

Desmintiendo mitos sobre la sexualidad en la vejez.

Mito: “Las personas mayores no son deseadas sexualmente, por tanto, sólo deben recibir caricias, besos y expresiones de cariño por fuera de lo íntimo.”

Se cree que la sexualidad en personas mayores es algo “desagradable” o “vergonzoso”.

Los adultos mayores, por la forma como fueron criados, suelen tener imaginarios principalmente negativos en torno a la sexualidad, y, por lo tanto, actitudes más conservadoras o inclinadas hacia los estereotipos sociales* como la vergüenza y el desagrado.

“Me parece el colmo que ese señor, a esa edad, se siga masturbando”.

“Mis hijos decidieron que por nuestra edad debemos separar las camas para descansar”.

“Me da pena preguntarle cosas al médico, siento que a mi edad yo ya no debería andar en esas”



“Qué vergüenza que a mi edad sienta ganas de tener sexo”.

“No me gusta que mis hijos tomen decisiones íntimas por mí”.

La sexualidad de las personas mayores se ejerce en la invisibilidad; los cuidadores y las familias suelen tratarles como niños, pues les resulta “incómodo” hablar del tema. Lo mismo sucede con los prestadores de salud, que no saben cómo abordar el tema, incluso durante consultas médicas. Esta situación empeora cuando se incluyen otros temas como las sexualidades diversas (LGBTIQ+), la sexualidad en las personas con discapacidades, la sexualidad en personas que viven con ITS, las víctimas de violencias sexuales o abuso y el consumo de pornografía.

Por esta razón, **es importante reconocer que las personas mayores también sienten deseo más allá de las expresiones de cariño como las caricias, besos y abrazos, también cuestionan los roles de género y tienen diversas formas de experimentar la sexualidad o intimidad.**



No es vergonzoso sentir deseo sexual en ninguna etapa de la vida, ni es “anormal” que las personas mayores busquen disfrutar de una vida sexual activa, por el contrario, una sexualidad saludable contribuye a su bienestar físico y emocional.

Es responsabilidad de quienes les rodean, en especial familiares, cuidadores y personal de la salud generar espacios seguros y de confianza donde se sientan con libertad de expresar sus preocupaciones en torno a su salud, sus derechos y al acceso a los servicios que requieran.