



Revista Cubana de Salud Pública

ISSN: 0864-3466

ecimed@infomed.sld.cu

Sociedad Cubana de Administración de Salud  
Cuba

Álvarez Vázquez, Luisa; Rodríguez Cabrera, Aida; Salomón Avich, Nelli  
Salud sexual y envejecimiento

Revista Cubana de Salud Pública, vol. 34, núm. 1, enero-marzo, 2008

Sociedad Cubana de Administración de Salud

La Habana, Cuba

Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=21420865010>

- Cómo citar el artículo
- Número completo
- Más información del artículo
- Página de la revista en redalyc.org

redalyc.org

Sistema de Información Científica

Red de Revistas Científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal

Proyecto académico sin fines de lucro, desarrollado bajo la iniciativa de acceso abierto

**SIMPOSIO "JUAN PÉREZ DE LA RIVA" IN MEMORIAN**

## **Salud sexual y envejecimiento**

### **Sexual health and aging**

**Luisa Álvarez Vázquez<sup>I</sup>; Aida Rodríguez Cabrera<sup>I</sup>; Nelli Salomón Avich<sup>II</sup>**

<sup>I</sup>DraC. Económicas. Instituto Nacional de Endocrinología. Escuela Nacional de Salud Pública. La Habana, Cuba.

<sup>II</sup>Especialista de I Grado en Ginecología y Obstetricia. Hogar Materno "Indira Gandhi". La Habana, Cuba.

---

### **RESUMEN**

El proceso de cambio de la población es continuo y permanente, en otras épocas la evolución de la estructura de la población era lento, pero en la actualidad se han producido movimientos muy rápidos debido al efecto acelerado del descenso de la fecundidad y el aumento de la esperanza de vida, que hace que muchos países, como es el caso de Cuba, muestren una población con un importante peso en los mayores de 60 años. En 1994 quedó plasmada por los organismos internacionales y aceptada por los países una nueva concepción sobre la salud reproductiva, la cual unida a la evolución de la población llama a nuevas consideraciones sobre las percepciones y comportamientos de la sexualidad en el adulto mayor. Es preciso valorar de manera consecuente en este grupo las formas de sentir y actuar y las consecuencias sobre su salud sexual, aspectos que adquieren una gran significación en la actualidad. El presente trabajo brinda algunos elementos sobre la salud sexual en las personas de 60 años y más, lo que permite reflexionar sobre su comportamiento sexual y contribuir a que haya una adecuada valoración sobre estos aspectos vitales en las personas de este grupo de edad.

**Palabras clave:** Salud sexual, envejecimiento de la población.

---

### **SUMMARY**

The process of changes in the population is continuous and permanent. In previous times, the evolution of the populational structure was slow, but at present, very fast movements have occurred as a result of the accelerated impact of decreased fertility and increased life expectancy, which has given rise to an important population section over 60 years of age existing in many countries like Cuba. In 1994, a new concept on reproductive health took shape at international bodies and was accepted by many nations worldwide; this concept together with the population development calls for new considerations about the perceptions and behaviors of the elderly's sexuality. Consequently, it is necessary to assess the ways of feeling and acting by this group and also their effects on sexual health, a topic of great significance at the present time. Some interesting elements on the sexual health of the

people aged 60 years and over were provided; this made it possible to make reflections on the current sexual behavior of the elders and to contribute to an accurate assessment of these aspects.

**Key words:** Sexual health, population aging.

---

## INTRODUCCIÓN

En Cuba, como en muchos otros países, los cambios de las variables demográficas han acelerado el proceso de envejecimiento de la población. La interconexión de los procesos que condicionan esto y las consecuencias de tal evolución para el sector de la salud hacen necesario realizar reflexiones sobre los aspectos relevantes de las características de las estructuras poblacionales, donde cada vez se eleva más el monto de los adultos mayores.

El cambio de los grupos en las poblaciones es continuo y permanente en todos los países, pero en muchos de ellos la evolución de la estructura hacia el envejecimiento se ha producido de forma muy acelerada, lo que difiere de lo que ocurría en épocas anteriores, o sea han habido cambios rápidos en las variables determinantes, las que antes actuaban con mayor lentitud.

El desarrollo mundial, las comunicaciones entre las poblaciones, la incorporación cada vez mayor de las mujeres al trabajo, la evolución de las culturas y el desarrollo social de los países han influido en el descenso acelerado de la fecundidad. Por otra parte, el desarrollo y descubrimiento en aspectos relacionados con la salud de las poblaciones han permitido contar con nuevas técnicas y procedimientos para influir en la evolución y aumento rápido de la esperanza de vida. Estos dos procesos siempre estuvieron muy ligados con el desarrollo económico de los países, pero en el momento actual los avances que logra la sociedad tienden a difundirse entre los países e impactan y hacen que las poblaciones modifiquen muy rápidamente sus estructuras por edades hasta ser poblaciones en proceso de envejecimiento o ya envejecidas, como ocurre en Cuba.<sup>1</sup>

Por otro lado, las concepciones vigentes sobre la salud hacen que se valore reflexivamente y desde una perspectiva adecuada esta evolución, tal es el caso del concepto de Salud Reproductiva, aceptada en 1994, en la Conferencia Internacional de Población y Desarrollo, la que venía gestándose durante varios años en los países y que fue aceptada por la mayoría de ellos en esa ocasión.<sup>2</sup>

Esta es una concepción que tiene componentes nuevos en la atención de aspectos vitales de la población, como es el caso de la sexualidad.

En este concepto se incluye la sexualidad, particularmente en Cuba, donde se denomina Salud Sexual y Reproductiva (SSR). Actualmente la evolución de la estructura por edades de la población hacia el envejecimiento exige de otras consideraciones en la atención a su salud. Se requiere profundizar y conocer las percepciones, los criterios y los comportamientos de los adultos mayores respecto a su sexualidad, así como la forma de sentir y actuar en su vida íntima y sus consecuencias, tanto para ellos, como para la sociedad.

La sexualidad, vivida casi siempre con apasionamiento e intensidad en los años mozos, no tiene por qué no ser vivida con igual intensidad en los años de la tercera edad, pues ella es

mucho más que sexo, es en todo caso, una función humana de dimensión psicosocial, no regida exclusivamente por instinto.

Este trabajo tiene como objetivo dar elementos teóricos y conceptuales sobre la salud sexual en las personas de 60 años y más, que permitan reflexionar sobre el comportamiento sexual actual de los adultos mayores, así como los posibles efectos en el sector de la salud de Cuba.

## **ENVEJECIMIENTO DE LA POBLACIÓN CUBANA Y EL SECTOR DE LA SALUD**

Conceptualmente el envejecimiento de la población no es más que el aumento de la proporción de ancianos, los cuales crecen a una tasa más elevada que la población total, para muchos autores, una edad límite para considerar la población en el grupo de adulto mayor es los 60 años y para otros los 65 años. El peso en la población de los adultos mayores trae importantes consecuencias para la planificación del desarrollo económico y social de un país. El concepto de envejecimiento también se asocia con la transición demográfica, que en Cuba se encuentra en una etapa muy avanzada, pues se refiere a la evolución de las variables demográficas que conducen al envejecimiento.<sup>3</sup>

A lo largo de las experiencias de los países que se encuentran en las etapas avanzadas de la transición demográfica se ha observado que la tendencia al envejecimiento provoca una serie de consecuencias para la familia, para la fuerza de trabajo, para el sector de la salud y para los servicios en general, de lo que se derivan diferentes acciones a realizar para tratar de atenuar los efectos negativos que sobre un país puede provocar un proceso de envejecimiento no considerado a tiempo, cuando este ha sido acelerado y de gran magnitud.

Según un trabajo presentado en la Reunión de Expertos en Envejecimiento y Salud en Panamá en el 2003,<sup>4</sup> la situación del envejecimiento de las poblaciones de los países de la región indicaba que en el 2000 el orden era: Uruguay (17,3 % ) seguido de Cuba (13,8 %), Argentina (13,4 %) y Barbados (13,4 %), los países más envejecidos de esta región, por su parte, las proyecciones alertaban que para el 2025 el orden sería Cuba (25,9 %), seguida de Barbados (25,4 %), Trinidad y Tobago (20,5 %) y Uruguay (20,0 %).

En cuanto a la rapidez del envejecimiento se reconoce que el país con un proceso más acelerado será Guyana (pasó de 6,9 % en 2000 a 15,2 % en 2025), seguido por Trinidad y Tobago (de 9,6 % para 20,5 %), Costa Rica (de 7,7 % para 15,9 %), Venezuela (de 6,6 % para 13,3 %), Bahamas (de 8,1 % para 16,2 %) y Brasil (de 7,8 % para 15,6%).<sup>5</sup>

El envejecimiento en Cuba ha impuesto un nuevo y serio problema al sistema de salud, ya que hoy en día, aunque hay que continuar aumentando la longevidad, lo fundamental radica en mejorar cualitativamente la salud de este grupo poblacional para que logren envejecer con una adecuada calidad de vida.

El sistema de salud cubano se ha caracterizado por la búsqueda de la equidad, la efectividad y la eficiencia, aspectos claves que se pueden alcanzar, dado los principios que corresponden a su organización social a escala de toda la sociedad, aunque aún subsisten brechas que deben ser erradicadas, a pesar de que existe una estrategia de desarrollo que ha tenido como eje central la satisfacción de las necesidades de la población cubana.

Así se ha alcanzado que la distribución por provincias y territorios de los principales componentes de la salud de la población muestren una franca tendencia a la homogeneidad, logros que se han obtenido como resultado del incremento en la formación de recursos humanos, de las unidades de salud, de elevar el nivel de especialización y el desarrollo tecnológico en los servicios. Pero dentro de esto, aún hay elementos del contexto social relacionados con la sexualidad que en la sociedad cubana actual siguen permeados por concepciones arcaicas que no han evolucionado de manera suficiente.

Por ejemplo, en los consultorios médicos, en hombres y mujeres de la tercera edad, el tema sexual no se interroga con frecuencia, como si interrogar sobre el síntoma o signo, motivo de consulta, fuera lo único importante y necesario y es así como cualquier alusión al placer sexual por parte del anciano, la respuesta del personal de salud, en muchos casos, consiste en decir "es propio de la edad", reforzando inconscientemente con ella, la condena del anciano a no disfrutar su propia sexualidad.

Otro elemento determinante y que se vincula con lo antes expuesto es incluir en la planificación las necesidades reales de los especialistas que atienden a esta población, como geriatras, gerontólogos, médicos y enfermeras de la familia, así como los hogares de anciano, casas de abuelos, en fin todos aquellos elementos que el sector necesita en la cantidad y con la calidad requerida para brindar el servicio que exige la población de 60 años y mas, en los que no debe faltar la valoración que ellos sienten de su intimidad y su vida sexual, de forma tal que se les proporcione una atención con excelencia profesional, uso eficiente de los recursos y un alto grado de satisfacción de la población.

Para lograr lo anterior es preciso conocer con el mayor detalle posible, no sólo la cantidad y composición de la población de 60 años y más, sino sus aspiraciones, sentimientos y formas de pensar sobre aspectos tan íntimos como su sexualidad. Sólo así se podrán elaborar programas y establecer prioridades que respondan a los principios de equidad, efectividad y eficiencia que el momento exige para las personas de la tercera edad.

## **LA SALUD SEXUAL Y EL ENVEJECIMIENTO**

En el grupo poblacional de los adultos mayores, como en todos, hay que lograr un completo estado de bienestar físico, mental y social, que impone a toda la sociedad cambios de actitudes y de formas de pensar y actuar, sobre todo donde poco se ha trabajado acerca de la forma de entender las necesidades de su sexualidad, campo que se ha valorado insuficientemente en el país. Grande es el desconocimiento de los ancianos y las ancianas alrededor de cómo vivir su propia sexualidad y no menos lo es en la familia y la sociedad que los protege, como mayor lo es en los prestadores de salud, de la educación, sociales y otros que atienden o brindan atención a los ancianos.

Sin dudas, el envejecimiento poblacional en los próximos años traerá aparejado un conjunto de consecuencias en el ámbito económico, político y social, que no podrán desconocerse y para lo cual el país debe prepararse, toda vez que se reconoce al envejecimiento como una perspectiva social e individual, pero que impone luchar para lograr que el anciano pueda disfrutar de las mejores condiciones de salud.

Algunos estudios sobre la salud sexual de los adultos mayores, muestran aspectos que hay que tomar en cuenta para realizar acciones dirigidas a lograr mejoras en este importante campo. Estos trabajos enfocan las diferentes dimensiones que hay que considerar.

Un estudio realizado sobre sexualidad y envejecimiento encuentra que los entrevistados indicaron que el principal inconveniente en el funcionamiento sexual experimentado por los hombres es la demora en la erección (41 %), y en las mujeres el dolor durante el acto sexual (44 %). Según los autores tales efectos pueden deberse al proceso de envejecimiento en el organismo del varón; en las mujeres, el dolor puede asociarse al decremento de las hormonas con el incremento de la edad. En fin, en ambos casos, los porcentajes encontrados en los inconvenientes planteados pueden estar relacionados con la edad.<sup>6</sup> Conocer estos elementos les permitiría a los adultos mayores acceder a un tratamiento médico que mejore su situación.

Otro enfoque del problema, a partir de la definición de salud como completo estado de bienestar, en el que no se puede omitir la sexualidad, se manifiesta en un trabajo que plantea que en el transcurso de la senectud la sexualidad sigue desempeñando un papel importante en la vida de los individuos, pero le falta oportunidad para ejercerla, lo que produce una cierta marginación sexual que sufre la población añosa, que hace que no conserve un buen estado de bienestar en ese importante aspecto de su vida y por tanto de su salud, ya que no hay motivo alguno para que el interés y las prácticas sexuales desaparezcan, debido a tener determinada edad.<sup>7</sup>

En el referido estudio se asegura que el envejecimiento produce algunos cambios en la fisiología sexual, entre los que destacan una mayor lentitud y una menor intensidad de las respuestas del ciclo sexual, lo que tampoco constituye un impedimento para la actividad sexual.

Como refleja la definición de SSR, cada etapa de la vida tiene sus características, por tanto la sexualidad debe ser observada dentro del contexto psicológico y de comportamiento de los individuos; ejercer la sexualidad durante la vejez está determinada por la actitud que el sujeto ha tenido ante el sexo durante toda su vida. Las diversas investigaciones referentes a la sexualidad en la tercera edad han demostrado que el interés y la actividad sexuales si bien van disminuyendo con el paso de los años, persisten en una alta proporción de sujetos añosos.

En otros estudios se ha encontrado que alrededor del 30 % de las personas de ambos sexos, mayores de 65 años, conservan una actividad sexual regular y que en un alto porcentaje de individuos persiste el interés sexual, aunque el modelo del acto sexual como se practica en la juventud, no es aplicable tal cual en la vejez, en la que cobra mayor importancia la cercanía y la intimidad corporal. En el anciano "la actividad e interés sexual se conserva en la mayoría de los hombres, mientras que en las mujeres sobresale la indiferencia."<sup>8</sup> Existen factores psicológicos y culturales que inciden negativamente sobre la sexualidad en la tercera edad y por sexo, como son la desinformación y la creencia que la práctica de la sexualidad es exclusiva de la población joven y que desaparece en la senectud. En la mujer, limita el ejercicio de la sexualidad, además de concepciones retrogradadas sobre esta actividad, la falta de un compañero sexualmente activo, en tanto que en el hombre lo hace la monotonía, las preocupaciones, la fatiga, las enfermedades, los excesos de alcohol y los alimentos y el temor de fallar.

Para afrontar el envejecimiento y sus repercusiones resulta imprescindible agilizar las coordinaciones intersectoriales e interdisciplinarias, en la formulación de una política integral de población que incluya, tanto aspectos generales del trato a esta población, como de psicología y el enfoque social de este aspecto, de forma que la intimidad de los adultos mayores, sea tomada en cuenta desde el ángulo social y familiar, espacios donde, en muchos

casos y en la actualidad, las personas de edades avanzadas pasan a ser relegados y no se piensa en que necesitan también disfrutar de su intimidad.

En el Programa de Atención Integral al Adulto Mayor del Ministerio de Salud Pública de Cuba tiene priorizado el perfeccionamiento del trabajo en la atención primaria, mediante el médico de familia y otras alternativas no institucionales con la participación comunitaria, no obstante, se debería profundizar en aspectos que posibiliten la educación de la familia y la comunidad, con vistas a garantizar que en el anciano se respete y valore su intimidad en el entorno familiar y social.

Se sabe que la salud sexual tiene aspectos especiales en este grupo, implica también lo que ellos sienten y aspiran en su intimidad, elementos estos que generalmente se desconoce o a los que se les da poca importancia.

Otra exigencia del proceso de envejecimiento de la población para el sector de la salud es el incremento y el completamiento de los equipos multidisciplinarios de atención geriátrica en el país, fundamentalmente en la atención primaria, donde se debe lograr un manejo adecuado de todos los aspectos de la salud sexual en este grupo de edad.

Entre los aspectos que pueden repercutir en la salud sexual de la población anciana cubana, se pueden destacar:

- Las enfermedades crónicas degenerativas relacionadas con los órganos reproductivos que son específicas por sexo y tienen alto riesgo en esta población.
- Las deficientes coordinaciones intersectoriales e interdisciplinarias en la formulación de una política integral de población que incluya la salud sexual.
- La falta de completamiento de los equipos multidisciplinarios de atención geriátrica en la atención primaria de salud y la necesidad de su incremento así como la ineludible inclusión de la geriatría con la incorporación del componente de la salud sexual, en la formación de los médicos de familia.
- La importancia de incrementar el trabajo educativo sistemático para la atención al adulto mayor, donde los involucrados dominen aspectos conceptuales de salud sexual.

## **CONSIDERACIONES FINALES**

En Cuba se ha producido con rapidez profundos cambios en su estructura por edades como consecuencia del descenso rápido y sostenido de los niveles de la fecundidad y el incremento de la esperanza de vida.

Las repercusiones sociales y económicas por el aumento del número de ancianos requerirán aumentar y diversificar los servicios de salud para la tercera edad, donde se impone tomar en consideración nuevas formas de atención, como la relacionada con la vida sexual de esta población.

Las estrategias que se formulen en el sector de la salud deben garantizar que los especialistas y el personal que atiende el Programa del Adulto Mayor manejen adecuadamente y se formen en todos los aspectos de la salud sexual que afectan a esta población.

Envejecer no es morir, es sólo una etapa más de la vida, quizás sí es la antesala de la muerte, tan inevitable como el envejecimiento mismo, al que todos ineludiblemente debemos

llegar. El desarrollo alcanzado por la tecnología médica, higienista y el mejor conocimiento sobre aspectos relacionados con la alimentación, unido al desarrollo social y tecnológico más general, y en el caso de Cuba además, por la presencia de una cultura general integral que puede proteger del exceso, permitirá alcanzar el envejecimiento con determinado nivel en la calidad de vida.

Perdida la función reproductiva en la tercera edad, especialmente y de forma definitiva para las mujeres, no todo ha terminado. En todo caso comienza entonces, lo no perdido, el erotismo placentero, reconocido y aprobado por el desarrollo científico, sexológico y de las ciencias médicas y sociales en general.

No son inmorales los deseos y la actividad sexual en los ancianos. Su comportamiento sexual no siempre es regresivo. Ellos desean hablar de temas sexuales y vivir con recuerdos de su pasado. No es justo castigarlos a vivir de mitos y azares y entre las variadas causas y razones que así lo condenan, muchas pueden y deben ser erradicadas. El sector de la salud juega un papel determinante en este campo, cuyo liderazgo debe saber coordinar los esfuerzos de forma satisfactoria con todos los sectores y actores que tienen que ver con la sexualidad humana y el proceso de envejecimiento.

## **REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

1. CEPDE. El envejecimiento de la población. Cuba y sus territorios, 2003. La Habana: CEPDE;2004.
2. WHO. International Conferences on Population and Development, Action Programs. Cairo, Egypt:WHO;1994.
3. Barros O. Escenarios demográficos de la población de Cuba para el próximo milenio. La Habana: Centro de Estudios Demográficos;2000.
4. Arilha M, Hakkert R, Andino N, Diaz A, Leonard D. Salud sexual y reproductiva de la mujer adulta mayor: un campo por explorar y evidenciar. Documento presentado en la Reunión de Expertos en Envejecimiento y Salud. Panamá: Grupo de Expertos;2003.
5. CELADE-CEPAL. Boletín Demográfico 73. América Latina y el Caribe: Estimaciones y proyecciones de población 1950-2050. Santiago de Chile: CELADE-CEPAL;2004.
6. Alterio A, Gianfranco H, Pérez Loyo HA. Actitud del anciano hacia su sexualidad: área de influencia del ambulatorio San José. Barquisimeto, Estado Lara, Venezuela, 2001. Bol Méd Postgrado. 2003;19(1):35-41.
7. Krassoievitch M. La sexualidad en la tercera edad. Antología de la sexualidad humana México, D.F.: Consejo Nacional de Población;1994.
8. Orihuela de la Cal J, Gómez Vital M, Fumero MI. Sexualidad en el anciano: un elemento importante en su calidad de vida. Rev Cubana Med Gen Integr. 2001;17(6):545-7.

Recibido: 10 de julio de 2007.

Aprobado: 20 de septiembre de 2007.

*Luisa Álvarez Vázquez.* Instituto Nacional de Endocrinología. La Habana, Cuba.