

Envejecimiento y Sexualidad: Revisión temática desde Terapia Ocupacional

Daniela Esther Hernández Monroy¹, Ana Milena Paternina Correa²,
Hilda Carolina Patiño Manrique³

Resumen

A través de este artículo de revisión de tema se analiza el paradigma del envejecimiento y la sexualidad a partir de estudios e investigaciones realizadas por expertos en el tema. En este orden de ideas el envejecimiento es entendido como un proceso deletéreo, progresivo y complejo en el que surgen diferentes cambios fisiológicos, psicológicos, sociales y funcionales que inciden directamente sobre el bienestar y calidad de vida del anciano; así como, sobre sus percepciones y experiencias sexuales. La sexualidad por su parte, es un fenómeno multidimensional y un elemento inherente al ser humano, presente en todas las etapas del ciclo vital. En el caso de los adultos mayores, la temática esta rodeada de prejuicios y tabúes que limitan la participación de los ancianos en esta Actividad de la Vida Diaria (AVD) vista así desde la disciplina de Terapia Ocupacional. Se presenta una mirada reflexiva sobre la intervención del Terapeuta Ocupacional en la dimensión sexual al abordar el colectivo de adultos mayores. Luego del análisis reflexivo se concluye que existe un vacío conceptual frente al tema de sexualidad, lo que encabeza un gran reto para los Terapeutas Ocupacionales; que es abordar de manera integral las necesidades de los adultos mayores, promoviendo un envejecimiento activo y la sexualidad como una Actividad de la Vida Diaria, a la cual se le otorga menor grado de importancia a comparación de las áreas de intervención tradicionales.

Palabras clave: Adulto Mayor, Envejecimiento, Relaciones Afectivas, Relaciones Interpersonales, Sexualidad, Terapia Ocupacional (Fuente: DeCS, Bireme)

Fecha de recibido: 28 de mayo de 2020

Fecha de aceptación: 30 de agosto de 2020

Cómo citar este artículo: Hernández Monroy DE, Paternina Correa AM, Patiño Manrique HC. Envejecimiento y sexualidad: revisión temática desde terapia ocupacional. *Revista Cultura del Cuidado Enfermería*. 2020; 17(2): 113-127

- 1 Estudiante de x semestre de Terapia Ocupacional de la Universidad de Pamplona. Correo electrónico: daniela.hernandez4@unipamplona.edu.co
- 2 Educadora Especial. Magister en Educación. Docente del programa de Terapia Ocupacional de la Universidad de Pamplona. Correo electrónico: ana.paternina@unipamplona.edu.co
- 3 Terapeuta Ocupacional. Especialista en Salud Ocupacional (S.O). Docente del programa de Terapia Ocupacional de la Universidad de Pamplona. Correo electrónico: hilda.patino@unipamplona.edu.co

Aging and Sexuality: Thematic review from Occupational Therapy

Abstract

Through this article reviewing the subject, the paradigm of aging and sexuality is analyzed based on studies and research carried out by experts on the subject. In this order of ideas, aging is understood as a deleterious, progressive and complex process in which different physiological, psychological, social and functional changes arise that directly affect the well-being and quality of life of the elderly; as well as on their sexual perceptions and experiences. For its part, sexuality is a multidimensional phenomenon and an element inherent in the human being, present in all stages of the life cycle. In the case of older adults, A reflective look is presented on the intervention of the Occupational Therapist in the sexual dimension when addressing the group of older adults. After reflective analysis, it is concluded that there is a conceptual gap regarding the issue of sexuality, which leads to a great challenge for Occupational Therapists; which is to comprehensively address the needs of older adults, promoting active aging and sexuality as an Activity of Daily Living, which is given lesser importance compared to traditional intervention areas.

Key words: Older Adult, Aging, Affective Relationships, Interpersonal Relationships, Sexuality, Occupational Therapy (Source: Decs, Bireme)

Introducción

En el presente siglo se vive, lo que muchos han llamado como, “momento único”, porque por primera vez en la historia de la humanidad conviven varias generaciones (1). Según Juan Daniel Oviedo, director del DANE, el porcentaje de personas mayores de 60 años aumentó en el Colombia, asegurando que mientras que en 1985 esta población era el 3,98%, en 2018 aumentó a 9,23%. En otras palabras, Para el 2018 se tiene 40,4 personas mayores de 60 años por cada 100 personas menores de 15 años, mientras que en el año 2005 eran 28,7, explicó Oviedo durante la presentación del nuevo Instituto de Estudio sobre Envejecimiento y Longevidad de la Universidad del Rosario (2). En este orden de ideas, el hecho de vivir más, pero con más salud ha sido siempre el ideal humano. La ampliación de la esperanza de vida demanda dar más salud a los años que se le dio a la vida. (3)

El actual envejecimiento de la población ha desarrollado un creciente interés por los adultos mayores, siendo un campo de acción importante para los Terapeutas Ocupacionales. Es importante al hablar de sexualidad, entender que ésta se encuentra regulada por las experiencias habituales de la cultura, el sistema de creencias, valores, actitudes, sentimientos y otros aspectos fundados por la sociedad. Así mismo, se debe tener en cuenta que desde terapia ocupacional se reconoce la ocupación como el centro de las intervenciones, pues se perciben las personas como seres ocupacionales y su participación en ocupaciones significativas como un hecho beneficioso para el desarrollo personal y la salud, siendo esta una fuente de bienestar (4).

Para concebir con claridad el afrontamiento de la sexualidad en los ancianos, es necesario plantear el objetivo de analizar y comprender el proceso de envejecimiento, que trae consigo diversos cambios en la esfera física, psicológica, social, personal y funcional de los individuos; lo cual impacta directamente sobre sus experiencias, manifestaciones sexuales y sobre la percepción que tienen acerca de la sexualidad en su etapa de vejez y como vivencian esta AVD.

Métodos

Para la búsqueda de información bibliográfica de este artículo de revisión de tema, se tuvieron en cuenta diferentes estudios e investigaciones en materia de sexualidad en el adulto mayor y el proceso de envejecimiento. Para la búsqueda inicial de la información se tuvieron en cuenta fuentes primarias, secundarias y terciarias a partir de lo cual se reunieron 75 referentes teóricos. Para el filtro de la información más confiable se diseñó un fichero, abordando publicaciones desde revistas indexadas en el cual se consignaron datos relevantes; tales como: título, autores, revista, resumen, contexto y población, ISSN-DOI, año de publicación, país, URL, tipo de fuente, tipo de antecedente (nacional o internacional) y variables o temas abordados. Para esto se establecieron unos criterios de inclusión y exclusión de la siguiente manera.

Criterios de inclusión:

- Tipo de Publicación: Artículos de revista, revisiones de la bibliografía, estudios de investigación de pregrado y posgrado, libros físicos o electrónicos.
- Tiempo: Publicaciones que no superen los 10 años de vigencia a partir del 2010.
- Idioma de Publicación: Cualquiera.

- Tipo de participantes contemplados: Las publicaciones que contemplen al grupo poblacional de las personas mayores: (hombres, mujeres o ambos).

Criterios de exclusión:

- Tipo de Publicación: Posters, cartas de opinión, documentos de páginas web o sitios web con referencias poco confiables, blogs de internet.
- Tiempo: Artículos previos al año 2010.
- Tipo de participantes: Se excluyen publicaciones cuyas muestras correspondan únicamente a población menor de 60 años.

A partir de estos criterios, se finiquitaron en el fichero 52 referencias publicadas en revistas indexadas y 3 estudios de investigación de pregrado (tesis), de lo cual al final se seleccionaron 35 artículos de revistas indexadas y 3 tesis del contexto internacional, para la elaboración de este artículo de revisión de tema.

Desarrollo

Proceso de envejecimiento.

Resulta difícil definir con precisión el concepto de envejecimiento, pues se trata de un proceso que se inicia con el nacimiento y es de naturaleza multifactorial (5). Cada cultura intenta encontrar su propio significado de envejecimiento, asumiendo como ciertas, concepciones basadas desde el imaginario social, lo que ha promovido interpretaciones erróneas y con esto un temor a envejecer. Como resultado de estas interpretaciones surgen los mitos y estereotipos negativos frente a lo que significa este proceso normal que hace parte del ciclo vital (6).

El proceso de envejecimiento algo inevitable y ocurre a lo largo de todo el proceso vital, envejeciendo cada persona de un modo diferente. Esto significa que cada individuo es un agente activo en su propio proceso de envejecimiento y las distintas formas de envejecer no sólo dependen de programas de ocio y participación social sino también del ambiente y de las interacciones con el contexto sociocultural en el que viven las personas (7). En este campo, es necesario resaltar que la Terapia Ocupacional de forma tradicional ha formado parte del “core” del manejo del deterioro funcional en el anciano, siendo una figura clave en el equipo inter y multidisciplinar de geriatría (8).

Se denomina envejecimiento a todos los cambios biológicos, estructurales y funcionales que acontecen a lo largo de la vida, desde el desarrollo embrionario hasta la senectud. Se trata de un proceso deletéreo, dinámico, complejo, irreversible, progresivo, intrínseco y universal, que con el tiempo ocurre en todo ser vivo a consecuencia de la interacción genética de éste y su medio ambiente (9). Es importante no tomar el envejecimiento como sinónimo de enfermedad, se puede decir que existen tres formas de envejecer, un envejecimiento usual (no patológico, pero con alto riesgo de enfermar), envejecimiento patológico (deterioro rápido y progresivo de su capacidad funcional con extensión de su morbilidad durante la mayor parte de su vida) y un envejecimiento exitoso (con bajo riesgo de enfermar y un alto nivel de funcionalidad). Desafortunadamente en Colombia, cerca de 90% de la población anciana tiene un modelo de envejecimiento usual y patológico, tan sólo 10% de esta población se puede decir que envejece de forma exitosa (10).

Los cambios biológicos generados durante el envejecimiento producen, en los órganos, pérdida de función, una disminución de la máxima capacidad funcional, pudiendo muchos sujetos seguir con su capacidad de reserva funcional, más allá de las necesidades comunes (9).

Se habla de envejecimiento fisiológico, cuando cumple una serie de parámetros aceptados en función de la edad de los individuos y, sobre todo, les permiten una buena adaptación física, psíquica y social al medio que les rodea. Mientras que, el envejecimiento patológico se da cuando la incidencia de procesos, fundamentalmente enfermedades, altera los diversos parámetros e impide o dificulta la correspondiente adaptación. Así pues, cuando se dan situaciones especiales o adversas que producen un empeoramiento de la capacidad funcional orgánica, el proceso de envejecimiento fisiológico natural se transformaría en patológico (9).

Otro término que llama la atención al abordar el proceso de envejecimiento, es el envejecimiento con éxito; considerado como un concepto multidimensional que abarca, trasciende y supera la buena salud y que está compuesto por un amplio conjunto de factores bio-psicosociales. Son sinónimos de envejecimiento con éxito: «envejecimiento activo», «productivo», «saludable», «óptimo» o «positivo». (11) En esta misma línea, otros autores interpretan el envejecimiento activo como una adhesión continua a las actividades y a las actitudes de las personas de mediana edad, como alternativa a la sustitución de los roles que se han perdido debido a la edad, con el fin de mantener un sentido positivo de uno mismo (12).

Adulto mayor.

Es aquella persona que cuenta con sesenta (60) años de edad o más. A criterio de los especialistas de los centros de vida, una persona podrá ser clasificada dentro de este rango, siendo menor de 60 años y mayor de 55, cuando sus condiciones de desgaste físico, vital y psicológico así lo determinen (13).

El adulto mayor se encuentra en un proceso de envejecimiento distintivo, debido a que se comienzan a producir una serie de cambios, ya sea cognitivos, motores o sociales, los cuales derivan de cambios biológicos propios de la edad. En esta etapa se comienza a afectar la memoria, la capacidad de recuperar información, cambian los roles, la sociedad comienza a calificarlos como personas de la tercera edad, los que ya están por jubilarse, los que son dependientes de la familia o que viven solos. Sin embargo, el envejecimiento no es una enfermedad, sino que es una etapa mediante la cual el individuo, de forma natural, experimenta de forma personal su llegada a la senectud, por lo mismo, el envejecimiento es diferente en hombres y mujeres, es distinto según el rango de edades, va dependiente de factores individuales y sociales (14).

Al hablar de adulto mayor, Emily Greenfield considera que la creación y mantenimiento de comunidades amigables con la edad y el envejecimiento saludable, son una vía para dar soporte de salud, vigor y una convivencia en armonía para el adulto mayor en la comunidad (15). El estudio de la calidad de vida en la tercera edad, obliga a incluir aspectos relacionados con esta etapa del ciclo vital, en la cual el sujeto no sólo se enfrenta al envejecimiento cronológico

sino también al envejecimiento funcional, dado este último por la disminución de las capacidades físicas, psíquicas y sociales para el desempeño de las actividades de la vida diaria (AVD) (16).

Sexualidad en la tercera edad.

La sexualidad humana es un fenómeno multidimensional, que se inicia con la vida de la persona, que se desarrolla a lo largo de la infancia y adolescencia y alcanza su madurez durante la vida adulta y edades avanzadas. Es un factor importante que contribuye a la calidad de vida y a la sensación de bienestar (7). La sexualidad incluye todas las formas de expresión, desde la aproximación, el tacto, la intimidad emocional, la compañía, y no solamente el coito. Es una parte importante y siempre posible entre el hombre y la mujer, que en la vejez debe continuar siendo una fuente de placer y no una fuente de inquietud y frustración (17).

La sexualidad se construye, se moldea de manera inexorable en un contexto cultural en el que se asume su significado. Se posicionan autoras como Lorna Couldrick & Anne Wilcock, quienes afirman que “la ocupación se refiere a todos los haceres con significado extrínseco e intrínseco siendo la sexualidad una dimensión inherente de la ocupación”. Sin embargo, “la sexualidad como un área ocupacional y origen de las desigualdades en el acceso a las oportunidades para la participación en la ocupación ha sido ignorada en el discurso profesional de Terapia Ocupacional”. A pesar de que “debe ser una parte integral del currículo de los profesionales de la salud” (18).

El concepto de sexualidad, por lo general, se confunde con los conceptos de sexo o

relaciones sexuales, lo cual limita la vivencia de la sexualidad únicamente en la parte física; pero además del placer, el sexo y las relaciones sexuales, la sexualidad comprende aspectos como el afecto y las relaciones humanas, por lo tanto la sexualidad es un aspecto inherente al ser humano, que está presente en el transcurrir de la vida, hace parte de su bienestar e influye en su calidad de vida (19). Es necesario entender que la sexualidad en el adulto mayor se basa fundamentalmente en una optimización de la calidad de la relación, más que en la cantidad. Aquí el concepto de sexualidad se debe entender de manera amplia, integrando el papel que juegan la personalidad, el género, la identidad, los pensamientos, los sentimientos, las emociones, los valores y las afinidades (20).

Algunos estudios sobre la sexualidad concuerdan en que el deseo y la capacidad sexual pueden conservarse hasta los 70, 80, inclusive hasta los 90 años de edad, si la persona se encuentra en un buen estado de salud y posee la pareja adecuada (21). La atención al adulto mayor ha alcanzado logros notables, aunque en el análisis de la sexualidad en la tercera edad persisten actitudes retrogradadas muy similares a las que existían en siglos anteriores y que tienden a rechazar, bullarse o en el mejor de los casos, ignorar la existencia de la actividad sexual en la tercera edad (22). Además, es importante entender que la vida en pareja, en intimidad y compañía es un indicador de calidad de vida en la población de adultos mayores. La vivencia que tenga el adulto mayor con su medio familiar y social van a determinar en gran parte la expresión de emociones y sentimientos positivos o negativos (23). Para lograr que cada sujeto

crezca, se realice y autodetermine con relación a su sexualidad, la educación debe contemplar que esta esfera, como manifestación vital de la personalidad, constituye un fenómeno de gran riqueza, plasticidad, complejidad y variabilidad (24).

Influencia de los cambios del envejecimiento sobre la sexualidad.

• A nivel biológico:

En el aspecto biológico, los cambios fisiológicos que se producen durante esta etapa influyen de manera directa en la forma en que el adulto mayor expresa su sexualidad dejando de lado el concepto netamente reproductivo (que tenía durante la juventud), para dar paso a lo que Bohórquez(25) denominó: “el segundo lenguaje de la sexualidad, en el cual, la comunicación desde la intimidad, la confianza, el juego, el placer y el afecto constituyen el pico máximo de la expresión de la sexualidad en la vejez” (25).

• A nivel fisiológico:

Existe una serie de cambios que ocurren con la edad. Pero estos no significan muerte sexual. En el ser humano, dentro de los cambios anatómicos y funcionales, tenemos:

- Los espermatozoides disminuyen su capacidad de movimiento dentro del semen, que también disminuye en número y calidad, de forma paulatina a partir de los 40 años
- A los 70 años de edad, los testículos mantienen su tamaño normal, pero existen cambios degenerativos en los tubos seminíferos, aplanamiento del epitelio germinales, interrupción de las células germinales.
- Cabe decir que con la edad el líquido seminal se va haciendo más escaso pro-

gresivamente, y también más pobre en sus cualidades funcionales.
(26)

• A nivel psicológico:

Psicológicamente, los ancianos se ven influenciados por las condiciones sociales que los rodean, asumiendo los prejuicios y prefiriendo no hablar del tema, lo cual los aleja de esta dimensión, y aunque es claro que hay ancianos que deciden terminar su vida sexual por su voluntad, hay otro gran número que no quiere hacerlo. Por esta razón es imprescindible que los profesionales de la salud escuchen, eduquen y orientar a los ancianos con una visión positiva hacia la sexualidad; siendo los Terapeutas Ocupacionales entes promotores de una sexualidad sana (25).

• A nivel social:

Por último, el aspecto social de la sexualidad está enmarcado, como lo expresa Leyva (25), en diversos factores sociales que limitan el espacio íntimo del anciano como lo son: la falta de pareja, el deterioro de la relación matrimonial debido a la monotonía de la relación sexual y a la falta de comunicación, las condiciones domésticas, la no aceptación (o no adaptación) de la jubilación, la religión que en algunos casos considera que el sexo sin intención reproductiva es pecado. Desde el enfoque de género, los hombres expresan como limitaciones el miedo de no ser capaz de mantener una relación sexual completa”, mientras que las mujeres se ven afectadas por la “autoestima y por el temor de no sentirse atractivas para sus parejas (25).

Percepciones de la sexualidad en el adulto mayor.

La perspectiva que se tiene de la sexualidad en el adulto mayor, suele ser prejuiciosa, catalogando su actividad sexual como algo no válido; generando mitos, tabúes y creencias falsas; entre las cuales se tiene que las capacidades fisiológicas durante la adultez mayor limitan por completo el disfrute de una sexualidad activa, esto debido a la asociación errónea de la sexualidad únicamente con el sexo y de la vejez como sinónimo de enfermedad, deterioro y pérdida de capacidades. O, por el contrario, concebir a las personas mayores como seres asexuados, sin derecho a expresiones o experiencias sexuales como el coqueteo, el deseo y goce sexual; pues de ser así, son tildados como “perversos”. En múltiples estudios sobre el envejecimiento y el comportamiento sexual, se destacan varios patrones. Una es que la frecuencia y la diversidad del comportamiento sexual tiende a disminuir con la edad, lo cual es consistente con las expectativas de la teoría evolutiva y los cambios relacionados con la edad en los mecanismos de respuesta sexual (27).

A pesar de los múltiples aportes que la sexualidad y el amor brindan al ser humano, existe una visión negativa donde la sociedad encasilla al adulto mayor como carente de sexualidad. Dicha visión suele estar presente no sólo en los jóvenes, sino también en las mismas personas mayores, en quienes existe la tendencia a tomarlas como cierta, aunque vayan en contra de su expresión sexual, llevándolas en muchos casos a suprimir sus propios deseos y necesidades vinculares, por considerarlas como inapropiadas (28).

Hoy en día siguen existiendo muchos prejuicios en relación con la vejez, sobre todo en el ámbito tanto de las relaciones amorosas como de las relaciones sexuales (29). Algunas de las falsas creencias que giran en torno a la sexualidad en la etapa de vejez comprenden lo siguiente:

- Las personas mayores no tienen capacidad para tener conductas coitales.
- Las personas mayores no tienen interés sexual.
- Las personas mayores que se interesan por su sexualidad son inmaduras.
- Los hombres mayores si tienen intereses sexuales, las mujeres no. Así mismo, que las mujeres que se interesan por su sexualidad son ninfómanas.
- La actividad sexual desgasta y envejece, es mala para la salud (30).

Ante esto, en algunos estudios, las personas mayores manifiestan que el logro de placer y satisfacción con su pareja a partir de caricias, besos, abrazos y demás juegos eróticos, constituyen un fin en sí mismos. Sin duda, esta visión de una sexualidad no atada a lo estrictamente genital posibilita la continuidad de una vida sexualmente activa (31). Otras investigaciones arrojan que la actividad sexual y la satisfacción sexual siguen desempeñando un papel importante en la vida de los adultos mayores, tanto en mujeres como en hombres. En un estudio que examinó la función sexual entre los adultos mayores, el 58% de los hombres y el 51% de las mujeres informaron haber tenido relaciones sexuales durante el 2019 (32).

Algunos puntos de vista estereotipados sobre el envejecimiento y los prejuicios sociales consideran a los adultos mayores como

asexuales o desinteresados. Esto contrasta con la creciente evidencia del tema, donde los deseos sexuales persisten en la vejez, en hombres y mujeres mayores que tienen relaciones sexuales en sus 80 años y más, y lo disfrutan más que nunca. Ejemplo de esto en el ámbito internacional es un estudio longitudinal realizado en los EE. UU. que muestra que casi tres cuartos de los participantes de 57 años - 64 eran sexualmente activos, y aunque la proporción disminuyó por edad, casi una cuarta parte entre los 75 y 85 años reportaron ser sexualmente activos (33).

Mirada reflexiva sobre la intervención del terapeuta ocupacional en la dimensión sexual al abordar el colectivo de adultos mayores.

A partir de la revisión bibliográfica realizada, se observa que los estudios existentes en materia de sexualidad en adultos mayores han sido implementados en cierta medida desde otras áreas de la salud; sin embargo, desde Terapia Ocupacional son muy escasas estas investigaciones, y las pocas que existen, se basan en reflexiones donde se llega a la misma conclusión de la necesidad de ampliar estos conocimientos, direccionando con claridad la intervención del terapeuta en la sexualidad.

El proceso natural de envejecimiento conlleva a una serie de cambios a nivel cognitivo, físico, psicológico y social que impactan la vida del adulto mayor afectando su funcionamiento en las diferentes actividades de la vida diaria. Así mismo, inciden en la expresión y vivencias sexuales, teniendo en cuenta no solo los cambios de la vejez, sino también los factores sociales y cultu-

rales que pueden restringir su libre participación en esta actividad de la vida diaria; como lo es la sexualidad. Para esto, es necesario considerar la existencia de prejuicios sociales y familiares ante la sexualidad del anciano, que propician una desinformación permanente de la temática sexual en la edad geriátrica.

Teniendo en cuenta el aumento de la población de adulto mayor, los Terapeutas Ocupacionales deben abordar de manera integral las necesidades de este colectivo; dejando a un lado el modelo de sexualidad que ha implantado el mercado como sinónimo de juventud, genitalidad y éxito; logrando así facilitar su acceso a esta actividad de la vida diaria. Por tal motivo, es necesario promover la sexualidad como un área imprescindible en el ser humano, que no se limita en torno a juventud, belleza y genitalidad, sino que trasciende a una percepción integral; facilitando el acceso de los adultos mayores a la dimensión sexual sin tabús, prejuicios sociales ni familiares.

Hasta el momento las intervenciones del Terapeuta Ocupacional en esta área han sido escasas, a pesar de que como profesión se alienta a tener una visión del ser humano integral, donde creemos que abarcamos todos los aspectos necesarios para que nuestros usuarios puedan vivir el proceso de la inclusión social y realización personal a partir de ocupaciones significativas, la sexualidad queda oculta entre otras actividades valoradas por el terapeuta con un mayor grado de importancia dentro de la intervención, incluso puede estimarse que considerar la sexualidad dentro de la práctica es algo frívolo, si lo comparamos con las áreas de acción clásicas (4).

Según el Marco de Trabajo para la práctica de Terapia Ocupacional; la actividad sexual es participar en actividades que busquen la satisfacción sexual y/o encuentro relacional o necesidad reproductiva. Así mismo, desde la disciplina es concebida la sexualidad como una actividad de la vida diaria que incrementa el autoconcepto, genera satisfacción a la persona y sentido de bienestar (34).

Desde esta perspectiva, las relaciones afectivas e interpersonales en el adulto mayor toman gran relevancia como intermediarias de la sexualidad. Álvarez (35) expresa que la afectividad es un elemento constitutivo de la experiencia humana a la que se atribuyen variados significados y características. Es así como la afectividad cumple un papel fundamental en la sexualidad durante la adultez mayor, ya que en esta etapa existe la posibilidad de profundizar los vínculos afectivos, perfeccionar la relación y la comunicación dentro de esta, que lleva a mejorar la calidad de la relación en vez de quedar fijada en la frecuencia de conductas sexuales (35).

Relaciones afectivas.

Son las que se establecen entre dos personas independiente de la edad y el género, donde se instaure un vínculo profundo que permite entregar apoyo y compartir emociones, sentimientos, pensamientos y experiencias; generando una red que es fundamental para el bienestar y desarrollo de una vida plena. Las relaciones afectivas influyen directamente en la manera en que se desenvuelven y actúan las personas en lo cotidiano; aunque no sólo encuentran su expresión en la vida cotidiana, sino que además son parte de las construcciones

que cada persona realiza sobre su propia realidad (36). Desde Terapia Ocupacional se consideran importantes las relaciones afectivas, como una construcción mutua entre dos personas donde se transmiten sentimientos, pensamientos y emociones que contribuyen a la satisfacción y al crecimiento personal.

Relaciones interpersonales.

Las relaciones interpersonales en el caso de los adultos mayores juegan un papel importante, pues hacen parte de una red de apoyo y de socialización para la persona, la cual permite utilizar el tiempo de ocio de manera adecuada y con mayor aprovechamiento para su calidad de vida. Además, una adecuada relación interpersonal permite el ajuste del individuo a su entorno y mayor seguridad en sí mismo. Para conocer un poco las relaciones interpersonales de la población adulta mayor, es importante dejar de lado los estereotipos que poseen quienes no han llegado a esta etapa de la vida tendiendo a instaurar un imaginario cultural de inutilidad en el adulto mayor, sin conocer el verdadero protagonismo, liderazgo y empoderamiento del mismo (37).

Con base en la anterior citación, se entienden las relaciones interpersonales como algo innato y mutuo, que facilita a las personas el hecho de interactuar y simpatizar con los demás; generando seguridad y gratificación. En el caso de la sexualidad, son necesarias las relaciones interpersonales y afectivas positivas para poder llevar a cabo experiencias sexuales satisfactorias. Es así como se llega al concepto de sexualidad-afectiva; que no solo se concreta con el acto coital, sino que abarca todos los senti-

dos, la dedicación, la entrega y el conjunto de sensaciones, experiencias y estados de ánimo que los seres humanos somos capaces de transmitir a través de lo sensorial y la afectividad.

Conclusiones

En relación al proceso de envejecimiento y partiendo del aporte del autor (38) los terapeutas ocupacionales pueden ser un aporte fundamental dentro del equipo de trabajo, participando desde una mirada diferente en comparación a otras disciplinas, en donde se trabaje desde la ocupación en pos del bienestar de la persona en la etapa de vejez, viéndola como un proceso natural en el desarrollo del ciclo vital.

Después del análisis realizado en este artículo de revisión de tema, abordando la sexualidad en el adulto mayor y el proceso de envejecimiento; se concluye que existe un vacío conceptual en relación al abordaje del Terapeuta Ocupacional en la sexualidad; lo que invita a los profesionales de la disciplina a ampliar los conocimientos frente a esta actividad inherente al ser humano, brindando educación frente a la creencia errónea de que la edad y el declive de la actividad sexual van obligatoriamente de la mano, pues esto ha conllevado que no se indague e intervenga sobre esta actividad de la vida diaria. Además, desde múltiples investigaciones queda claro que la gran mayoría de personas que se encuentran en la tercera edad tienen la capacidad y la motivación de experimentar su sexualidad desde diferentes perspectivas, con o sin relaciones sexuales; así como sin prejuicios y prohibiciones. Así mismo, se observa que se le otorga mayor grado de importancia a la sexualidad y a todos los cambios fisioló-

gicos que impactan la vida sexual en mujeres mayores de sesenta años, mientras que en los hombres son menores la cantidad de estudios realizados.

Finalmente resalto desde esta revisión de tema, y desde mi experiencia en el campo de acción profesional como estudiante de décimo semestre, que logré identificar un acercamiento hacia las estrategias de intervención del terapeuta Ocupacional en la sexualidad como una actividad de la vida diaria, donde al hablar de personas mayores, no solo cobra valor el coito; sino que se puede abordar también desde las relaciones interpersonales donde prime la interacción social y la necesidad del otro; la esfera socioafectiva, dando importancia a la manera en que se expresan los sentimientos y emociones, siendo válidas las relaciones intergeneracionales; el autocuidado desde la higiene y presentación personal, donde se otorgue interés al cuidado del propio cuerpo, cómo se percibe y se arregla la persona mayor para sentirse bien consigo misma y para agradar y empatizar con otros. Así como, el hecho de enamorarse, cuidarse y atraerse; desde las caricias, atenciones y la afectividad, incluyendo claro está, el acto sexual si así lo desean. Todo lo anterior, abre un nuevo horizonte desde diferentes perspectivas generando bienestar, satisfacción y mejorando el autoconcepto del anciano; siendo entonces, la sexualidad un aspecto inherente al ser humano durante todo el ciclo vital, de la cual el Terapeuta también debe indagar en sus intervenciones y en concordancia con la autora (4), siendo un ente promotor en vez de un ente normalizador de la sexualidad. Así mismo, establezco el accionar del terapeuta en la sexualidad, desde la educación de la

temática, no solo a los adultos mayores sino también a sus familiares y a la sociedad en general, que ha sido la principal encargada de generar desinformación basada en mitos y prohibiciones al anciano, privándolo de experimentar sus vivencias sexuales con libertad.

Referencias bibliográficas

1. Martínez Pérez T, González Aragón C, Castellón León G & González Aguiar B. El envejecimiento, la vejez y la calidad de vida: ¿éxito o dificultad? *Revista Finlay*. 2018; 8(1):59-65. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2221-24342018000100007
2. Portafolio. Este martes inicia operativo de censo del Dane en Cali. [Internet]. Cali: 2018 [citado 01 de mayo de 2020]. Disponible en: <https://www.portafolio.co/economia/este-martes-inicia-operativo-de-censo-del-dane-en-cali-524264>
3. Suárez Rodríguez A, Long Rangel C. El arte del Bonsai como Terapia Ocupacional en el adulto mayor. *Revista Cubana de Tecnología de la Salud*. 2014; 0(0):1-6. Disponible en: <http://www.revtecnologia.sld.cu/index.php/tec/article/view/326/377>
4. Pedraza T. Vejez y sexualidad: Reflexiones para la práctica de terapia ocupacional. *Revista Chilena de Terapia Ocupacional*. 2014; 14(2):245-255. Disponible en: <https://revistaterapiaocupacional.uchile.cl/index.php/%20RTO/article/view/35726/37514>
5. Carreño Acebo ME, Cañarte Mero SB y Delgado Bravo WM. El Terapeuta Ocupacional y su rol con pacientes geriátricos. *Revista Científica Dominio de las Ciencias de la Salud*. 2016; 2(4):60-71. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5761631>
6. Alvarado García AM & Salazar Maya AM. Análisis del concepto de envejecimiento. *Revista Gerokomos*. 2014; 25(2):57-62. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1134-928X2014000200002
7. Corregidor Sánchez AI. Terapia ocupacional en geriatría y gerontología: Bases conceptuales y aplicaciones prácticas. 1ª ed. Madrid: editorial Ergon. C/ Arboleda; 2010. p. 1-130. Disponible en: https://www.segg.es/media/descargas/Libro_Terapia_ocupacional_geriatria_SEGG_2010.pdf
8. Gómez Masera M & Gómez Pavón J. Evaluación de áreas de intervención desde Terapia Ocupacional en un centro de mayores mediante el enfoque de envejecimiento activo. *Revista electrónica de Terapia Ocupacional Galicia (TOG)*. 2013; 10(18):1-17. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4507987>
9. Durante Molina P y Pedro Tarrés P. *Terapia Ocupacional en Geriatría: Principios y práctica*. 3ª ed. España: editorial Elsevier Masson; 2010. P. 1-422
10. Hoyos Pérez C.A. Condiciones médicas prevalentes en adultos mayores de 60 años. *Revista Acta Medica colombiana*. 2016; 41(1):10-12. Disponible en: <http://www.scielo.org.co/pdf/amc/v41n1/v41n1a06.pdf>
11. Fernández R, Ballesteros García D,

- Zamarrón Casinello D, López Bravo A, Molina Martínez JD, Montero López P, et al. Envejecimiento con éxito: criterios y predictores. *Revista Psicothema*. 2010; 22(4):641-647. Disponible en: <https://digital.csic.es/handle/10261/83676>
12. Rita Petretto D, Pili R, Gaviano L, Matos López C & Zuddasa C. Envejecimiento activo y de éxito o saludable: una breve historia de modelos conceptuales. *Revista Española de Geriatria y Gerontología*. 2016;51(4):229-241. Disponible en: <https://www.elsevier.es/es-revista-revista-espanola-geriatria-gerontologia-124-pdf-S0211139X1500205X>
 13. Ley 1276 [Internet]. Bogotá. Congreso de la República. 2009 [citado 01 mayo 2020]. Disponible en: https://www.icbf.gov.co/cargues/avance/docs/ley_1276_2009.htm
 14. Guillen Ortiz A & Contreras Jáuregui M. Actividades tradicionales: una mirada a las actividades diarias del adulto mayor. *Revista Cuidado y Ocupación Humana*. 2015; (4):1-14. Disponible en: http://revistas.unipamplona.edu.co/ojs_viceinves/index.php/COH/article/view/3417
 15. Varela Pinedo LF. Salud y calidad de vida en el adulto mayor. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública*. 2016;33(2):199-201. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1726-46342016000200001
 16. Rubio Olivares D, Rivera Martínez L, Lourdes Borges Oquendo & González Crespo FV. Calidad de vida en el adulto mayor. *Revista VARONA Científico Metodológica*. 2015;(61):1-7. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/3606/360643422019.pdf>
 17. Perdomo I, Oria Cruz NL, Segredo Pérez AM & Martín Linares X. Conducta sexual de los adultos mayores en el área de salud Tamarindo. *Revista Cubana de Medicina General Integral*. 2013; 29(1):8-19. Disponible en: <http://scielo.sld.cu/pdf/mgi/v29n1/mgi03113.pdf>
 18. González Villalobos D, Cantero Garlito PA. Sexualidad y pareja en personas viviendo con enfermedad mental. *Revista TOG A. Coruña*. 2013; 10(17):1-21. Disponible en: <http://www.revistatog.com/num17/pdfs/original6.pdf>
 19. Quevedo León L. Importancia de la sexualidad en el adulto mayor: una mirada desde el cuidado de enfermería. *Revista Cultura del Cuidado*. 2013; 10(2):70-79. Disponible en: <http://www.sidastudi.org/resources/inmagic-img/DD18402.pdf>
 20. Can Valle AR, Sarabia Alcocer B & Guadalupe Guerrero J. Factores psicológicos y socioculturales en la vida sexual de los adultos mayores. *Revista Iberoamericana de las Ciencias de la Salud*. 2015;4(8):1-16. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5506389>
 21. Ramos Caballero EJ & Melguizo Herrera E. Factores asociados a actitudes sobre la sexualidad en la vejez en Medellín, Colombia. *Revista Civilizar Ciencias Sociales y Humanas*. 2017;17(33):267-276. Disponible en: <http://www.scielo.org.co/pdf/ccso/v17n33/1657-8953-ccso-17-33-00267.pdf>
 22. Llanes Betancourt C. La sexualidad en el adulto mayor. *Revista Cubana de Enfermería*. 2013; 29(3): 223-232.

- Disponible en: <http://www.revenfermeria.sld.cu/index.php/enf/article/view/608/66>
23. Herrera A & Guzmán A. Reflexiones sobre calidad de vida, dignidad y envejecimiento. *Revista Médica Clínica las Condes*. 2012; 23(1):65-76. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0716864012702754#!>
 24. Álvarez de la Cruz C. Comunicación y sexualidad: reflexiones-ensayos. *Revista Enfermería Global*. 2010; (9)2: 19. Disponible en: <https://revistas.um.es/eglobal/article/view/107301/103311>
 25. Ramos Fajardo E. Mitos sobre la sexualidad de los adultos mayores un desafío para el cuidado de enfermería. *Revista Edu-Física*. 2017; 9(20):35- 42. Disponible en: <http://revistas.ut.edu.co/index.php/edufisica/article/view/1188/952>
 26. Wong Corrales LA, Álvarez Rodríguez Y, Domínguez Miranda MC & González Inclán A. La sexualidad en la tercera edad: Factores fisiológicos y sociales. *Revista Médica Electrónica*. 2010;32(3):1-5. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1684-18242010000300011
 27. Gray P & García J. Envejecimiento y comportamiento sexual humano: Perspectivas bioculturales: una mini revisión. *Revista Behavioral Sciences*. 2012; 58:446-452. Disponible en: <https://www.karger.com/Article/Pdf/337420>
 28. Cerquera Córdoba AM, Galvis Aparicio MJ & Cala Rueda ML. Amor, sexualidad e inicio de nuevas relaciones en la vejez: percepción de tres grupos etarios. *Revista Psychologia: Avances de la Disciplina*. 2012;6(2):73-81. Disponible en: <https://revistas.usb.edu.co/index.php/Psychologia/article/view/1185>
 29. López Reque J. Apoyo social y relaciones amorosas en personas mayores [Tesis de pregrado]. Universidad de Jaén. España; 2016. Disponible en: http://tauja.ujaen.es/bitstream/10953.1/2521/1/Lopez_Reque_Jorge_TFG_Psicologia.pdf
 30. Montes V. Viudez, soledad y sexualidad en la vejez: mecanismos de afrontamiento y superación. *Revista Temática Kairós Gerontología*. 2011;14(5):73-107. Disponible en: <https://revistas.pucsp.br/kairos/article/view/9900>
 31. Arias CJ & Polizzi L. La relación de pareja, funciones de apoyo y sexualidad en la vejez. *Revista Temática Kairós Gerontología*. 2011; 14(10):49-71. Disponible en: <https://revistas.pucsp.br/kairos/article/view/28932/20265>
 32. Levkovich I, Gewirtz-Meydan A, Karkabi A & Ayalon L. When sex meets age: Family physicians' perspectives about sexual dysfunction among older men and women: A qualitative study from Israel. *European journal of general practice*. 2019;25(2):85-90. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6493318/pdf/igen-25-1580263.pdf>
 33. Heidari S. Sexuality and older people: a neglected issue. *RHM Reproductive Health Matters journal*, Taylor & Francis. 2016; 24(48):1-5. Disponible en: <https://www.tandfonline.com/doi/pdf/10.1016/j.rhm.2016.11.011?needAccess=true>
 34. Asociación Americana de Terapia

- Ocupacional – AOTA. Marco de Trabajo para la Práctica de Terapia Ocupacional: Dominio y proceso. En: Facultad de Medicina, Escuela de Terapia Ocupacional. 3 ed. Santiago de Chile: Umayor.cl; 2014. P. 1-76.
35. Garrido Monsalve MP. & Garrido Yáñez F. Vivencias de la sexualidad en personas adultas mayores [Tesis de pregrado]. Universidad del Bío-Bío-Red de Bibliotecas. Chile;2013. Disponible en: http://repobib.ubiobio.cl/jspui/bitstream/123456789/323/1/Garrido%20Monsalve_Mar%C3%ADa%20Paz.pdf
36. González Aguirre CB, Gros de Iza KE, Petrowitsch Uribe S, Ramírez Cruz JE. Comprensión y abordaje de terapia ocupacional sobre las relaciones afectivas de personas con discapacidad intelectual [Tesis pregrado]. Universidad Andrés Bello. Santiago de Chile; 2016. Disponible en:http://repositorio.unab.cl/xmlui/bitstream/handle/ria/8012/a121527_Aguirre_C_Comprension_y_abordaje_de_terapia_ocupacional_2016_Tesis.pdf?sequence=1&isAllowed=y
37. Mejía López, K. La importancia de los grupos de adultos mayores para el mejoramiento de las relaciones interpersonales. Revista Poiésis. 2017; 33:21-25. Disponible en: <http://www.funlam.edu.co/revistas/index.php/poiesis/article/view/2493>
38. Aguiar Arias B, Jiménez Lillo C, Tapia Henríquez N; & Morrison R. Envejecimiento y ocupación. Revista de Estudiantes de Terapia Ocupacional. 2015;2(1):9-24. Disponible en: <http://www.reto.ubo.cl/index.php/reto/article/view/14>