



Sexualidad, Salud Sexual y envejecimiento en Colombia

2015-2021

La Salud Sexual es un estado de bienestar físico, mental y social en relación con la sexualidad, es un aspecto central del ser humano. También incluye las identidades, los roles de género, la orientación sexual, el erotismo, el placer, la intimidad y la reproducción.

La **vida sexual** de las personas de

60+ AÑOS

continúa de múltiples y diversas maneras.

DANE

Según el DANE, en 2021, la población de 60 años o más correspondía al 14%.

Esperanza de vida

Mujeres

80.0
años

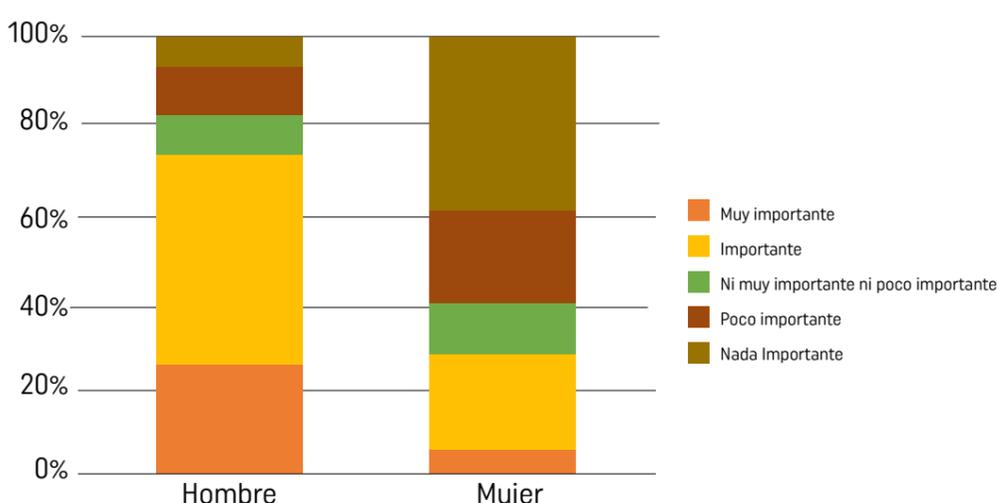


Hombres

73.3
años

Es fundamental ampliar la oferta de servicio de Salud Sexual y apoyo a la sexualidad para este grupo poblacional, como una forma de contribuir al déficit de derechos sexuales que presentan.

Importancia dada a la sexualidad. Hombres y mujeres. Colombia 2015



SABE 2015

Personas de 60 o más años consideraban la sexualidad como algo importante o muy importante

73.3%

27.9%



A partir de entrevistas individuales **39**

con personas mayores de 50 años y la realización de 4 talleres sobre sexualidad y vejez en Colombia, se encontró que:

Educación sexual

Las personas mayores no recibieron educación sexual en su niñez y adolescencia. Los contextos y familias de origen se caracterizan por un silencio alrededor de la sexualidad, con percepciones negativas sobre la misma e ideas temerosas sobre el cuerpo, el placer y el riesgo de embarazo fuera del matrimonio, especialmente en las mujeres.

Sexualidad dinámica

Aunque para la mayoría de las mujeres entrevistadas las primeras experiencias sexuales fueron incómodas, poco placenteras y, en algunos casos forzadas, algunas de estas afirmaron que con la llegada a la adultez y tras tener más experiencia en su vida, dejaron de tener sexo por obligación con sus parejas, empezaron a pensar más en ellas mismas y en su propio placer.

"Vine a saber después de muchos años lo que era tener un coito, una relación sexual satisfactoria, después de que ya tenía más de cuarenta años"

(Taller virtual de mujeres 2)

"Yo tenía en concepto equivocado de que la sexualidad era solamente que dos personas se encontraban y tenía sexo, relaciones. Pero en la medida que yo empecé a comprender más lo de las teorías, los conceptos, fue que logré interiorizar de que la sexualidad no es solamente pues lo físico, lo sensorial, lo genital, sino que tiene lugar los afectos, los sentimientos, las emociones, los simbolismos"

(Emilio, 50-59 años, Valle del Cauca).



"Pues eso de la educación ya vino siendo a la edad adulta, porque nosotros practicamos la sexualidad prácticamente como unos animalitos, ignorantes a la realidad."

(Pablo, 60-69, Huila-Tolima).

"En esa época había mucho tabú [...] porque era lo que nuestras madres habían aprendido años atrás. Que el sexo era solamente con el marido, que era solamente para tener hijos y que si se hacía por fuera del matrimonio era cochino, no sé qué, y que uno no se podía tocar, ni se podía mirar."

(Carmenza, 50-59 años, Bogotá).



Vacios frente a temas

En el caso de los hombres, algunos entrevistados mencionaron que aún tienen vacíos en temas sobre sexualidad, los cuales refuerzan estereotipos y mitos. Especialmente los hombres heterosexuales con pareja hablaron acerca de la pérdida de frecuencia en las relaciones sexuales, explicado en términos de la ausencia de deseo sexual de sus compañeras o por las restricciones que estas tenían por sus condiciones de salud física.

Ambivalencias

Para algunas personas, las relaciones sexuales siguen siendo algo muy importante, y para otras no. Estas ambivalencias también se presentan cuando se habla de las expectativas de la sexualidad actual, encontrando que, en algunos casos, las participantes se ven presionadas por las exigencias de sus compañeros para tener relaciones sexuales, más que por su propio deseo o como resultado de su iniciativa.

Mitos

Las ideas sobre la sexualidad de las mujeres en esta edad, como por ejemplo el desinterés por el sexo o la pérdida del placer por la menopausia, fue rechazada por la mayoría de las participantes. Por el contrario, coincidieron en la potestad que tienen sobre sus cuerpos y, en el caso de las mujeres con relaciones de pareja gratificantes, mencionaron que sus relaciones sexuales eran plenas.

Profesionales

A pesar de la diversidad de experiencias y necesidades de Salud Sexual de las personas participantes, la mayoría de ellas nunca habían hablado con el personal de salud. Las pocas que lo hicieron mencionaron que las actitudes respetuosas y profesionales, o aquellas que veían la sexualidad como algo "natural", fueron las que ayudaron a transmitir más confianza y empatía para abordar las inquietudes a nivel sexual.

Una experiencia maravillosa, bellísimos todos, por supuesto conocen de transgenerismo, de travestismo, de todo, muchísimo, todos, y una atención absolutamente seria.

(Paola, 60-69 años, Bogotá)





Son diversas las razones para no hablar de sexualidad o de Salud Sexual con el personal de salud. Algunas de ellas, son barreras que tiene la persona, otras tienen que ver con las actitudes de los y las profesionales de la salud, y también, de las propias limitaciones del sistema de sanitario.



Personas

- Asunto privado o de pareja.
- Se aceptan como cambios propios de la edad, no susceptibles de intervención médica.
- La medicina no puede ayudar en estos temas.
- No es claro "hasta dónde" se puede hablar de sexualidad en la consulta.
- Por vergüenza, especialmente cuando el proveedor es de sexo opuesto.

Proveedores

- No hay interés en los proveedores: "no preguntan".
- La consulta se centra en el diagnóstico y tratamiento de la enfermedad física.
- La sexualidad únicamente aparece por temas de ITS o dolores genitales.
- No tienen entrenamiento para hablar de sexualidad.

Sistema

- No hay espacios físicos o una organización adecuada de los servicios que garanticen la privacidad y confidencialidad.
- Tiempo limitado de la consulta para abordar temas de sexualidad, que usualmente se exponen al final de la cita.
- Inexistencia de mecanismos adecuados de remisión a servicios especializados (sexología y psicología)

Dada la diversidad de experiencias, significados y condiciones en que las personas mayores viven su sexualidad, las instituciones y profesionales que proveen servicios de salud, deben tener un abordaje amplio centrado en las necesidades y en la biografía individual. La atención deberá superar el dualismo entre "prohibir", en términos de tener actitudes negativas o que invisibilicen la sexualidad de este grupo; o por el contrario "obligar" a que las personas mayores tengan una forma particular de práctica sexual. Se trata de ofrecer información, conocimientos, alternativas y condiciones para el ejercicio de la sexualidad bajo un principio de libertad, en el que las personas tomen sus propias decisiones en el contexto de sus preferencias, su biografía sexual, afectiva y social (3)

Referencias

1. Organización Mundial de la Salud. La salud sexual y su relación con la salud reproductiva: un enfoque operativo [Internet]. OMS. Human Reproduction Programme. Gienbra; 2018. 1-12 p. Disponible en: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/274656/9789243512884-spa.pdf>
2. DANE. Series de población [Internet]. Series de población. 2018 [citado 22 de julio de 2018]. Disponible en: <https://www.dane.gov.co/index.php/estadisticas-por-tema/demografia-y-poblacion/series-de-poblacion>
3. López Sánchez F. Sexualidad y afectos en la vejez. Madrid: Ediciones Pirámide; 2012. 1-291 p.

* La información proviene de los resultados de la investigación "Sexualidad, salud sexual y envejecimiento en Colombia, 2015-2021", realizada por Profamilia en el marco del Programa de Estancias Postdoctorales del Ministerio de Ciencia, Tecnología e Innovación (Convocatoria 848 de 2019). El investigador principal fue Fernando Ruiz-Vallejo. El equipo de investigación estuvo conformado por Juan Carlos Rivillas, Rocío Murad, Ángela Cifuentes, Catalina Devia, Kurt Bruhl, Giovanni Guerrero, Mariana Calderón, Alexander Alegría, Mónica Alfonso, Diana Zambrano, Lucy Betancour y Camila Vera. La infografía fue diseñada por Jesika Arenas, del equipo de Share-Net Colombia.