaciones sexuales, sino también en experiencias de la vida que reúne tanto emociones, como sentimientos, en donde cada persona encuentra una forma íntima y personal de expresar su propia sexualidad y su conformidad personal de sentirse bien muchas veces con el simple hecho de mirar y de la misma forma admirar a otra persona, bien sea del mismo o de diferente sexo de la cual encuentre atracción, seducción o simpatía.

#### **8.2.4 "Lo expreso con cariño, con amor, con deseo y respeto"**

De igual forma, se encontró una categoría en donde los adultos mayores mencionan la forma de expresar los principales sentimientos implicados en su propia sexualidad, con las siguientes respuestas:

*"El amor, la ternura, el placer, la comprensión, cariño, lealtad con el otro, ser honestos si pues esos sentimientos"(E1)*

*“La sexualidad, así mismo como se dice de la palabra, aprovechar esos momentos de pasión, de ternura, de todo lo que podemos explorar de la, de la sexualidad, darle un buen uso a la sexualidad”(E2)*

*“Lo expreso con cariño, con amor, con deseo y respeto diría yo”(E3)*

*“También tanto uno respete a las personas, a sus amigos o algo como ellos también viceversa lo respeten a uno"... "con la mirada también uno puede transmitir algo como sexualidad"... "las caricias, un beso"... "el romanticismo, ósea ser uno como romántico"... "Pues sentimientos primero lógico el amor es una manera muy especial de demostrar sexualidad“(E4)*

*"Para mi todas las mujeres son hermosas, las valoro a todas y eso es una de las formas como yo transmito mi sexualidad"... "para yo tener sexualidad tengo que respetarla, amarla, comprenderla y ponerme en el zapato de ella"... "yo por ejemplo tengo a mi gorda y con ella me siento muy bien porque yo a ella le puedo decir cosas y no se va a escandalizar"... "yo creo que las dos van complementadas, para tener amor, hay que tener buen sexo"... "el amor se transmite por medio de la sexualidad"... "pues caricias, besos, mmm compartir que de pronto ya terminemos en una relación sexual“(E5)*

*“Tener plenitud en las relaciones sexuales y en su derecho de escoger a la persona o a la pareja que quiere”(E6)*

*“La sexualidad es de amor, es donde hay afecto, donde hay cariño” “Una relación a mi manera de ver es cuando hay amor, porque no creo que una relación se debe tomarse porque uno quiere con cualquier persona,” “Uno la sexualidad uno la debe tomar con respeto”*



*“La vivo, mmm la vivo con amor, la viví con mucho cariño mmm y con respeto”*

*“La sexualidad también se debe vivir en pareja como no solo teniendo los dos relación sexual sino con cariño con besos con caricias.”*

*“Pues yo creo que para que uno practique la sexualidad tiene que haber amor con la pareja, uno también tiene que tener como esa confianza, porque pues uno se muestra a la otra persona pues como toda su intimidad”*

*“Pues la expresaba con felicidad con demostraciones de cariño y así esas cosas” (E7)*

Las expresiones de la sexualidad en los adultos mayores se dan a conocer como ciertas manifestaciones de cariño, como lo son abrazar, besar, manifestar deseos de tener una pareja o pretender tener una, aunque en este etapa de la vida la sociedad lo identifique como una manera en la cual puede ser juzgados y ridiculizados, dado que se tiene ciertos estereotipos y prejuicios que se mantiene con respecto a la sexualidad en los adultos mayores.

Decálogo de los derechos de la vejez refiere que el adulto mayor tienen el mismo deseo y derecho a recibir y dar caricias tal y como sucedía en mi niñez y juventud.

Las relaciones sexuales son ante todo una manera íntima, privada y sincera de decirle al otro/a: "Te quiero", "Te amo", "Te deseo" o simplemente " Me encanta estar junto a ti" y, en vez de decirlo verbalmente, se lo decimos con nuestras manos, con toda nuestra piel. Sin embargo, los años de convivencia no menoscaban la intimidad, es más, abrazos, besos y caricias se observan en la cotidianidad de infinidad de adultos mayores como parte fundamental de la relación de pareja y de la vida en general. (Piñango &Fontalvo, 2010).

### 8.3 EXPERIENCIAS

Para el adulto mayor se encontró, que al referirse a las experiencias, las cuales son situaciones que ha tenido durante su vida en cuanto a su sexualidad, expresaron que la sexualidad no solamente implica el tener sexo, sino que es un complemento de circunstancias y procesos de la vida, ya que el termino de experiencias se refiere a las situaciones o hechos que se dan en un determinado momento de la vida y que dejan un conocimiento con el pasar del tiempo, y que aunque el sexo es parte fundamental, las experiencias de su sexualidad implican también otras cosas, cosas que les han dejado aprendizajes, anécdotas, recuerdos, al igual que cosas buenas y malas.

#### 8.3.1 " La sexualidad no es solamente sexo"

Dentro de las experiencias de la sexualidad de los participantes, se encontraba una parte fundamental de la vida de cada uno, como lo es la formación de su núcleo familiar, lo cual se ve reflejado en las siguientes respuestas:

*"La sexualidad no es solamente sexo, también es cuando uno ya engendra un bebe ya está pensando en que va a ser, si niño o niña, entonces uno mismo ya está pensando en el sexo y la sexualidad de ese niño que va a nacer".*

*"Experiencia bonita donde uno siempre soñó el día en que yo me case quiero tener unos hijos, Quiero que con la persona que yo vaya a compartir esa sexualidad siempre quede algo bonito, en mi caso fue algo chévere, por que quedaron unos hijos, mi niña y mi muchacho, aunque tuve dos abortos"(E1)*

*"Tuve dos hijos, los primeros dos que ya afortunadamente están formados, están grandes"*

*“Ya después tuve otra relación con una pareja que no fue muy satisfactoria en la parte afectiva y también nacieron otros dos hijos que todavía están en proceso de formación (E2)*

*“Yo fui feliz, los días que viví con mi esposo, nos complementábamos muy bien, nos respetábamos, nos queríamos, pero como todo en la vida se acaba, tuve cuatro niñas, y... después de todo eso yo no he experimentado sexualidad con ningún otro señor” (E3).*

*“Yo lo único positivo es el haber tenido a mis dos hijos, pero de sexo y eso si no quiero saber nada nunca más, así como estoy, estoy muy bien”*

*“Tuve a mis hijos por no quedarme sola, entonces pero uno queda yo creo y por experiencia lo digo que uno como marcado para toda la vida, que uno si no tuvo relación con la persona que verdaderamente ama, entonces el sexo no se hace así porque sí” (E4)*

*“He tenido varias experiencias, pero he tenido tres compañeras mi primera esposa con la que tuve tres hijos” (E5)*

*“Tengo tres varones y una niña, ya tengo dos nietos de dos de mis hijos, la niña yo le he dado consejos y es más como una amiga porque me cuenta cosas y yo trato es más como de... aconsejarla” (E6)*

*“Gracias a la sexualidad pues tengo mis siete hijos y si no hubiera pues no hubiera sido madre que ha sido de mis experiencias más bonitas de mi vida, aunque muy difícil sacarlos adelante pero con mucho esfuerzo lo pude hacer.”*

*“Siempre las viví con mi esposo como le decía yo no tuve más novios ni nada, entonces siempre fue mi esposo que viví mi sexualidad, y pues con él pues como resultado quede embarazada de siete hijos y yo creo que ha sido la felicidad de mi vida” (E7)*

En la bibliografía se encontró que, “Sin embargo, a lo largo de la historia la sexualidad se ha enfocado en que tiene un fin único la reproducción, siendo reducida a los genitales, teniendo una menor importancia la posibilidad de vivir el amor y de ejercerla especialmente en la adultez mayor a pesar de que es una dimensión humana importante en el desarrollo evolutivo donde el potencial y el disfrute sexual se mantienen a lo largo de la vida e influyen positivamente en la salud y en las relaciones interpersonales. La sexualidad implica expresión afectiva, sentimientos, atracción, pasión, admiración y lealtad. De igual forma es una manera de renovar el romance, expresar la alegría y el amor. El vínculo emocional en esta etapa de la vida es tan importante y beneficioso como en cualquier otra, pues indican que los vínculos emocionales contribuyen a una mejor adaptación de la persona a lo largo de su vida y que en los adultos mayores, sus beneficios se ven reflejados en una mejor salud física y mental”. (Cerquera, Galvis & Cala, 2012).

Así mismo hace que el adulto mayor sienta temor en el momento de hablar de sexualidad ya que primero, la mayoría no están empoderados de cómo manejar su sexualidad y segundo muchos de ellos perciben una asociación y confusión entre lo que es la sexualidad con la reproducción, por lo cual consideran que la sexualidad solo es “normal” durante la etapa reproductiva.

A lo anteriormente mencionado se le suma que muchas personas tienen una asociación incorrecta frente al significado que le están estableciendo a la sexualidad y reproducción, puesto que se considera solo normal la actividad sexual en época reproductiva, y por tanto, los adultos mayores no tienen por qué practicarla. Dado que muchas veces se asemeja que el adulto mayor es enfermo no puede vivir su sexualidad como antes. (Santos, 2010)

### **8.3.2 “En mi casa siempre me inculcaron....”**

Se mencionaron aprendizajes que recibieron en sus hogares acerca de la sexualidad, los cuales fueron fundamentales en su desarrollo y en su formación personal.

*“En mi casa siempre me inculcaron que las cosas debían hacerse con la persona adecuada” (E1)*

*“Le inculco a mi hija que cuando ella tenga su primera experiencia sexual sea con una persona que verdaderamente ella lo quiera” (E4)*

*“Desde reconocer mi cuerpo, el saber que se puede tener relaciones hasta cierto punto y parar por una rato y seguir con mucha pasión”*

*“Pues solo he estado con mi esposo, en esa parte nos ha ido muy bien además de que es el padre de mis hijos y eso también me ha ayudado a que ellos entiendan lo importante del sexo con una persona que uno quiere”*

*“Que solo se tiene una pareja que se ama y que debería ser para toda la vida “(E6)*

La literatura dice que, no hay que dejar aparte a los adultos mayores ya que son seres integrales con conocimientos y experiencias adquiridas principalmente mediante una educación sexual informal-familiar, más conservadora a medida que aumenta la edad, pero de igual forma es importante reconocer que son seres capaces de desarrollar nuevos aprendizajes, dándole así un valor agregado a este importante aspecto en esta población. (Cedeño, Cortés & Vergara, 2006).

### **8.3.3 "La parte sexual la he gozado y la he disfrutado a mi manera"**

Como experiencias, los participantes señalaron como punto importante, el hecho de que cada uno es un ser humano libre, tanto en la forma de pensar, como en la de actuar, por lo tanto han hecho de su propia sexualidad algo que durante sus vidas ha sido y se ha hecho a su modo de existencia.

*“Mi sexualidad trato de vivirla integra a pesar de mi edad me considero que soy activo y todavía amo”*

*“Mi sexualidad la vivo plenamente”*

*“Toda mi vida he tenido experiencias nuevas, he considerado que todas mis compañeras que he tenido durante este transcurso de mi vida han sido muy buenas mujeres y que de pronto he sido un buen amante” (E5)*

*“Para mí es un completo todo, ósea amor, si es la persona ideal, uno quiere compartir, si es una persona constante, es descubrir con esa pareja todo, la manera de ser creativos en todo”.*

*“Que la pareja sea constante con la misma pareja y no sea aburridor o monótono, sino que siempre se mantenga una mecha vivita, con el amor”*

*“son como juegos de pareja que se han dado con el tiempo y ya con la confianza que nos tenemos decimos las cosas como sin tapujos o sin pena”(E6)*

*“También como disfrutar sentirme bien con la persona que estoy, como tener esa pasión con esa persona” (E7)*

El disfrute sexual se mantiene a lo largo de la vida e influyen positivamente en la salud y en las relaciones interpersonales. La sexualidad implica expresión afectiva, sentimientos, atracción, pasión, admiración y lealtad. De igual forma es una manera de renovar el romance, expresar la alegría y el amor. El vínculo emocional en esta etapa de la vida es tan importante y beneficioso como en cualquier otra, pues indican que los vínculos emocionales contribuyen a una mejor adaptación de la persona a lo largo de su vida y que en los adultos mayores, sus beneficios se ven reflejados en una mejor salud física y mental”. (Cerquera, Galvis & Cala., 2012).

Disfrutar de la compañía de otra persona, sentir bienestar, emociones, sentimientos, todo esto vinculado a las creencias, valores y actitudes de cada persona, teniendo en cuenta su etnia, cultura, raza, etc. (Pérez, 2007).

la sexualidad hace parte primordial en la calidad de vida del adulto mayor y por ende nosotros como enfermeros debemos estar dispuestos a guiar al adulto ma-

yor a que siga viviendo su sexualidad de la mejor manera, sin prejuicios que le impidan disfrutar su sexualidad y logren entender su importancia, así como implementar cuidados sobre ella, explicarles cuáles son los cambios fisiológicos que presentan, enfatizando que no son impedimento para continuar su vida sexual, todo esto para lograr una satisfacción para el adulto mayor tanto física como mental

Se da a conocer que en esta etapa también se disfruta el sexo, que como en otras etapas son capaces de tener actividad sexual. Además sus experiencias pasadas también tienen cierta dependencia a lo que su actitud tendrá frente a este tema en el adulto mayor, dado que tiene en cuenta sus creencias y su propia imagen. Puesto que si durante toda su vida ha tenido una vida sexual plena, es decir que la ha disfrutado, va seguir deseando seguir viviéndola plenamente; y si es por lo contrario se le dificultaba vivir su sexualidad, y el acto sexual o veía de una manera como rutinaria, su vejez va a ser como una excusa para así evitar tener actividad sexual. (Sapetti, 2012).

“El envejecimiento es reconocido como un proceso natural e inevitable, ya que, de acuerdo con la ley de la vida, todo ser vivo envejece; por tanto, no se puede analizar como si fuera una enfermedad, sino simplemente como una etapa de la vida que se debe aprender a vivir y disfrutar al máximo, pues por lo general ya se han logrado plasmar todos los proyectos de vida y es el momento de disfrutar de lo que se logró a través de los años”. (Rodríguez, 2008).

#### **8.3.4 "Tener sexo, ya no me llama la atención."**

De igual forma, se encontró que para otras personas la sexualidad es algo que pasa con el tiempo y se va con la juventud, que es algo que no se manifiesta en la tercera edad, puesto que ya no tiene la misma importancia, como lo tienen otras cosas para sentirse realizado, como el disfrute de otras cosas o momentos que no impliquen directamente la sexualidad de la persona.

*“De sexualidad no quisiera saber nada, yo ahoritica pues quisiera estar bien yo, pero de resto ya no que diga tener sexo, eso ya no me llama la atención”.*

*“Por qué hace tiempo no tengo una pareja o una persona como más allegada” (E4)*

*“Porque ya como de sexo y así, pues no yo creo que ya a mi esposo y a mí como que eso ya no nos interesa, algo muy diferente que cuando éramos jóvenes o bueno recién nos casamos”.*

*“Claro que eso pues lo sentía antes, ahora la verdad ya no pienso eso, pues como yo no tengo relaciones pues eso ya no es importante para mí”  
(E7)*

A pesar de que los adultos mayores tienen una gran posibilidad de mantener una sexualidad activa, tranquila e incluso más productiva en esta etapa de la vida, “hay una gran brecha emocional y de ideales que influyen en que haya una notable disminución de expresión de emociones, sentimientos y deseos, que se da principalmente por el rechazo de la sociedad, lo que influye en que los adultos mayores, pierdan el interés de empoderarse de su propia sexualidad, lo cual es una dificultad para sentirse realizado en esta etapa de la vida tan bonita como lo es la vejez ya que con este rechazo a sentir y vivir como un ser sexual trae consecuencias a las cuales no le damos la importancia que requiere como lo es, la soledad, la tristeza, la depresión y demás factores que afectan a las personas en este momento”. (Herrera, 2003).

Esto, sumado a los cambios producidos por el envejecimiento en la sexualidad y a la dificultad o falta de interés por estudiarla, nos lleva a una gran ignorancia en el tema, hacen que parezca hasta "improcedente" plantear siquiera la posibilidad que los Adultos Mayores vivan su propia vida sexuada. La gran mayoría de la sociedad



e incluso gran parte de los profesionales sanitarios parecen pensar que el anciano es un ser asexual". (Herrera, 2003).

En muchos casos o circunstancias, tales como trastornos de la salud, pérdida del cónyuge, etc., se crea una base física y social real que justifica la inexistencia de actividad sexual, pero no quiere decir que en estas personas no continúe la existencia del interés sexual. (Santos, 2010).

### **8.3.5 "Los detalles así sean pequeñitos les encantan"**

Se identificaron formas de como acercarse a la sexualidad en pareja ya que han sido sucesos y conocimientos que han adquirido con el pasar del tiempo y por medio de las experiencias en su actuar con otros, donde se encontraron las siguientes respuestas:

*"A la mujeres les encantan los detalles así sean pequeñitos pero les encantan y eso las lleva a tener un buen comportamiento frente a uno y las invitaciones, tener en cuenta siempre sus expresiones y sus gustos sexuales"*  
(E2)

*"Que lo halaguen a uno eso sí, esas experiencias si me encantan"*  
*"mi primera experiencia, la tuve fue con una persona que yo no la quería, como de pronto por que el tenia plata, me sacaba, me compraba cosas"*  
(E4)

*"Soy una persona detallista, me considero que he ganado puntos por eso soy de las personas que dedico discos, regalo flores, y tengo detalles como para conquistar y estar siempre bien perfumado, recién bañado"* (E5)

*"Porque yo estaba con mi pareja por que el me daba cariño, me daba besos y pues todas esas cosas que pues a uno le gustaba, por que como que uno se sentía importante para esa persona y eso me daba felicidad"*

*“Con detalles que me daba para conquistarme y así”*

*“Pues con detalles que el tenía hacia mí como que llegaba a veces a la casa con detalles como postres o de pronto algunos dulces, también pues como esa melosería... como de darme besitos de abrazarme y pues yo con eso me sentía bien” (E7)*

Entendemos la sexualidad como una extraordinaria posibilidad de comunicación que tenemos las personas, para expresar y compartir muchos y variados deseos, sensaciones, sentimientos, emociones, fantasías afectos, caricias o ternura. (Piñango & Fontalvo, 2010).

Con lo anterior se puede afirmar que la sexualidad es una forma de expresión tanto propia como con las demás personas y que cada ser humano tiene y está en la capacidad de manifestarla según crea y por sus propios medios, además de generar métodos y “rituales” según cada uno haya adquirido mediante sus experiencias en la vida, lo cual muchas veces no solo va dirigido al bienestar propio, sino a un bienestar común.

El adulto mayor también es un ser social, que necesita generar contacto con otras personas, ya que a esta etapa de la vida, muchos de los adultos mayores son aislados de sus hogares, quedan insertos en la soledad por viudez o simplemente son llevados por su propia familia a cumplir roles que ya no son propios de la edad, como criar a los nietos, es por esto que dejan de tener sexualidad, porque los más jóvenes generan una conciencia de temor en el adulto mayor al momento de expresar su sexualidad, como si a esta etapa ya no se sintiera, olvidado que es hasta la muerte, cuando llega el fin de poder disfrutar de la sexualidad.

## 9. CONCLUSIONES

- Las percepciones que tiene el adulto mayor frente a su sexualidad es propia dada por los sentimientos, expresiones y experiencias que cada quien experimente durante su vida.
- El adulto mayor es un ser humano que a su edad ya habrá cumplido muchas de sus metas de vida, lo cual hace de esta una etapa apropiada para tener un espacio amplio de agradecimiento propio y un momento de mayor disfrute tanto de la sexualidad, como de otros aspectos de la vida, puesto que ya no hay que pensar tanto en los demás, sino en sí mismo.
- Dentro de los sentimientos que resalta el adulto mayor frente a su sexualidad, fue el amor, mencionando al amor como una palabra que reúne todo un conjunto de sentimientos y emociones propios dentro de una relación de pareja, como lo son, el cariño, la felicidad, complicidad, confianza, lealtad, sinceridad, entre otros. Además de esto, los participantes expresaron, como los sentimientos son una parte fundamental para todos los procesos de la vida, pues desde los sentimientos es donde la persona genera cierto tipo de emociones que conllevan a crear relaciones entre las personas, bien sea como pareja o como amistad, pero es desde ahí en donde se crean vínculos afectivos, de confianza y unión con los demás y con uno mismo, es por esto y por la crianza y desarrollo de la personalidad, además de los valores inculcados desde el hogar y más en épocas pasadas en donde las familias eran más conservadoras y más con temas que tengan que ver con la sexualidad.
- Dentro de las expresiones que menciona el adulto mayor frente a su sexualidad, depende que cada persona, de sus gustos y costumbres, sin

embargo las más comunes son el coqueteo, las caricias, una sonrisa, ser tierno o cariñoso con la pareja, entre otros, por otra parte se encontró que entre las expresiones que mencionaron los adultos mayores, era notable la diferencia entre las entrevistas realizadas a hombres y a mujeres, pues se encontró que en muchas ocasiones para los hombres la sexualidad era una forma de expresión física y carnal, de contacto sexual directo o una forma de encontrar satisfacción propia por medio del contacto más físico que emocional con otra persona, de igual forma la mujeres expresaron su sexualidad de una forma más sumisa e íntima consigo misma, que era más emocional que física, que por el contrario demostraban su forma de ser más sutil, sensual y tierna, con el fin de simpatizar o enamorar a la otra persona, no necesariamente con la intención de llegar a una relación sexual pronta, sino como una proyección a futuro viéndolo de una forma natural, que hace parte natural de la vida humana para procrear y vivir con sus esposos en armonía.

- Dentro de las experiencias que han tenido los adultos mayores frente a su sexualidad a lo largo de la vida, también es algo que varía de persona a persona, sin embargo en esta investigación se encontró como experiencias parecidas, el hecho de mencionar a sus hijos como fruto de su sexualidad, ya que muchos de los participantes mostraron como la mayor satisfacción que salió de sus experiencias sexuales, el hecho de poder compartir hoy en día con sus hijos que bien fueran fruto de un amor o fruto de alguna experiencia poco agradable, resaltaron que sus hijos son la mejor recompensa de vida y lo que más agradecen a esas experiencias sexuales que tuvieron en algún momento, así mismo además de cosas buenas como el hecho de procrear, también hay experiencia no tan agradables, como el hecho de quedarse viudos, solteros o separados o simplemente de no haber disfrutado de su sexualidad por hechos frustrantes con sus parejas, en ocasiones relacionadas con mal-

trato o falta de afecto hacia esa persona que tuvieron como pareja. Sin embargo la mayoría de los participante expresaron satisfacción en cuanto a sus experiencias sexuales, diciendo que a pesar de las dificultades disfrutaron a su modo en cada oportunidad que tuvieron de hacerlo, además de expresar que se llega a una edad en donde la parte de relaciones sexuales pasan a un segundo plano y muestran mayor importancia a las relaciones emocionales, de acompañamiento y de llegar a una vejez acompañados de esa persona que han amado y con las que han convivido la mayor parte de sus vidas o por alguien que les brinde experiencia de alegría, afecto o hasta amistad con el fin de evitar muchas veces la soledad.

## 10. RECOMENDACIONES

La sexualidad en la adultez mayor, de los 60 años en adelante ha sido un tema que se ha ido disminuyendo en gran parte por complejos y prejuicios creados por personas más jóvenes, si bien es cierto que a medida de que pasa el tiempo hay cambios fisiológicos en el organismo que hace que la capacidad y funcionamiento del organismo se vaya deteriorando, también es cierto que cada persona es libre de percibir sus deseos y que sin importar la edad toda persona está en la capacidad de tener sexualidad hasta el último día de vida, por lo cual se recomienda tanto al personal de salud ya que es el constante apoyo del adulto mayor, como a la sociedad en general, el poder reformar esa idea o pensamiento de rechazo que se le da a la sexualidad en el adulto mayor, pero sobretodo se recomienda al mismo adulto mayor que no tema el expresarse, el sentir, el amar y vivir con su sexualidad, ya que además de brindar una mejor calidad de vida, genera salud y bienestar propio, lo cual sería el objetivo de llegar a una edad avanzada, ser feliz después de tanto recorrido por lograr metas y sueños que en esta etapa de la vida casi siempre están cumplidas.

## 11. BIBLIOGRAFÍA

1. Alonso, L., Ríos, A., Caro de Payares, S., Maldonado, A., Campo L., Quiñonez D. & Zapata, Y. *Percepción del envejecimiento y bienestar que tienen los adultos mayores del Hogar Geriátrico San Camilode la ciudad de Barranquilla Colombia*. Salud Uninorte. (2010). Vol. 26 N° 2. Pag. 250-259. Disponible en: <http://rcientificas.uninorte.edu.co/index.php/salud/article/viewFile/749/824>.
2. Alonso, P., Sansó, J., Díaz, A., Carrasco, M. & Oliva, T. *Envejecimiento poblacional y fragilidad en el adulto mayor*. Instituto Superior de Ciencias Médicas de La Habana. (2007). Vol. 33. N° 1. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=s0864-34662007000100010](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=s0864-34662007000100010).
3. Ayala, R.,Rodriguez, A. & Gonzales, N.,*plan de negocios - empresa de enseñanza de redes sociales para adultos mayores*. EAN (2013). Disponible en: <http://repository.ean.edu.co/bitstream/handle/10882/6015/GandurNayla2013.pdf?sequence=1MUNDO RED SOCIAL>.
4. Bonafont, A. & SadurnÍ, C. *Enfermería Geronto- Geriátrica: concepto, principios y campo de actuación*. Universidad de Vic. (2011). Disponible en: [http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/gericuba/enfermeria\\_gerontogeriatrica\\_concepto\\_principios\\_y\\_campo\\_de\\_actuacion.pdf](http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/gericuba/enfermeria_gerontogeriatrica_concepto_principios_y_campo_de_actuacion.pdf)
5. Cala, M., Galvis, M., Ochoa, V. *percepción de adolescentes, adultos jóvenes y personas mayores sobre la sexualidad en la vejez*. Universidad Pontificia Bolivariana. (2011). Disponible en: <http://apuntesdeinvestigacion.upbbga.edu.co/wp-content/uploads/2011/09/UPB-Calidad-de-vida-en-la-tercera-edad.pdf>
6. Carreño, C. *Estudio sobre la sexualidad en los adultos mayores*. Universidad Academica de Humanismo Cristiano. (2010) Disponible en: <http://bibliotecadigital.academia.cl/jspui/bitstream/123456789/2277/1/tpsico348.pdf>
7. Cedeño, T., Cortés, P. & Vergara, A. *Sexualidad y afectividad en el adulto mayor*. Universidad Austral de Chile. (2006). Disponible en: [http://medicina.uach.cl/saludpublica/diplomado/contenido/trabajos/1/La%20Serenidad%202006/Sexualidad\\_y\\_afectividad\\_en\\_el\\_adulto\\_mayor.pdf](http://medicina.uach.cl/saludpublica/diplomado/contenido/trabajos/1/La%20Serenidad%202006/Sexualidad_y_afectividad_en_el_adulto_mayor.pdf)
8. 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>.
9. Esquerria, I. *Sexualidad después de los 60 años*. Avances en Enfermería. (2007) Vol. 25 N° 2. Pag. 122-140. Disponible en: <http://www.scielo.org.co/pdf/aven/v25n2/v25n2a12>.

10. 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](http://www.fechac.org/pdf/prodia/guia_adulto_mayor_una_nueva_etapa_de_vida.pdf)
11. González, I. *Sexualidad en la tercera edad*. Rev Cubana Med Gen Integr. (2002). Vol. 18 N° 3. Pag. 220-222. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=s086421252002000300010&lng=es&nrm=iso](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=s086421252002000300010&lng=es&nrm=iso). issn 1561-3038.
12. González, J. & González, J. *Estudio descriptivo de la sexualidad de personas mayores de 60 años en el caribe colombiano*. Psicogente. (2005). Vol. 8 N° 13. Pag. 17-27. Disponible en: <http://publicaciones.unisimonbolivar.edu.co/rdigital/psicogente/index.php/psicogente/article/viewFile/86/98>.
13. Griñan, I., Cremé, E. & Matos, C. *Maltrato intrafamiliar en adultos mayores de un área de salud*. MEDISAN. (2012). Vol. 16 N° 8 Pag. 1241-1248 Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=s1029-30192012000800008&script=sci\\_arttext](http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=s1029-30192012000800008&script=sci_arttext).
14. Hernández Z. *Algunos aspectos a considerar sobre la sexualidad del adulto mayor, México*. EL AGORA USB. (2008). Disponible en: [http://www.erevistas.csic.es/ficha\\_articulo.php?url=oai\\_revista336:82&oai\\_iden=oai\\_revista336](http://www.erevistas.csic.es/ficha_articulo.php?url=oai_revista336:82&oai_iden=oai_revista336).
15. Hernández, R., Fernández, C. & Baptista, P. *Metodología de la investigación. cuarta edición*. McGraw-Hili (2006). Disponible en: [https://competenciashg.files.wordpress.com/2012/10/sampieri-et-al-metodologia-de-la-investigacion-4ta-edicion-sampieri-2006\\_ocr.pdf](https://competenciashg.files.wordpress.com/2012/10/sampieri-et-al-metodologia-de-la-investigacion-4ta-edicion-sampieri-2006_ocr.pdf)
16. Herrera, A. *Sexualidad en la vejez: ¿mito o realidad?*. Revista chilena de obstetricia y ginecología. (2003). Vol. 68 N° 2 Pag. 150-162 Disponible en: [http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=s071775262003000200011&lng=es&nrm=iso](http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=s071775262003000200011&lng=es&nrm=iso). issn 0717-7526.
17. Jattin, F. *Plan de Desarrollo Municipal 2012-2015 "Gobernar es Corregir"*. (2012). Disponible en: [http://www.santacruzdelorica-cordoba.gov.co/apc-aa-files/30633761303566363561383035386635/PDM\\_LORICA\\_2012\\_2015.pdf](http://www.santacruzdelorica-cordoba.gov.co/apc-aa-files/30633761303566363561383035386635/PDM_LORICA_2012_2015.pdf)
18. Ley 1251. *Normas tendientes a procurar la protección, promoción y defensa de los derechos de los adultos mayores*. congreso de la república. (2008). Disponible en: [http://www.icbf.gov.co/cargues/avance/docs/ley\\_1251\\_2008.htm](http://www.icbf.gov.co/cargues/avance/docs/ley_1251_2008.htm).
19. Martín, M., Rentería, P. & Sardiñas, E. *Estados clínicos y autopercepción de la sexualidad en ancianos con enfoque de género*. Rev Cubana Enfermer. (2009) Vol 29 N° 1-2. Disponible en: [http://www.bvs.sld.cu/revistas/enf/vol25\\_1-2\\_09/enf031\\_209.pdf](http://www.bvs.sld.cu/revistas/enf/vol25_1-2_09/enf031_209.pdf).
20. Massa, J. & Pat, Y. *la definición de amor y dependencia emocional*. Revista Electrónica de Psicología Iztacala. (2011). Vol. 14 N° 3. Pag. 176-193. Disponible en: <http://www.medigraphic.com/pdfs/epsicologia/epi-2011/epi113k.pdf>



21. Ministerio de la Protección Social. *Política nacional de envejecimiento y vejez*. Ministerio de la Protección Social (2007). Disponible en: <http://www.minsalud.gov.co/Documentos%20y%20Publicaciones/POL%C3%8DTICA%20NACIONAL%20DE%20ENVEJECIMIENTO%20Y%20VEJEZ.pdf>.
22. Ministerio de salud. *Diagnostico preliminar sobre personas mayores, dependencia y servicios sociales en colombia*. (2005). Disponible en: <http://www.minsalud.gov.co/proteccionsocial/Documents/Situacion%20Actual%20de%20las%20Personas%20adultas%20mayores.pdf>
23. Mora M. *¿existe protección real a los derechos humanos del adulto mayor? el discurso legal*. Revista de Ciencias Sociales (2009). Vol. 4 N° 126-127 Pag. 123-134 Disponible en: <http://163.178.170.74/wp-content/revistas/126-127/mora.pdf>
24. OMS. *Estadísticas Sanitarias Mundiales*. (2014). Disponible en: <http://www.who.int/mediacentre/news/releases/2014/world-health-statistics-2014/es/>
25. Orihuela de la Cal J., Gómez M., Fumero M. *Sexualidad en el anciano: un elemento importante en su calidad de vida*. Rev Cubana Med Gen Integr. (2001). Vol. 17 N° 6 Pag. 545-547 . Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0864-21252001000600006&lng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252001000600006&lng=es).
26. Ovalle, O. & Martínez, J. *La felicidad como medida de bienestar y calidad de vida*. SynthesiS (2008). Disponible en: [http://www.uach.mx/extension\\_y\\_difusion/synthesis/2008/11/10/felicidad.pdf](http://www.uach.mx/extension_y_difusion/synthesis/2008/11/10/felicidad.pdf)
27. Oviedo, G. *La definición del concepto de percepción en psicología con base en la teoría Gestalt*. Revista de Estudios Sociales (2014). N°18. Disponible en: <http://res.uniandes.edu.co/view.php/375/index.php?id=375>
28. Pelaez, A., Rodríguez, J., Ramírez, S., Pérez, L., Vásquez, A. & González, L. *Entrevista*. (2010). Disponible en: [https://www.uam.es/personal\\_pdi/stmaria/jmurillo/InvestigacionEE/Presentaciones/Curso\\_10/Entrevista\\_trabajo.pdf](https://www.uam.es/personal_pdi/stmaria/jmurillo/InvestigacionEE/Presentaciones/Curso_10/Entrevista_trabajo.pdf)
29. 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>
30. Pérez, v. *Sexualidad humana: una mirada desde el adulto mayor*. Rev Cubana Med Gen Integr (2007). Vol.24, N°1 Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=s086421252008000100010&lng=es&nrm=iso](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=s086421252008000100010&lng=es&nrm=iso). issn 1561-3038.
31. Piñango, D. & Fontalvo, C. *Caracterización de la Sexualidad en Ancianos de la Comunidad Sol Amada*. Portales Medicos. (2010). Disponible en: [http://www.achm.cl/file\\_admin/archivos\\_munitel/adul/adul14.pdf](http://www.achm.cl/file_admin/archivos_munitel/adul/adul14.pdf)

32. 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](http://profamilia.com/index.php?option=com_content&view=article&id=372%3aque-es-sexualidad&catid=65&itemid=250)
33. 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>
34. Quintana, A. *Metodología de Investigación Científica Cualitativa*. Psicología: Tópicos de actualidad. (2006). Disponible en: <http://www.ubiobio.cl/miweb/webfile/media/267/3634305-Metodologia-de-Investigacion-Cualitativa-A-Quintana.pdf>
35. Republica de Colombia Ministerio de salud. *resolucion n° 008430 de 1993*. s normas científicas, técnicas y administrativas para la investigación en salud. (1993). Disponible en: [http://www.unisabana.edu.co/fileadmin/Documentos/Investigacion/comite\\_de\\_etica/Res\\_\\_8430\\_1993\\_-\\_Salud.pdf](http://www.unisabana.edu.co/fileadmin/Documentos/Investigacion/comite_de_etica/Res__8430_1993_-_Salud.pdf)
36. Rodriguez, M. *La percepción de la persona adulta mayor en la sociedad ramonense actual*. Revista Pensamiento Actual, Universidad de Costa Rica (2007). Vol. 8, N°10-11 Disponible en: <http://www.revistas.ucr.ac.cr/index.php/pensamientoactual/article/view/4089/3916>
37. Rosales, R., García, R., & Quiñones, E. *Estilo de vida y autopercepción sobre salud mental en el adulto mayor*. Medisan, (2014) Vol. 18 N° 1, Pag. 61-67. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=s1029-30192014000100009](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=s1029-30192014000100009)
38. Santos, N. *Factores personales y sociales que influyen en la sexualis del adulto mayor del centro adulto mayor de ESSALUD de vitarte*. Revista Salud, Sexualidad y Sociedad. (2010). Vol. 3, N° 1. Disponible en: [http://www.inppares.org/revistasss/Revista%20IX%202010/8Factores\\_Sexualidad.pdf](http://www.inppares.org/revistasss/Revista%20IX%202010/8Factores_Sexualidad.pdf)
39. Sapetti, A. *La sexualidad en el adulto mayor*. Universidad de Palermo. (2012) Disponible en: [http://www.palermo.edu/cienciassociales/investigacion-y-publicaciones/pdf/psicodebate/13/Psicodebate\\_N13\\_04b.pdf](http://www.palermo.edu/cienciassociales/investigacion-y-publicaciones/pdf/psicodebate/13/Psicodebate_N13_04b.pdf)
40. Vargas, L. *Sobre el concepto de percepción*. ALTERIDADES (1994). Vol. 4 N° 8 Pag. 47-53 Disponible en: <http://www.redalyc.org/pdf/747/74711353004.pdf>
41. Velandia, I. *Sexualidad después de los 60 años*. Portal de revistas UN (2007) Disponible en: [http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=s0121-45002007000200012&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=s0121-45002007000200012&script=sci_arttext).
42. Vera, M. *Significado de la calidad de vida del adulto mayor para sí mismo y para su familia*. Anales de la Facultad de Medicina Universidad Nacional Mayor de San Marcos. (2007). Vol. 68 N° 3. Pag. 284 - 290 Disponible en: <http://www.scielo.org.pe/pdf/afm/v68n3/a12v68n3>

43. Wallace Kazer m. *sexuality in the older adult. in: evidence-based geriatric nursing protocols for best practice*. Evidence-based geriatric nursing protocols for best practice.(2012). Ed. 4. Disponible en:  
<http://www.guideline.gov/content.aspx?f=rss&id=43928>

## 12. ANEXOS

### ANEXO A

**PONTIFICIA UNIVERSIDAD JAVERIANA  
FACULTAD DE ENFERMERÍA  
DEPARTAMENTO DE SALUD EN LOS COLECTIVOS**

#### **CONSENTIMIENTO INFORMADO**

Este documento, es con el fin, de brindarle información acerca de una investigación, que será realizada por estudiantes de Enfermería de la Pontificia Universidad Javeriana y tiene como tema de investigación las Percepciones que tiene el Adulto Mayor Frente a su Sexualidad, este estudio es completamente voluntario de tal modo que usted puede decidir si desea participar o no en el estudio.

**Título de la Investigación:**

Percepciones que presenta el adulto mayor frente a su sexualidad

**Personas Encargadas:**

Adriana Julieth Casas Pineda y Astrid Liliana Cuervo Vargas.

**Dónde se va a realizar el estudio:**

El estudio será llevado a cabo en la ciudad de Bogotá D.C.

**Información General del Estudio de Investigación**

El propósito de esta investigación es, conocer las percepciones del adulto mayor frente a su sexualidad identificando los sentimientos, experiencias y expresiones que tiene el adulto mayor frente a su sexualidad, se recogerán los datos por medio de una entrevista semi estructurada, se hace importante conocer este aspecto ya que la sexualidad es un factor que influye sobre la calidad de vida de toda persona.

**Plan de Acción:**

Para esta investigación se tomara como población objeto adultos mayores (personas mayores de 60 años de edad), utilizaremos un estudio investigativo de diseño cualitativo, dado que este nos permite conocer a profundidad al ser humano, en donde las diferentes respuestas de los adultos mayores frente a las percepciones que ellos tienen en cuanto a su sexualidad, nos dará las herramientas para así poder extraer información, datos que serán tomados y analizados por medio de entrevistas.

### **Beneficios al participar en el estudio**

Contribuir en la identificación de aspectos circulantes en la sexualidad del adulto mayor, ayudándonos a identificar sus percepciones, sentimientos y conocimientos.

### **Riesgos en la participación del estudio**

Según la resolución 008430 de octubre 4 de 1993 esta investigación se consideró como bajo riesgo ya que puede tocar algunos sentimientos y emociones en los adultos mayores, sin embargo, este estudio no implica ningún riesgo físico o psicológico para usted. Sus respuestas no le ocasionaran ningún riesgo ni tendrán consecuencias para su situación financiera, su empleo o su reputación.

### **Confidencialidad – Privacidad y Anonimato**

Las únicas personas que sabrán que usted participo en el estudio somos los miembros del equipo de investigadores. Nodivulgaremos ninguna información sobre usted, o proporcionada por usted durante la investigación.

Cuando los resultados de la investigación se publiquen o se discutan en conferencias, no se incluirá información que pueda revelar su identidad, su nombre será registrado en la encuesta, teniendo en cuenta que nadie fuera del equipo de investigación tendrá acceso a su información sin su autorización escrita, si durante el diligenciamiento de la encuesta o posterior a esto usted tiene alguna duda puede contactarse con alguna de las investigadoras que se encuentran dirigiendo esta investigación.

### **Participación Voluntaria**

Es de carácter voluntario participar en la investigación que se está realizando, si en cualquier momento quiere tomar la decisión de retirarse de esta, se encuentra en total libertad, sin tener ninguna pérdida de beneficios.

### **Preguntas – Contactos**

En caso de requerir preguntas acerca de la investigación, el contacto directo es con:

- Adriana Julieth Casas Pineda. [anairda.g@hotmail.com](mailto:anairda.g@hotmail.com). Tel: 314 3234099
- Astrid Liliana Cuervo Vargas. [Liliana-94@hotmail.com](mailto:Liliana-94@hotmail.com). Tel:310 2045781

- Asesora: Liliana Quevedo L. Facultad de Enfermería. Pontificia Universidad Javeriana. [quevedo.l@javeriana.edu.co](mailto:quevedo.l@javeriana.edu.co). Tel: 3208320 Ext. 2656.  
Carrera 7 No 40 – 62 Piso Séptimo. Hospital Universitario San Ignacio.

### **Consentimiento del sujeto del estudio**

He leído y escuchado satisfactoriamente las explicaciones sobre este estudio y he tenido la oportunidad de hacer preguntas. Estoy enterado de los riesgos y beneficios potenciales de participar en este estudio y sé que puedo retirarme de el en cualquier momento.

Autorizo el uso de la información para los propósitos de la investigación.  
Yo estoy de acuerdo en participar en este estudio.

**Nombre del participante:**

---

**Firma:**

---

**Número de identificación:**

---

## ANEXO B

### ENTREVISTA SEMIESTRUCTURADA

Entrevista:   1   Fecha: 31- marzo /2015  
Nombre: E1. Teléfono: 6184343  
Edad: 60 años Sexo: femenino  
Escolaridad y/o nivel de educación: Bachillerato

- **¿Para usted que significa la sexualidad?**

Mmm, bueno, para mí la sexualidad significa desde que eehh uno engendra a un bebe ya está pensando en el sexo, en que si va a ser mujercita o varoncito, que si le voy a poner la ropita rosada o azulita, entonces desde ahí empieza la sexualidad no? Para mí eso es la sexualidad.

- Aparte de lo que me has dicho, que más me puedes decir sobre la sexualidad?  
Pues también la sexualidad es ummm que le digo yo!! Es la forma de comportamiento de una pareja también podría ser eso la sexualidad.

-como a que comportamientos te refieres?

Eehh pues al comportamiento de las personas, si se gustan eehh si es eehh si le gusta eehh el sexo femenino o el sexo eh como lo normal que es, entonces para mí eso es la sexualidad.

- Al decir lo "normal" a que te refieres?

Cuando digo lo normal es cuando es hombre y mujer y... eso es lo normal y... lo otro es cuando son bisexuales, transexuales.

- Cuando a tu escuchas la palabra sexualidad que es lo primero que se te pasa por la cabeza?

Al oír sexualidad pues lo primero que pienso es en sexo o también puede ser mmm si pues como le dije anteriormente ya la persona que le gusta el sexo opuesto o... solo el sexo entre una pareja ósea como dentro de una relación.

-Ó sea que la sexualidad es algo importante?

Si claro es algo muy importante

-Por qué?

Porque, pues si eehh no referimos a la sexualidad entre una pareja pues es, es muy importante porque de acuerdo a la sexualidad que tenga eehh está la comprensión que haya en esa pareja y pues así también puede ser emm como le ex-

plicara yo?, pues que si se entienden bien pues a ver un... siempre va a ver un final feliz, porque siempre va haber comprensión, siempre va haber eehh en esa pareja si nos referimos en cuanto al sexo.

-Ó sea que la sexualidad puede ser otra cosa aparte del sexo?

Si claro la sexualidad, como le decía al comienzo no solo puede ser sexo, la sexualidad puede ser también ehh como le decía eeh pensar uno en que.....

-Como construir un hogar o algo así quieres decir?

No no no, no que la sexualidad no es solamente sexo, también es como le decía antes, cuando uno ya engendra un bebe ya está pensando en que va a ser si niño o niña, entonces uno mismo ya está pensando en el sexo y la sexualidad de ese niño que va a nacer y eso no dice que la sexualidad sea solo sexo.

- **¿Usted de qué forma vive su sexualidad?**

Mi sexualidad pues de la manera natural, normal entre una pareja si vamos a referirnos en cuanto al sexo y la sexualidad pues bien normal.

-Y al decir normal a que te refieres?

Pues que eeehh que haya comprensión eehhh en el momento digamos de que haya una relación, que haya comprensión que sea de mutuo acuerdo, de que sea algo bonito, que no sea una cosa monótona ahí, que diga como que tenemos que hacer la tarea, nooo y si se da el momento pues disfrutarlo.

- También me dijiste que lo vivías de forma natural, a que te refieres como algo natural?

Pues a que es algo que hace naturalmente un hombre y una mujer como que se da cuando hay como atracción y cariño en una pareja.

- **¿Qué sentimientos relaciona usted con su sexualidad?**

Que sentimientos? Pues el amor, la ternura, el placer emmm comprensión, cariño, lealtad con el otro, ser honestos si pues esos sentimientos

- **¿Qué experiencias ha tenido sobre su sexualidad en su vida?**

Ehh Pues si nos vamos a referir en cuanto al sexo, pues experiencias las que tiene toda una pareja normal donde hubo un... sexo bonito, donde hubo una comprensión, donde siempre las cosas se hicieron por convicción y... y siempre fue placentero, nunca fue hartado, que dijera uno hay nooo que jartera, que pereza me da o como siempre dicen mis amigas "hay no que pereza siempre que mi esposo me dice que tengamos sexo, entonces yo, hay no me duele la cabeza o sacan un pretexto" para... para no estar con el esposo y por qué pues les da jartera por que



según ellas la sexualidad no es agradable sino harta, en mi caso pues gracias a Dios nunca fue feo.

-y en tu experiencia con respecto a la sexualidad que te dejó para tu vida?

Pues que el sexo es ó sea, la sexualidad es muy bonita cuando... se hace sin ninguna obligación y sin ninguna responsabilidad como por hacer un cumplido, nooo si realmente uno lo vive.

A disfrutar y lo y... va ser placentero de esa manera deja una experiencia bonita ó sea donde yo nunca ehhh tengo o tuve que decir hay no que jartera, no ahora va a venir este tipo y esto y lo otro, nooo para nada al contrario, si entonces para mí fue una experiencia bonita donde uno siempre soñó hay el día en que yo me case quiero tener unos hijos, quiero que en mi matrimonio sea bonito, Quiero que emm que con la persona que yo vaya a compartir esa sexualidad ehhh siempre quede algo bonito y no vaya a ser de unos años no más, en cambio en mi caso fue algo chévere, algo chévere por que quedaron unos hijos mi niña y mi muchacho, aunque tuve dos abortos muy dolorosos finalmente pude tener a mi hijita y gracias a esa mmm unión que hubo con mi esposo pude criarlos, darles una educación que gracias a dios también ehhh van, van imitando o tanto como imitando no sino más bien uno fue un como le digo, un reflejo a seguir para el futuro donde uno siempre les inculcaba que el sexo no era algo para jugar, que el sexo siempre tenía que hacerse con respeto, que fijarse con quien, que por que es donde va a quedar una, algo muy bonito, si entonces emm si la experiencia más bonita es de que siempre ehh le inculque a mis hijos de que siempre fuera con respeto y conscientes de lo que iban a hacer, para que así como yo después de tantos años que sin embargo tuve un noviazgo largo y sin embargo pues eemm en mi casa siempre me inculcaron que las cosas debían hacerse con la persona adecuada no con la hay por un afán o simplemente por entrar a la moda o algo, entonces no, entonces igual como experiencia le dejó también a mis hijos esa enseñanza que... tengan presente eso que siempre ehh siempre que vayan a elegir a una persona ehh lo hagan por convicción y que las cosas también las hagan con criterio para que así mismo cuando uno hace las cosas con criterio las cosas terminan bien ósea es una experiencia que yo tengo de la cual me siento pues contenta pues no fue un fracaso.

- **¿Qué expresiones muestra usted frente a su sexualidad?**

Que expresiones? Pues expresiones

-Sí, tú de qué forma expresas tu sexualidad?

Pues yo soy muy femenina, yoo ó sea soy muy femenina, me gusta maquillarme, me gusta ehh colocarme perfume, ponerme joyas para que el me vea bonita y me vea sexy, me vea mujer, me vea atractiva, ó sea no la rutina ahí lo mismo todos los días y esto y lo otro no... pues así yo llamo la ó sea como para que me vea ehhh como una forma de llamar la atención, para que me diga huy como se ve de bonita hoy, huy pero esos aretes tan bonitos así, igual pues siempre bien organi-

zada y eso no estar hay todos los días igual sino que le vean algo diferente que le digan hay pero como esta de bonita y así, por ejemplo cuando lo invitan a uno a una reunión pues uno va bien bienbien sexi para, como para que él diga huy pero ella todavía esta bonita, esta atractiva, entonces pues eso cuando uno sale a bailar y todo pues se muestra, se insinúa uno pues muy disimuladitos muy hay como coquetón algo así, si así demuestra uno más o menos o pues yo así demuestro más o menos mi sexualidad.

-y cuando tú dices que como coquetón a que te refieres o que haces?

Pues no, pues uno baila y es bien coqueto con la persona para que pues de todas maneras se dé cuenta que uno todavía sigue sintiendo, que todavía está vivo, que a pesar de que han pasado tantos años todavía uno sigue siendo coqueto, sigue... quiere que siempre se fijen en uno y siempre pues

-aparte del coqueteo y lo físico expresas de otra forma tu sexualidad?

Pues siendo tierna y cariñosa con la persona mmm sí.

**Duración de la entrevista: 22min y 43 segundos**

### ENTREVISTA SEMIESTRUCTURADA

Entrevista:   2   Fecha: 01- abril /2015  
Nombre: E2 Teléfono: 3142435243  
Edad: 63 años Sexo: masculino  
Escolaridad y/o nivel de educación: bachillerato

- **¿Para usted que significa la sexualidad?**

La sexualidad es algo muy importante en todos los seres humanos, es algo fundamental en las relaciones de pareja, la sexualidad se debe mantener al máximo ehhh al máximo constantemente lo... hasta que nuestro cuerpo de la capacidad y pues si es algo muy bonito, muy respetable.

- **Cuando tú dices que es algo muy importante o que es fundamental a que te refieres?**

Mmmm no pues a que es algo que nos dio la vida, algo que nos dio Dios para poderlo disfrutar, para poder engendrar hijos, (tos) mmm para poder hacer buen uso de la sexualidad, así mismo como se dice de la palabra, aprovechar esos momen-

tos de pasión, de ternura, de todo lo que podemos explorar de la, de la sexualidad, darle un buen uso a la sexualidad.

- **Cuando tú dices explorar o darle buen uso a que te refieres?**

Pues que cada quien es su momento, se explora la sexualidad, en la juventud se vive con pasión, se engendran los hijos, eso es tener los hijos adecuados, la cantidad de hijos ehh que uno pueda, que uno pueda criar que sea, ser uno responsable con ellos, la sexualidad también es para tener una buena relación de pareja, porque de todas maneras ehh la sexo la sexualidad y el amor juegan un papel importante, ambos van de la mano.

- **Por qué?**

Pues porque si, por que tiene que existir ternura, tiene que existir cuando una pero, cuando dos personas se aman, se quieren entonces la sexualidad juega un papel importante, si no hay sexualidad, buena sexualidad entonces las cosas no marchan, el amor se acaba, sobre todo cuando uno esta joven, cuando uno está viejo es muy distinto porque la sexualidad ya es secundaria, entonces cada momento de la vida la sexualidad juega un papel muy importante, de acuerdo a las etapas de la vida.

- **Tú dices que en la adultez cambia el rol de la sexualidad?**

Claro, ya cambia ese papel, ese concepto de la sexualidad, por eso te estoy diciendo que cuando uno esta joven van de la mano el amor y la y la pasión, y la pasión es sexualidad ya cuando se llega a una determinada edad mmm diría yo de los cuarenta o cincuenta para arriba ya es una cosa muy distinta, ya nooo, ya la pasión se va acabando pero existe el amor, la sexualidad puede perdurar o puede existir pero ya no con tanta pasión por que ya hay otros otras cosas, la misma naturaleza le va bajando a uno ese... ese ritmo en la vida para uno tener que pensar que uno puede actuar todavía como un adolescente, entonces ya eso ya es distinto, entonces por eso te digo, cada etapa de la vida la sexualidad se maneja de acuerdo a los años.

- **Ó sea que cuando eres adulto mayor como se vería la sexualidad?**

Nooo pues la sexualidad emm mas que todo ya cuando se es adulto si se podría tener en cuenta como algo ocasional, no constante como en la juventud si no algo ocasional en el preciso momento en que la misma, el mismo organismo se lo exige a uno y es que eso pasa con la sexualidad, el organismo y la cuestión cerebral pues juegan también un papel importante para la sexualidad, entonces en cada momento de la vida, la sexualidad se explora de acuerdo a los años, porque uno no puede llegar a viejo, comportándose como un, como un adolescente, las energías se van perdiendo, el interés se va perdiendo, entonces mmm el problema es ese que... que ya después que llega uno a los cincuenta o sesenta años ya se va disminuyendo ese poder, entonces va a ser muy muy esporádico.

- **Ó sea que en la adultez no es tan importante la sexualidad?**

No, yo creo que no, no es una cosa como para uno morirse por eso, ni ir a matarse, ni ir a meterse problemas, porque cuando uno esta joven tiene las hormonas rebotadas y entonces hay es cuando se mete en problemas por sexo, cuando uno está viejo ya sería una vergüenza estarse metiendo uno en problemas por sexo entonces ya uno tiene que ser responsable.

- **En la parte hormonal que mencionas te refieres solo al sexo, pero cuando te digo la palabra sexualidad que se te viene a la cabeza?**

Bueno, cuando es la sexualidad es ya es es la sexualidad ya es una cosa mmm es una cosa como más morbosa yo diría cuando uno está tratando de buscar cosas donde no debía buscarlas ya es una explosión y una exploración del sexo.

- **Como que cosas?**

Si, como estar uno mirando nalgas, mirando senos y mirando piernas es esa sexualidad y sensualidad, más que toda sexualidad, ya tiene los ojos uno puestos no en lo que piensa la mujer, sino en lo que anda y en lo que tiene encima jajaja

- **Si te dijera rápido dime que es lo primero que piensas cuando digo sexualidad que sería?**

Pues sexualidad, lo que estoy pensando en este momento es, si yo estuviera más joven estaría pensando que la sexualidad es mirar haber con quien me acuesto, a ver lo que te acabo de decir si veo unos pechos bonitos, unas nalgas bonitas o unas piernas bonitas, ya cuando soy más responsable la sexualidad ya es una cosa distinta, ya es un espacio que se tiene que dar uno para con alguien definido, una pareja definida, no para estarse enloqueciendo uno y estar eehh regando sexo para todo lado, sino simplemente con una persona definida como te estaba diciendo y siempre te he dicho en toda la entrevista, eso es de acuerdo a todas las etapas de la vida, eso es la sexualidad.

- **Ó sea que para ti la sexualidad, es la relación sexual que hay entre una pareja?**

Pues si lógico eso es la sexualidad, bien sea de cual de cualquier índole homosexuales o heterosexuales o bisexuales o lo que sea eso es sexualidad, existe sexualidad porque de todas maneras tiene que existir sexualidad.

Tú relacionas directamente la sexualidad con sexo?

Es que están relacionados jeje están relacionados, el morbo por la sexualidad todo eso va relacionado.

• **¿Usted de qué forma vive su sexualidad?**

Yo? No se pues ahorita no tengo pareja no puedo definir, como puedo definir como vivo mi sexualidad porque jummm grave jajaja.

- **Ó sea que si tú no tienes pareja no vives tu sexualidad?**

No, no porque tengo que tener a alguien que me provoque jajaj que me provoque algo, que me entusiasme, que me llene, que uno diga vamos a hacer esto o... la sexualidad solamente, la sexualidad y la sexualidad obviamente existen con el roce de una persona que le agrada a uno, no más con el hecho de que le agrada una persona uno ya está pensando en algo.

- **De que otra forma vives tu sexualidad?**

Bueno la sexualidad se puede vivir de varias formas, estar alegre es una forma de uno ehh estar bien, mmm por ejemplo si escucho música me va a generar una excitación y la excitación es un momento que si uno está contento y la música es una, algo orgásmico se puede decir claro.

**Como un momento íntimo?**

Claro un momento en que esta uno feliz, se está imaginando cosas, está pensando en algo, entonces de pronto eso forma parte de la sexualidad, leer un libro, ver televisión un buen programa, una buena película eso le crea a uno excitación.

**Como satisfacción contigo mismo?**

Exacto una satisfacción que se siente uno contento, se siente uno relajado, entonces eso puede ser parte de la sexualidad.

• **¿Qué sentimientos relaciona usted con su sexualidad?**

Sentimiento, pues el sentimiento, la sexualidad siempre va ligada con las emociones, las emociones son son estar uno feliz, estar uno contento, estar uno alegre, está uno satisfecho con todo lo que hace, uno nunca va a decir que esta sexualmente feliz cuando esta uno deprimido, esta desilusionado a uno la satisfacción le genera a uno la misma excitación y la un estado ehhh sexual agradable, chévere, se siente uno bien.

- **Y cuando se digo que me nombre los sentimientos y no emociones?**

Los sentimientos de todas maneras van ligados con con... la sexualidad, lo que te digo si uno tiene a alguien que compagine o coordine las cosas con uno, pues uno se va a sentir lógicamente feliz y va a creer uno que está enamorado o estará enamorado, o si esta uno con la persona adecuada me imagino que ya se estará enamorado.

- **Ó sea que el principal sentimiento que tu relacionas con la sexualidad es el amor?**

El amor claro.

- **Y algún otro?**

Mmm no, el amor y la satisfacción con las cosas, estar uno alegre con lo que tiene, todo es un conjunto, un conjunto de cosas que van relacionadas unas con otras, la

alegría, están las emociones, sentimientos como lealtad, el amor, entrega con otra persona, estar uno ehhh de acuerdo, ehhh feliz con alguien, eso en realidad es un, eso es lo que va ligado con el amor y los sentimientos, es que es muy bonito uno decir siento algo o alguien por esa persona y ligarlo o relacionarlo con sexo, y la misma pasión y los mismos sentimiento, eso.

- **¿Qué experiencias ha tenido sobre su sexualidad en su vida?**

hummm experiencias muchas, pues a estas alturas de mi vida he tenido muchas experiencias que ya eso jajajaj, no pues experiencias que vienen desde la juventud cuando uno vive que quiere, uno conocer mujeres, uno inexperto y conocer uno... ehhh niñas pero como uno es tímido, es temeroso de la cosas todavía le falta experiencia, uno ehh ve ropa interior de mujer y dice uno, pues a que recure uno, pues a la masturbación porque uno uno... no tiene todavía la la... el camino marcado, ni las experiencia para uno lanzarse y así va pasando el tiempo y llega el momento en que uno ya tiene su novia, y tiene sus relaciones sexuales, sus novias, las relaciones sexuales que es lo más normal, ya uno crece y se organiza, tiene uno.. tuve dos hijos, los primeros dos que ya afortunadamente están formados, están grandes, ya después tuve otra relación con una pareja que no fue muy satisfactoria en la parte afectiva y también nacieron otros dos hijos que todavía están en proceso de formación y mmm si tuve mucho contacto con muchas mujeres, con prostitutas, con gente, mmm a mí me han gustado mucho las mujeres toda la vida, toda la vida me ha gustado mucho, eso sí lo he tenido muy claro que las mujeres han sido de mi preferencia, me han gustado mucho y he gozado, la parte sexual la he gozado la he disfrutado, la he gozado a mi manera.

- **¿Qué expresiones muestra usted frente a su sexualidad?**

Como así?

- **De qué manera expresa su sexualidad?**

Pues a mí la sexualidad eemmm me imagino que como todo el mundo apasionadamente, ser uno apasionado, no descuidar a la mujer, no descuidar a la compañera, hay que tenerla en cuenta siempre, primero están ellas que uno porque ehhh desafortunadamente nosotros perdemos terreno frente a las mujeres, las mujeres necesitan ternura, necesitan ser exploradas, necesita uno dedicarles tiempo procurar que tengan una satisfacción sexual plena y entonces hay que consentirlas como también hay que ser, tiene uno que hacerla sentir mujer.

- **Y como mas lo expresas?**

Pues con palabras, con palabras bonitas, con detalles con... invitaciones un cine, a una comida, con un detalle, un obsequio, algo que de pronto maneje esa situación.

- **Algo más en tu forma de ser?**

No pues ante todo eehh tener una persona.

- **Y en ti mismo como lo expresas?**

En mí mismo, como para uno manejar una situación de esas, lo que te decía es mm que a la mujeres les encantan los detalles así sean pequeñitos pero les encantan y eso las lleva a tener un buen comportamiento frente a uno y las invitaciones, tener en cuenta siempre mmm sus expresiones y sus gustos sexuales, darles la oportunidad de que manifiesten lo que les gusta, lo que quieren hacer, lo que, no callarlas, ni hacerlas sentir mal, ni creer que una mujer por que exige o quiere una determinada posición o tiene determinado gusto en la cama va creer uno que es una una prostituta o una mujer de la vida fácil nooo una persona que hay que darle la oportunidad de que manifieste todo lo que quiere, lo que tiene y así también por ejemplo esta uno siempre procurando estar agradable, bien perfumando, bien vestido, eehh no tener malos olores, eehh ó sea buscar la forma de estar uno siempre que lo vean a uno como la persona, una persona agradable, bien hablado eehh tantas cosas que tiene uno que hacer para aportar a una situación de esas.

**Duración de la entrevista: 25min y 02 segundos**

**ENTREVISTA SEMIESTRUCTURADA**

Entrevista: 3 Fecha: 03- abril /2015  
Nombre: E3 Teléfono: \_\_\_\_\_  
Edad: 77 años Sexo: femenino  
Escolaridad y/o nivel de educación: Bachillerato

• **¿Para usted que significa la sexualidad?**

Bueno hace tantos años, no? Para mí es parte de la vida, no?, parte de la vida, ese es el complemento de la vida, del matrimonio, de un hogar.

- **Cuando tú dices que es un complemento a que te refieres?**

Pues mmm fuera de tener uno todo lo necesario, el amor es lo principal el, la lo que es sexualmente es lo principal de la vida de una persona.

- **Por qué es lo principal?**

Pues porque eh por amor, por bienestar y por qué más le digo yo? No, pues eso es todo.

- **Ó sea que tú piensas que la sexualidad es importante?**

Claro mamá que importa mucho.

- **Por qué?**

Pues porque eh yo creo que hay demuestrita uno el amor que siente por otra persona y... para placer suyo... para placer suyo y... bueno esa es la vida.

- **Cuando yo te digo sexualidad que es lo primero que se te viene a la mente?**

Pues yo creo que el amor, no? Sexualidad es amor es también es respeto y la forma de estar con una persona que uno quiere, lo sexual porque pues usted sin, sin sexualidad no es.... No hay vida.

- **Ó sea que si en alguna etapa de la vida no hay sexo, no hay tampoco sexualidad?**

Pues... yo creo que no, no? Por qué pues usted no tiene eehhh pareja, no tiene... si pude tener sexo por fuera, pero no se no? Si uno se separa de un hombre y... y creo que hasta ahí llega, si uno es juicioso se queda bien, sin tener más sexo, ni tener más sexualidad.

• **¿Usted de qué forma vive su sexualidad?**

Como? Ahora? De nada mamá yo no tengo sexo con nadie

- **Y sexualidad?**

Pues sexualidad tampoco porque se supone que eso es lo que uno expresa, lo que siente y lo que desea.

-**Y cuando tú dices que es lo que deseas, lo que sientes no puedes relacionar la sexualidad con otra cosa arte de la relación sexual como tal?**

Pues no, pues yo lo defino así, no? Si...

-**Ó sea como quien dice, sexualidad es igual a sexo?**

Si es lo mismo sexo es lo mismo que la sexualidad que usted siente por una persona, por una persona amada que pues yo veo ese señor y no voy a sentir deseos de nada, no? Por una persona amada.

• **¿Qué sentimientos relaciona usted con su sexualidad?**

Como respeto, ternura eh amor tal vez amor.



**-solo esos tres sentimientos?**

Pues si uno a una persona la quiere, desea estar con ella y... lo quiere demasiado, una persona la quiere mucho siempre y cuando el hombre también responda a todo lo que uno pide, entonces hay está el complemento de los dos y... me parece que esa es la felicidad del ser humano.

• **¿Qué experiencias ha tenido sobre su sexualidad en su vida?**

Bueno, yo fui feliz, yo fui feliz los días que viví con mi esposo, mmm nos complementábamos muy bien, nos respetábamos, nos queríamos, pero como todo en la vida se acaba, se acabó todo y no pues si yo fui feliz, tuve cuatro niñas, los pocos días que viví con mi marido fui feliz y... lo quise, lo respete y... después de todo eso yo no he experimentado sexualidad con ningún otro señor.

• **¿Qué expresiones muestra usted frente a su sexualidad?**

Lo expreso con cariño, con amor, con deseo y respeto diría yo.

- **La expresas de alguna otra forma?**

No..., yo creo que no porque igual uno tiene muchas formas de expresar, si? Así solo usted con arreglarse, perfumarse, esperarlo y... y yo creo que eso debe ser lo más lindo de la vida, esperar que a usted llegue, su amado, su novio, su esposo y demostrarle que... pues que lo quiere y de ahí viene el sexo.

- **Algo más que me quieras decir sobre tu sexualidad?**

Jumm imagínese cuarenta años y yo sin tener marido, hasta y todo eso se me ha olvidado jajajanooo y ya a la edad que yo tengo, claro que yo no estoy muerta tampoco, pero uno pues si ve un señor y le gusta tampoco es que uno demuestre eehh que... lo quiere o que le gusta y que quisiera algo, nooo, no... lo admira, pero yo creo que tiene que llegar a ser uno ya... una cosa mutua, una cosa de entendimiento para poder llegar hasta halla porque eso no es solo así, ¡ buenos días, camine pa la cama!, nooo, en todo caso esa es la forma de yo de, pues que yo hee demostrado mi sexualidad.

- **Y por qué no tuviste otra pareja que te acompañara?**

Porque yo tuve cuatro niñas y yo las quise respetar, si, por que al ponerme con un hombre y con otro me irrespetaba a mis hijas y entonces yo fui una mujer fiel a ellas, para no irlas a dañar, para no darles un mal ejemplo que tal vez con el tiempo me dijeran mama usted era una vieja borrachosa, vagabunda, noo, yo siempre ellas, el respeto, y por eso yo me quede sola sin un hombre y hay veces a uno le pesa haberse quedado solo, por la soledad , pero... si esa era la vida mía eso se cumplió, igual si tuve miles de oportunidades, oportunidades buenas, sino es que siempre yo pensaba en ellas, porque pues hoy en día usted se consigue otra pareja y usted con niños o niñas, el hombre no va solo tras de usted, va tras de sus hiji-

tas y usted no acepta que ese hombre vaya a dañar una de sus hijas, que tenga relaciones por fuera con otros novios, pero no con el compañero de uno, porque yo creo que eso no lo acepta nadie.

**Duración de la entrevista: 20min y 43 segundos**

### ENTREVISTA SEMIESTRUCTURADA

Entrevista: 4 Fecha: 06- abril /2015  
Nombre: E4 Teléfono: 3102257478  
Edad: 63 años Sexo: femenino  
Escolaridad y/o nivel de educación: Bachillerato

- **¿Para usted que significa la sexualidad?**

Bueno, la sexualidad para mi es..., no es tener solo sexo entre dos personas mmm sino también el afecto que puede existir entre esas personas, bien sea dos mmm dos del mismo sexo o ooo... unos de diferente sexo el... cuando uno también... se quieren ehh o se aprecia uno mismo y...pues también hay puede existir un poquito de... como te sexo. Que más le puedo yo decir de eso? Ehh... pues eso es lo general que pienso.

-Cuando tú dices que puede ser una relación de afecto, también se puede decir que la sexualidad se puede dar entre amigos?

Ehh... pues si muchas veces uno tiene un amigo y lo quiere, quiere emm, siente como sierto afecto hacia esa persona, entonces eehh eso tiene que ver algo con sexualidad, eehh pero yo pues tambien me refería era más que todo como cuando por ejemplo dos mmm dos chicas eehh al modo de ellas pueden tener su sexo, su sexualidad y todo, oh viceversa, un hombre y una mujer, pero es el novio, el esposo y hay existe sexualidad, pero si entre amigo yo creo que si puede haber algo cuando uno tiene una persona muy íntima, muy amiga, muy puede existir eso.

- Cuando dices que sexualidad no es solo tener sexo, a que más te refieres como sexualidad?

Aahh a una caricia, a como se traten eemm como se traten las personas, ósea eehh porque pues yo sí creo que sexo, ósea eeh en primera instancia seria la lo que existe entre un hombre y una mujer ya eso es sexo, pero sexualidad si puede

haber eemm como quererse dos personas, existir la caricia, con la mirada también uno puede transmitir algo como sexualidad, en una mirada.

- Tú piensas que la sexualidad es importante?

Pues sí, si es bien importante porque son sentimientos o cosas que exprese la persona entonces creo que sí, si puede ser muy importante. Y pues si claro la sexualidad es muy importante y con las personas que uno quiere hay si es más importante que entre amigos o algo por que hay ya más va existir el amor que se tienen, las caricias, un beso eehh entonces pues hay es bien importante en una pareja porque hay bien sea hombre con hombre, mujer con mujer eso es importantísimo ya... que exista esa sexualidad más íntima.

- **¿Usted de qué forma vive su sexualidad?**

Nooo, yo si hace mucho tiempo no jajajanoo, pues si es importante para mí o algo tener una relación así entre entre amigos, ó sea que de pronto una mirada, una sonrisa o algo, pero ya que yo tenga sexo, no ya hace muchos años deje esa sexualidad, jajaja.

-Cuando tú me decías anteriormente que también la sexualidad era sentirse bien con uno mismo!!!

Pues sí, pero de todas maneras emm, de todas maneras yooo ósea personalmente yo ya no... Ó sea como que de sexualidad no quisiera saber nada eemm yo ahoritica pues para mí, para mi eehh quisiera estar bien yo y...de pronto pues con mis amigas y así, pero de resto ya no que diga tener sexo,eso ya no me llama la atención.

- Y entonces de qué forma te sientes bien contigo misma?

A mí por lo menos me llama la atención mmm arreglarme, por ejemplo que me tenga que arreglar que mmm, que de vez en cuando si lo piropeen o lo lolo mire la gente, las personas del sexo opuesto, a mí personalmente eso me llama mucho la atención que eehh salir ir a partes y cuando salgo a partes especiales me gusta irme sexual, me gusta irme sexy, me gusta irme arreglada, me gusta ¿Cómo se llama eso cuando uno es que, por ejemplo mostrona? Bueno todo eso me encanta, me gusta andar en shores y todo eso, así me siento bien.

- **¿Qué sentimientos relaciona usted con su sexualidad?**

Que sentimientos? Eehh, con mi sexualidad? Pues emm, pues el quererme yo misma, así, más que todo eehh el estar feliz, eso lo relaciono con mi sexualidad

pues por lo que hace tiempo no tengo una pareja o una persona como más allegada, de esa manera yo me expreso mi sexualidad y como lo dije antes, de pronto saliendo de pronto siendo así.

- Y que sentimientos son importantes para tu sexualidad?

Pues sentimientos primero lógico el amor, una manera muy especial de demostrar sexualidad.

- Y aparte del amor hay otros sentimientos en tu sexualidad?

Pues una amistad, de pronto también, en una amistad también uno puede expresar hay sexualidad, va como cogido de la mano de la sexualidad una amistad con cariño, el cariño, el afecto que siente uno hacia otra persona, eso también, y también tanto uno respete a las personas, a sus amigos o algo como ellos también viceversa lo respeten a uno, eso también, pero en especial yo creo que el amor.

- **¿Qué experiencias ha tenido sobre su sexualidad en su vida?**

Emocionalmente con mi pareja mmm muy poca, la verdad ,la verdad no sé si es por parte mía o personalmente a mí la verdad la verdad no me llama mucho la atención, por ejemplo como el sexo, en cuanto a lo demás me gusta ser más bien como sexy, eso sí me llama la atención, como que lo halaguen a uno eso sí, esas experiencias si me encantan, pero no sé si es emm por las parejas que he tenido, la verdad no mmm, en cuanto a eso se lo digo sinceramente no me siento bien, pero pero ya físicamente y ya ser como un poquito mostrona, como salir, como reír, como todo eso, como coquetear eso si me encanta.

Y así en mi experiencia personal, yo lo único positivo es el haber tenido a mis dos hijos, realmente para mi ehh eso es lo más bonito en la vida haberlos tenido a ellos y... eehh pero de sexo y eso si no quiero saber nada nunca más, así como estoy, estoy muy bien.

- Desde tus experiencias con tu sexualidad, crees que puedes dejarle enseñanzas a tus hijos?

Sí, yo digo, yo yo quisiera en cuanto a mi hija dejarle, yo le he inculcado, le he dicho que el día de mañana que ella, por ejemplo tenga su experiencia sexual que ojala sea con una persona que verdaderamente sea que ella quiera, que no por, de pronto eso fue lo que me paso a mí que tal vez yo mi primera experiencia, a pesar de que fue ya muy madura eehh la tuve fue con una persona que fue que yo no la quería, como de pronto por que el tenia plata, me sacaba, me compraba cosas, lo que sea, pero... yo eso sí, eso sí le inculco a mi hija que cuando ella tenga su primera experiencia sexual sea con una persona que verdaderamente ella lo quiera, así sea que ella no tenga un hogar o su organización con ella pero que sea

una persona que ella verdaderamente quiera, porque esa es una experiencia muy fundamental.

- Y por qué dices que es fundamental?

Porque de pronto es una experiencia que a uno lo deja marcado de por vida, ósea así como me paso a mí, que yo realmente no... ósea tuve a mis hijos por no quedarme sola, entonces ehh pero uno queda yo creo y por experiencia lo digo que uno como marcado para toda la vida, que uno si no tuvo relación con la persona que verdaderamente ama, entonces el sexo no se hace así por que sí.

- **¿Qué expresiones muestra usted frente a su sexualidad?**

Expresiones... el romanticismo, ósea por ejemplo ser uno como romántico, ehh y el quererse uno mismo ser, porque así como lo digo yo de pronto que haya querido solo a una persona, entonces pues con el si verdaderamente ehh disfrutar el momento, disfrutar ehh lo poquito que uno puede compartir con esa persona ehh entonces esa es la manera de demostrar uno la sexualidad.

- Y de que otra forma la expresas en ti misma?

No pues uno es ver, solo verse especial, el quererse eso implica mucho, el solo uno... quererse también eso... es sentirse bien uno mismo, sentirse bien uno mismo y pasarla bien, uno uno hay está demostrando que uno se quiere, que uno es la felicidad también.

**Duración de la entrevista: 20min y 33 segundos**

## ENTREVISTA SEMIESTRUCTURADA

Entrevista: 5 Fecha: 07- abril /2015  
Nombre: E5 Teléfono: \_\_\_\_\_  
Edad: 65 años Sexo: masculino  
Escolaridad y/o nivel de educación: Bachillerato

- **¿Para usted que significa la sexualidad?**

Eehh para mi es una parte muy importante en el ser humano, eehh el amor se transmite por medio de la sexualidad, yo creo que las dos van complementadas, para tener amor, hay que tener buen sexo y para tener un buen sexo hay que sentir amor.

- Cuando tú dices que la sexualidad es importante a que te refieres?

Que eso es parte, parte integral del cuerpo, del ser humano, que si el ser humano no tiene sexualidad está muy mal entonces debe..., para mí el ser humano debe tener una buena sexualidad.

- Y si no hay sexualidad que pasa?

Que, que está fallando en algo, que nooo, que no está bien, no está complementado, no está integro, el ser humano no está integro si no tiene buena sexualidad.

- Cuando escuchas la palabra sexualidad, que es lo primero que se te viene a la mente?

Mmm pues caricias, besos, mmm compartir que de pronto ya terminemos en una relación sexual, pero igual para llegar a esa relación, tiene que haber algo que nos una como la intimidad pues atracción, porque sexo se puede tener con cualquier persona pero... para mí la sexualidad es también estar bien complementado.

- Complementado con qué?

Con amor, con caricias, con besos, con todo lo que viene antecitos de tener sexo.

- **¿Usted de qué forma vive su sexualidad?**

Mi sexualidad trato de vivirla integra a pesar de mi edad me considero que soy activo y todavía amo, entonces tengo mi pareja con la que me llevo muy bien, entonces estamos complementados en todos los sentidos.

De que otra forma vives tu sexualidad?

Mmm no no creo que tenga otra forma, simplemente tengo mi pareja y con ella estoy bien.

- **¿Qué sentimientos relaciona usted con su sexualidad?**

Tal vez como lo dije en el momento anterior, si si tengo amor y siento atracción por esa persona, mi sexualidad la vivo plenamente, mmm no tengo sexo solo por tener sino si me atrae esa persona y quiero que ella también se sienta bien conmigo, entonces vivo la sexualidad plenamente.

- Si te pidiera una lista de sentimientos que hay reflejados en tu sexualidad que me dirías?

Pues que yo trato de que ellas se sienta importante, se sienta amada y que se sienta que es una mujer que la valora uno en todos los sentidos, que no la estoy utilizando sino que estoy transmitiéndole mi amor y que ella se sienta mmm respaldada, bueno como se diga como apoyada por mí, considero que la sexualidad va hay.

- Ósea que para ti el principal sentimiento es el amor?

Si, para mi si, aunque si para yo tener sexualidad tengo que respetarla, amarla, comprenderla y ponerme en el zapato de ella de saber cuáles son sus problemas, que ella entienda cuales son mis problemas y poder compartir eso entonces para mí es muy importante para llegar a la sexualidad hay que tener todas esas cosas anteriores.

- **¿Qué experiencias ha tenido sobre su sexualidad en su vida?**

Toda mi vida he tenido experiencias nuevas, mmm me consideran que he tenido muy... buenas mujeres que me han sabido valorar, nooo me quejo de ninguna de ellas tengo esta edad que tengo y he considerado que todas mis compañeras que he tenido durante este transcurso de mi vida han sido muy buenas mujeres y que de pronto he sido un buen amante.

- Alguna otra experiencia?

Si, se puede decir que he tenido varias experiencias, pero he tenido tres compañeras eehh mi primera esposa con la que tuve tres hijos maravillosos, se hizo con

amor, con comprensión, con entrega total, mis tres hijos grandes, después tuve otra relación con otra señora con ella pues también hubo amor y dos hijos que también los adoro mucho, con ella no funciono la relación y nos separamos pero mis cinco hijos fueron fruto de una buena sexualidad, no fue por accidente, fue todo planificado y fue un buen amor, yo creo que mis cinco hijos los adoro y son maravillosos para mí.

- **¿Qué expresiones muestra usted frente a su sexualidad?**

Pues mi sexualidad o mi atracción por la otra persona, yo soy una persona detallista, me considero que he ganado puntos por eso soy de las personas que dedico discos, regalo flores, y tengo detalles como para conquistar y estar siempre bien perfumado, recién bañado y... cosas que ellas sientan que uno las está valorando, entonces siempre trato de estar lo mejor para mi pareja, para mi todas las mujeres son hermosas, las valoro a todas y eso es una de las formas como yo transmito mi sexualidad.

- Hay algo más que me quieras decir sobre tu sexualidad?

Que también las acompaño con las fotos, me encanta tomarles fotos ehhh no me interesa que sean flacas, gordas, altas, negras, para mi todas las mujeres son hermosas, entonces me encanta tomarles fotos, no para después ofenderlas o algo, sino valorándolas y que ellas se sientan que son bonitas así me digan que son feas y que no quieren posar yo las hago sentir y que se sientan importantes que se dejen tomar una foto desnudas, porque son bellas, son bellas por la forma de pensar, por la forma de ser, por la forma de compartir, para mi ellas son bellas entonces me gusta tomarles fotos y de pronto... bueno, alguna atención como te decía. A mí por ejemplo me gusta ofrecerles whiskey y ellas siempre resultan probando whiskey, unos las puede convencer, uno tiene un poder de convencimiento porque todas resultan probando whiskey porque eso es lo que a mí me gusta, yo toda la vida he tomado whiskey, pues en mi juventud tomaba ron y tomaba aguardiente pero ahora yo no cambio el whiskey.

- Ó sea que cuando yo te digo sexualidad, tú lo relacionas inmediatamente con tener sexo?

Si claro, para mi sexualidad es eso, lo que te decía yo por ejemplo tengo a mi gorda y con ella me siento muy bien porque yo a ella le puedo decir cosas y no se va a escandalizar, ella tiene 40 años, le llevo una papita en la edad y aunque ella tiene hijos grandes ya me los presento y yo ya le presente a los míos que también ya son adultos, pero chévere yo me siento bien con la gorda, me siento muy bien son muy bellas mujeres y no es que sea perro, pero con todas he durado arto y a todas yo las quiero, yo las quiero porque son maravillosas, con la negra con la anterior,



no sé nada de ella porque ellas si era muy joven y creo que se organizó y tuvo hijos y familia.

Otra cosa que me faltó decirte es que la gente piensa que porque uno ya tiene 60 o 65 años uno ya no puede admirar a una mujer joven porque ya es un viejo verde y no sé por qué se tiene esa mentalidad y digamos yo que soy activo, tengo mi sexualidad bien y digo, porque no puedo mirar a una niña que me gusta? Yo puedo decir esa niña es bonita, de admirar, pero no, entonces si uno mira una niña ya es un viejo verde, pero porque viejo verde? No se le está faltando al respeto, solo se está admirándola como mujer y pues yo trato de no echar piropos, porque ya a esta edad como que ya no se puede, pero pero si admirarlas y no... morbosamente por qué no, admirarlas como mujeres que son hermosas, ya uno que se fue quedando atrás, pero no he perdido el buen gusto jajaja.

**Duración de la entrevista: 20min y 09 segundos**

### ENTREVISTA SEMIESTRUCTURADA

Entrevista: 6 Fecha: 09- mayo /2015  
Nombre: E6 Teléfono: \_\_\_\_\_  
Edad: 61 años Sexo: femenino  
Escolaridad y/o nivel de educación: Bachillerato

- **¿Para usted que significa la sexualidad?**

Sexualidad... es la manera en que se tienen relaciones tanto físicas, como intimidad con la persona con la que uno esta, es la satisfacción de las dos personas al mismo tiempo no? Sin perder el derecho ahh esculcar o a tener una creatividad en el momento del acto o lo que es el sexo, la satisfaccion propia de los dos.

- Cuando dices satisfacción a que te refieres?

Satisfacción es cuando... desde el momento en que se empieza ahhh las caricias, desde el momento en que empieza el coqueteo, el momento en que empieza a tener yaaa la manera en como se desviste y... todo todotodo de la satisfaccion es eso.

- Cuando dices que es un derecho a que te refieres?

Es un derecho de si, pues tener plenitud en las relaciones sexuales y en su derecho de de escoger a la persona o a la pareja que quiere no?

- Ó sea, que para ti la sexualidad va directamente relacionada con tener sexo?

Sexo y también amor, eso va acompañado, las dos, no solamente tener sexo por que nos volvemos como animales irracionales no? Solamente tenga y sale no, para mí es un completo todo, ósea amor, si es la persona ideal, uno quiere compartir, si es una persona constante, es descubrir con esa pareja todo, la manera de ser creativos en todo.

- Para ti la sexualidad solo se vive en pareja?

En pareja claro siempre, propio uno solo no porque ya se vuelve, se vuelve, ¿Cómo es que se llama? Se vuelve yaaa se vuelve mmm masturbación no nono ya eso se llama masturbación y para mí la sexualidad es tener relaciones en todo el sentido de la palabra con otra persona, basadas en el amor.

- **¿Usted de qué forma vive su sexualidad?**

De qué manera? Desde hace mucho tiempo, de diferentes maneras desde que... desde la manera en como nos miramos con mi esposo, desde la manera en como nos decimos ehh palabras bonitas, pero a la vez como emocionantes ehhh se vive la sexualidad de diferentes maneras desde hace ya muchísimos años, ósea no es una rutina, no es una constancia porque siempre hay una creatividad en todo, en la manera como se habla, en la manera como dice, como se susurra también y a veces también en la manera como se juega, es una manera muy bonita.

- **¿Qué sentimientos relaciona usted con su sexualidad?**

El amor, la atracción y ya después todo lo que se viene, no? O sea los sentimientos son primordiales pero sobretodo el amor, no simplemente un gusto, sino amor, tiene que ser lo principal de una persona que me llena.

- Como defines el amor?

El amor es.. Que le digo yo... es dar lo mejor de uno a la otra persona sin esperar nada a cambio y así se comparte todo.

- Algún otro sentimiento?

A parte del amor, pues de pronto la atracción, no más, por el que deseo nooo, me parece que eso ya se trata como de animales que van por instinto mas no por raciocinio, porque le encanta, porque es la persona de mi vida, porque es la atracción, porque es algo que tengo con el no, para mi es ya eso es por instinto y eso ya me parece como un animal que viene lo hace y ya listo salió, para mí siempre ha sido eso que es difícil hoy en día, que la pareja sea constante con la misma pareja y no sea aburridor o monótono, sino que siempre se mantenga una mecha vivita, con el amor.

El amor es lo que reúne todo, la confianza, el saber que él es para mí y yo soy para él, el saber que el conmigo solamente o yo con el solamente tengo que emitir todo lo relacionado con el sexo que puedo hablar abiertamente, que puedo decir juguemos si, de diferentes maneras y... se pueda compartir todo eso, es una confianza mutua, no? No como una amistad sino más profundo que eso, porque la amistad es leal hasta un punto y hay muchas cosas que reúne el amor que no es fácil de conseguir en las personas, por que el ser humano por naturaleza siempre está pensando en ser mentiroso y en fallar eso hace parte de la naturaleza.

- **¿Qué experiencias ha tenido sobre su sexualidad en su vida?**

Muchas, desde reconocer mi cuerpo mmm el saber que se puede tener relaciones hasta cierto punto y parar por un rato y seguir con mucha pasión ehh jugar, la confianza, la imaginación también vuela, ósea muy rico, es una cosa muy rica jajaja que no ha pasado.

- Te ha dejado algo para tu vida tu sexualidad?

Mmm el saber que tengo satisfacción con una sola persona en mi vida, saber que físicamente quedo súper, como llena y plena, es una emoción que es difícil de destacar, pero que se siente con una sonrisa, con una mirada, como aagg que rico la pase con él.

Y pues que más le digo, de experiencias? Así pues solo he estado con mi esposo, en esa parte nos ha ido muy bien además de que es el padre de mis hijos y eso también me ha ayudado a que ellos entiendan lo importante del sexo con una persona que uno quiere y más si como cuando los papas le enseñan a uno, así como en la época de ellos que solo se tiene una pareja que se ama y que debería ser para toda la vida, y... pues aunque tengo tres varones y una niña, ya tengo dos nietos de dos de mis hijos, porque el mayor no puede tener hijos y la niña ya no tan niña jajaj yo le he dado consejos y es más como una amiga porque me cuenta cosas y yo trato es más como de... aconsejarla y no juzgarla por lo que me cuenta, porque uno es el que sabe y los puede guiar a los hijos, aunque ella si sufre mucho con eso de los novios.

- **¿Qué expresiones muestra usted frente a su sexualidad?**

Mmm expresiones? Aahh ya pues lo que decía hacer cosas para sentirse bien uno a hacer sentir bien a la pareja, a mi esposo por ejemplo le gusta un vestido azul jajaj y le gusta que me lo ponga, más que todo son como juegos de pareja que se han dado con el tiempo y ya con la confianza que nos tenemos decirnos las cosas como sin tapujos o sin pena, como de tratar de no hacer la cosa monótona porque hay si uno se aburre.

- Y tú de qué forma expresas esa sexualidad?

A mi esposo? Pues ya sería con lo que decía del vestido, y peinandome y coqueteando, que miradita va y miradita viene, que de pronto en una reunión o un restaurante y por hay

una miradita picarona ahí y bailando, eso sí nos encanta bailar juntos siempre, porque ya nos sabemos cómo los pasos de cada uno y así, es bien bonito, y más que por lo menos yo aun después de tantos años y los hijos y también disgustos, pues yo lo sigo amando y ya será hasta que dios nos reclame este cuerpo en la tierra me imagino yo.

- Hay algo más que me quieras decir en cuanto a tu sexualidad?

No mamita asíestá bien, pues lo que le digo es algo bonito y rico de vivir, porque además es como algo de lo que venimos todos al mundo, porque si no es con sexualidad pues como, no habría vida, entonces eehh es una oportunidad para aprovechar, ustedes que están jóvenes para que se valoren y cuiden a sus parejas y sean felices porque para eso es jajaj.

**Duración de la entrevista: 19min y 51 segundos**

### ENTREVISTA SEMIESTRUCTURADA

Entrevista: 7 Fecha: 11- Mayo /2015  
Nombre: E7 Teléfono: 7778366  
Edad: 72 años Sexo: femenino  
Escolaridad y/o nivel de educación: Primaria

- **¿Para usted que significa la sexualidad?**

Depende del punto de vista donde uno lo vea porque cuando uno tiene su esposo la sexualidad es de amor, es donde hay afecto eheheh, donde hay cariño

Que más cree que es?

La sexualidad es ehehehe la relación que hay entre una mujer y un hombre, y cuando hay una relación a mi manera de ver es cuando hay amor, porque no creo que una relación se debe tomarse porque uno quiere con cualquier persona, sino porque es una persona que uno ama, y a la vez también para procrear sus hijos. Y uno la sexualidad uno la debe tomar como algo muy responsable... pues eso es lo pienso.

Ud. cree que es muy importante la sexualidad en su vida?

Si porque gracias a la sexualidad pues tengo mis siete hijos y si no hubiera pues no hubiera sido madre que ha sido de mis experiencias más bonitas de mi vida, aunque muy difícil sacarlos adelante pero con mucho esfuerzo lo pude hacer.

- **¿Usted de qué forma vive su sexualidad?**

De qué forma la vivo, mmm la vivo con amor, la viví con mucho cariño ehehehe mmm y con respeto

Y como más cree ud que puede vivir su sexualidad?

La sexualidad también se debe vivir en pareja como no solo teniendo las dos relaciones sexuales sino con cariño con besos con caricias. Porque ya como de sexo y así, pues no yo creo que ya a mi esposos y a mí como que eso ya no nos interesa, algo muy diferente que cuando éramos jóvenes o bueno recién nos casamos, aunque pues para mí fue como difícil, porque pues yo me case como a los 14 años y pues en ese momento yo no sabía muchas cosas ósea fue muy difícil, poderme pues adaptarme pues a vivir mi sexualidad con mi esposo.

Y de que otra manera puedes vivirla?

Mmm pues no es como decirle, mmm pues ósea también uno sintiéndose feliz, si yo creo porque si uno no se siente feliz con la persona que uno está viviendo su sexualidad, pues como que a uno no le da ganas de nada jajajaja.

Y además de felicidad que más?

También como disfrutar sentirme bien con la persona que estoy, como tener esa pasión con esa persona, claro que eso pues lo sentía antes, ahora la verdad ya no pienso eso, pues como yo no tengo relaciones pues eso ya no es importante para mí.

- **¿Qué sentimientos relaciona usted con su sexualidad?**

Ehehehe sentimientos, mmm pues yo creo que para que uno practique la sexualidad tiene que haber amor con la pareja, uno también tiene que tener como esa confianza, porque pues uno se muestra a la otra persona pues como toda su intimidad, pues yo creo q es lo más importante, claro que también tiene que junto con el respeto que se tenga la pareja, por ejemplo yo siempre estuve con mi esposo y nadie más y pues fue mi único novio que tuve.

y que más sentimientos relaciona ud con la sexualidad?

Pues también la alegría de sentirse amado, porque yo estaba con mi pareja por que el me daba cariño, me daba besos y pues todas esas cosas que pues a uno le

gustaba, por que como que uno se sentía importante para esa persona y eso me daba felicidad.

- **¿Qué experiencias ha tenido sobre su sexualidad en su vida?**

Experiencias eheheh pues, siempre las viví con mi esposo como le decía yo no tuve más novios ni nada, entonces siempre fue mi esposo que viví mi sexualidad, y pues con él pues como resultado quede embarazada de siete hijos y yo creo que ha sido la felicidad de mi vida.

y que otras cosas ha vivido?

Pues, sentirme feliz porque mi esposo me quiera, con detalles que me daba para conquistarme y así.

- **¿Qué expresiones muestra usted frente a su sexualidad?**

Pues la expresaba con felicidad con demostraciones de cariño y así esas cosas.

Y como eran esas demostraciones de cariño?

Ehehehe... pues con detalles que el tenía hacia mí como que llegaba a veces a la casa con detalles como postres o de pronto algunos dulces, también pues como esa meloseriajajajaj... como de darme besitos de abrazarme y pues yo con eso me sentía bien.

Que cosas hacia su pareja para que le gustara?

A pues él era muy arreglado y a mí eso me gustaba que él se peinara bien que se vistiera bien y que oliera a rico y eso me gustaba mucho de él. Y pues yo también me trataba pues de arreglar para el por qué pues eso siempre llama la atención de un hombre yo creo.

<b>Duración de la entrevista: 18min y 10 segundos</b>
---

ANEXO C

OBJETIVO	CATEGORIA	UNIDADES DE ANALISIS
<p><b>S E N T I M I E N T O S</b></p>	<p>"El sexo y el amor van de la mano"</p>	<p>"cañiño en una pareja".</p>
		<p>"La sexualidad y el amor juegan un papel importante, ambos van de la mano" "Cuando dos personas se aman, se quieren entonces la sexualidad juega un papel importante" "ya cuando se llega a una determinada edad diría yo de los cuarenta o cincuenta para arriba ya es una cosa muy distinta, ya la pasión se va acabando pero existe el amor"</p>
		<p>"Demuestra uno el amor que siente por otra persona" "Sexualidad es amor, es también, es respeto y la forma de estar con una persona que uno quiere, porque pues, sin sexualidad no hay vida".</p>
		<p>"El cañiño, el afecto que siente uno hacia otra persona"</p>
		<p>"No es tener solo sexo entre dos personas, sino también el afecto que puede existir entre esas personas, el amor que se tienen" "Tengo amor y siento atracción por esa persona" "el amor se transmite por medio de la sexualidad, yo creo que las dos van complementadas, para tener un buen sexo hay que sentir amor".</p>
		<p>"Sexo y también amor, eso va acompañado" "para mí la sexualidad es tener relaciones en todo el sentido de la palabra con otra persona, basadas en el amor." "El amor es... que le digo yo... es dar lo mejor de uno a la otra persona sin esperar nada a cambio y así se comparte todo". "El amor es lo que reúne todo, la confianza, el saber que el es para mí y yo soy para él"</p>
		<p>"La sexualidad es ehehehe la relación que hay entre una mujer y un hombre... una persona que uno ama."</p>
		<p>"La sexualidad se puede vivir de varias formas, estar alegre es una forma de uno estar bien"</p>
		<p>"La sexualidad siempre va ligada con las emociones, las emociones son estar uno feliz, estar uno contento, estar uno alegre, está uno satisfecho con todo lo que hace, chévere, se siente uno bien, pues uno se va a sentir lógicamente feliz"</p>
		<p>"Esa es la felicidad del ser humano"</p> <p>"Con mi sexualidad... más que todo el estar feliz"</p> <p>"ser felices por que para eso es"</p> <p>"pues osea también uno sintiéndose feliz, si yo creo por que si uno no se siente feliz con la persona que uno esta viviendo su sexualidad, pues co-mo que a uno no le da ganas de nada" "Pues también la alegría de sentirse amado" "sentirme feliz por que mi esposo me quiera" "sentirme feliz por que mi esposo me quiera,"</p>
<p>"Uno todavía sigue sintiendo, que todavía está vivo, que a pesar de que han pasado tantos años todavía uno sigue siendo coqueto" (E1)</p> <p>"que si no es con sexualidad pues como, no habría vida"</p>		

# E X P R E S I O N E S

OBJETIVO	CATEGORIA	UNIDADES DE ANALISIS	ENTREVISTA
	"Si se da el momento pues disfrutarlo"	<p>"Pues a que es algo que hace naturalmente un hombre y una mujer como que se da cuando hay como atracción"</p> <p>"Con el rose de una persona que le agrada a uno, no más con el hecho de que le agrada una persona uno ya está pensando en algo"</p> <p>"escuchar o a tener una creatividad en el momento del acto o lo que es el sexo, la satisfacción propia de los dos": "las caricias, desde el momento en que empieza el coqueteo, el momento en que empieza a tener ya la manera en como se desviste" "la manera como se habla, en la manera como dice, como se susurra también y aveces también en la manera como se juega"</p> <p>"uno baila y es bien coqueto con la persona" "soy muy femenina, me gusta maquillarme, me gusta colocarme perfume, ponerme joyas para que el me vea bonita y me vea sexy, me vea mujer, me vea atractiva" "como una forma de llamar la atención, para que me diga huy como se ve de bonita hoy, huy pero esos aretes tan bonitos así, ejemplo cuando lo invitan a uno a una reunión pues uno va bien sexi para que él diga huy pero ella todavía esta bonita, esta atractiva"</p> <p>"tengo que tener a alguien que me provoque algo, que me entusiasme, así esta uno siempre procurando estar agradable, bien perfumando, bien vestido, no tener malos olores, ósea buscar la forma de que lo vean a uno como una persona agradable, bien hablado tantas cosas que tiene uno que hacer para aportar a una situación de esas"</p> <p>"solo usted con arreglarse, perfumarse, esperar lo yo creo que eso debe ser lo más lindo de la vida, esperar que a usted llegue, su amado, su novio, su esposo y demostrarle que... pues que lo quiere y de ahí viene el sexo"</p> <p>"A mi por lo menos me llama la atención arreglarme, que de vez en cuando si lo piropeen o lo mire la gente, las personas del sexo opuesto, y cuando salgo a partes especiales me gusta irme sexual, me gusta ¿Cómo se llama eso cuando uno es que, por ejemplo mostrona? Bueno todo eso me encanta, me gusta andar en shotes y todo eso, así me siento bien"</p> <p>"a mi esposo por ejemplo le gusta un vestido azul" "el vestido, y peinandome y coqueteando, que miradita va y miradita viene nos encanta bailar juntos siempre, por que ya nos sabemos como los pasos de cada uno"</p> <p>"A, pues el era muy arreglado y a mi eso me gustaba que el se peinara bien que se vistiera bien y que oliera a rico y eso me gustaba mucho de él. Y pues yo también me trataba pues de arreglar para el por que pues eso siempre llama la atención de un hombre yo creo."</p>	<p>E1</p> <p>E2</p> <p>E6</p> <p>E1</p> <p>E2</p> <p>E3</p> <p>E4</p> <p>E6</p> <p>E7</p>
	Mirar y admirar a las otras personas	<p>"estar uno mirando nalgas, mirando senos y mirando piernas es esa sexualidad y sensualidad, más que toda sexualidad, ya tiene los ojos uno puestos no en lo que piensa la mujer, sino en lo que anda y en lo que tiene encima"</p> <p>"ambos nos acompaño con los rubos, me encantan tomarlos todos no me interesa que sean nalgas, gomas, aretes, negras"... "No se le está faltando al respeto, solo se está admirándola como mujer y pues yo trato de no echar piropos, porque ya a esta edad como que ya no se puede, pero si admirarlas y no... morbosamente, admirarlas como mujeres que son hermosas"</p> <p>"el amor, la ternura, el placer, la comprensión, cariño, lealtad con el otro, ser honestos si pues esos sentimientos"</p>	<p>E2</p> <p>E5</p> <p>E1</p> <p>E2</p> <p>E3</p> <p>E4</p>
	"Lo expreso con cariño, con amor, con deseo y respeto"	<p>"la sexualidad, así mismo como se dice de la palabra, aprovechar esos momentos de pasión, de ternura, de todo lo que podemos explorar de la, de la sexualidad, darle un buen uso a la sexualidad"</p> <p>"Lo expreso con cariño, con amor, con deseo y respeto diría yo"</p> <p>"también tanto uno respeta a las personas a sus amigos o algo como ellos también viceversa lo respeten a uno"... "con la mirada también uno puede transmitir algo como sexualidad"... "las caricias, un beso"... "el romanticismo, ósea ser uno como romántico"... "Pues sentimientos primero lógico el amor es una manera muy especial de demostrar sexualidad."</p> <p>"para mi todas las mujeres son hermosas, las valoro a todas y eso es una de las formas como yo transmito mi sexualidad"... "para yo tener sexualidad tengo que respetarla, amarla, comprenderla y ponerme en el zapato de ella"... "yo por ejemplo tengo a mi gorda y con ella me siento muy bien porque yo a ella le puedo decir cosas y no se va a escandalizar"... "yo creo que las dos van complementadas, para tener amor, hay que tener buen sexo"... "el amor se transmite por medio de la sexualidad"... "pues caricias, besos, mmm compartir que de pronto ya terminemos en una relación sexual"</p> <p>"tener plenitud en las relaciones sexuales y en su derecho de escoger a la persona o a la pareja que quiere"</p> <p>"la sexualidad es de amor, es donde hay afecto eheheh, donde hay cariño" "una relación a mi manera de ver es cuando hay amor, por que no creo que una relación se debe tomarse por que uno quiere con cualquier persona"... "uno la sexualidad uno la debe tomar con respeto" "la vivo, mmm la vivo con amor, la vivi con mucho cariño ehehehe mmm y con respeto" "La sexualidad también se debe vivir en pareja como no solo teniendo los dos relación sexual sino con cariño con besos con caricias"... "pues yo creo que para que uno practique la sexualidad tiene que haber amor con la pareja, uno también tiene que tener como esa confianza, por que pues uno se muestra a la otra persona pues como toda su intimidad" "Pues la expresaba con felicidad con demostraciones de cariño y así esas cosas."</p>	<p>E5</p> <p>E6</p> <p>E7</p>



# E X P E R I E N C I A S

OBJETIVO	CATEGORIA	UNIDADES DE ANALISIS	ENTREVISTA
	"la sexualidad no es solamente sexo"	<p>"la sexualidad no es solamente sexo, también es cuando uno ya engendra un bebe ya está pensando en que va a ser, si niño o niña, entonces uno mismo ya está pensando en el sexo y la sexualidad de ese niño que va a nacer"; "experiencia bonita donde uno siempre soñó el día en que yo me case quiero tener unos hijos, Quiero que con la persona que yo valla a compartir esa sexualidad siempre quede algo bonito, en mi caso fue algo chévere, por que quedaron unos hijos, mi niña y mi muchacho, aunque tuve dos abortos";</p> <p>"tuve dos hijos, los primeros dos que ya afortunadamente están formados, están grandes"; "ya después tuve otra relación con una pareja que no fue muy satisfactoria en la parte afectiva y también nacieron otros dos hijos que todavía están en proceso de formación";</p> <p>"yo fui feliz, los días que viví con mi esposo, nos complementábamos muy bien, nos respetábamos, nos queríamos, pero como todo en la vida se acaba, tuve cuatro niñas, y... después de todo eso yo no he experimentado sexualidad con ningún otro señor";</p> <p>"yo lo único positivo es el haber tenido a mis dos hijos, pero de sexo y eso si no quiero saber nada nunca más, así como estoy, estoy muy bien"; "tuve a mis hijos por no quedarme sola, entonces pero uno queda yo creo y por experiencia lo digo que uno como marcado para toda la vida, que uno si no tuvo relación con la persona que verdaderamente ama, entonces el sexo no se hace así porque sí";</p> <p>"he tenido varias experiencias, pero he tenido tres compañeras mi primera esposa con la que tuve tres hijos"</p> <p>"tengo tres varones y una niña, ya tengo dos nietos de dos de mis hijos, la niña yo le he dado consejos y es mas como una amiga por que me cuenta cosas y yo trato es mas como de... aconsejarla"</p> <p>"gracias a la sexualidad pues tengo mis siete hijos y sino hubiera pues no hubiera sido madre que ha sido de mis experiencias mas bonitas de mi vida, aunque muy difícil sacarlos adelante pero con mucho esfuerzo lo pude hacer"; "siempre las viví con mi esposo como le decía yo no tuve mas novios ni nada, entonces siempre fue mi esposo que viví mi sexualidad, y pues con el pues como resultado quede embarazada de siete hijos y yo creo que ha sido la felicidad de mi vida."</p> <p>"en mi casa siempre me inculcaron que las cosas debían hacerse con la persona adecuada"</p> <p>"Le inculco a mi hija que cuando ella tenga su primera experiencia sexual sea con una persona que verdaderamente ella lo quiera"</p> <p>"desde reconocer mi cuerpo, el saber que se puede tener relaciones hasta sierto punto y parar por una rato y seguir con mucha pasión"; "pues solo he estado con mi esposo, en esa parte nos ha ido muy bien ademas de que es el padre de mis hijos y eso tambien me ha ayudado a que ellos entiendan lo importante del sexo con una persona que uno quiere"; "que solo se tiene una pareja que se ama y que debería ser para toda la vida"</p> <p>"Mi sexualidad trato de vivirla integra a pesar de mi edad me considero que soy activo y todavía amo"; "mi sexualidad la vivo plenamente"; "Toda mi vida he tenido experiencias nuevas, he considerado que todas mis compañeras que he tenido durante este transcurso de mi vida han sido muy buenas mujeres y que de pronto he sido un buen amante";</p> <p>"para mi es un completo todo, osea amor, si es la persona ideal, uno quiere compartir, si es una persona constante, es descubrir con esa pareja todo, la manera de ser creativos en todo"; "que la pareja sea constante con la misma pareja y no sea aburridor o monotonio, sino que siempre se mantenga una mecha vivita, con el amor"; "son como juegos de pareja que se han dado con el tiempo y ya con la confianza que nos tenemos decirnos las cosas como sin tapujos o sin pena"</p> <p>"Tambien como disfrutar sentirme bien con la persona que estoy, como tener esa pasión con es persona."</p> <p>"De sexualidad no quisiera saber nada, yo ahoritica pues quisiera estar bien yo, pero de resto ya no que diga tener sexo, eso ya no me llama la atención"; "Por qué hace tiempo no tengo una pareja o una persona como más allegada"</p> <p>"Por que ya como de sexo y así, pues no yo creo que ya a mi esposo y a mi como que eso ya no nos interesa, algo muy diferente que cuando eramos jóvenes o bueno recién nos casamos"; "claro que eso pues lo sentia antes, ahora la verdad ya no pienso eso, pues como yo no tengo relaciones pues eso ya no es importante para mí"</p> <p>"a la mujeres les encantan los detalles así sean pequeños pero les encantan y eso las lleva a tener un buen comportamiento frente a uno y las invitaciones, tener en cuenta siempre sus expresiones y sus gustos sexuales"; (E2)</p> <p>"que lo halaguen a uno eso si, esas experiencias si me encantan"; "mi primera experiencia, la tuve fue con una persona que yo no la quería, como de pronto por que el tenía plata, me sacaba, me compraba cosas"</p> <p>"soy una persona detallista, me considero que he ganado puntos por eso soy de las personas que dedico discos, regalo flores, y tengo detalles como para conquistar y estar siempre bien perfumado, recién bañado";</p> <p>"por que yo estaba con mi pareja por que el me daba cariño, me daba besos y pues todas esas cosas que pues a uno le gustaba, por que como que uno se sentía importante para esa persona y eso me daba felicidad."; "con detalles que me daba para conquistarme y así."; "pues con detalles que el tenía hacia mi como que llegaba a veces a la casa con detalles como posires o de pronto algunos dulces, tambien pues como esa meloseria jajajaja... como de darme besitos de abrazarme y pues yo con eso me sentía bien."</p>	<p>E1</p> <p>E2</p> <p>E3</p> <p>E4</p> <p>E5</p> <p>E6</p> <p>E7</p> <p>E1</p> <p>E4</p> <p>E6</p> <p>E5</p> <p>E6</p> <p>E7</p> <p>E4</p> <p>E7</p> <p>E2</p> <p>E4</p> <p>E5</p> <p>E7</p>