



Desmintiendo mitos sobre la sexualidad en la vejez.

Mito: *“Las personas mayores no recibieron una educación sexual apropiada en su adolescencia o juventud, pero como ya se terminó la etapa reproductiva, ya no es necesaria”.*

“El VIH es solo de jóvenes”.



Antes que nada, es importante tener claro que la educación sexual integral no está limitada a lo reproductivo, es decir, no tiene el único propósito de evitar embarazos. **Si bien la educación sexual integral está enfocada a jóvenes en etapas de desarrollo, esta incluye la generación de habilidades y valores en pro de la salud, bienestar y dignidad:** “entablar relaciones sociales y sexuales basadas en el respeto; analizar cómo sus decisiones afectan su propio bienestar y el de otras personas; y comprender cómo proteger sus derechos a lo largo de su vida y velar por ellos”.¹



“Una doctora dijo en radio que las personas mayores tienen mayor actividad sexual que los jóvenes, ¿eso es cierto?”.



Además, la evidencia demuestra que, **las personas ahora mayores “que no recibieron educación sexual en su niñez y adolescencia, (...) 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”.**²

Los adultos mayores, al igual que el resto de las personas, suelen tener dudas sobre temas como los cambios en su cuerpo, el deseo, las relaciones con sus parejas, y, en general, sobre su sexualidad, sin embargo, debido al estigma y el tabú, enfrentan mayores barreras a la hora de resolver estas dudas. **Por esta razón, suelen recurrir a fuentes de información no confiables o a personas no especializadas en el tema, que muchas veces refuerzan ideas erróneas, heteronormativas y hasta discriminatorias, lo que es sumamente peligroso.**

“A mí nadie me dijo que con la edad el cuerpo y los genitales cambiaban”.

El acceso a información de calidad es fundamental. La educación sexual para personas mayores debe incluir temas como:

- Reconocer los cambios en el cuerpo en la edad madura
- Los derechos sexuales y reproductivos
- El consentimiento
- Los efectos de las enfermedades crónicas o degenerativas
- Los medicamentos en la vida sexual, entre otros.



La educación sexual permite, entre otras cosas, la prevención de violencias sexuales o de pareja íntima, la prevención de enfermedades de transmisión sexual, y el establecimiento de relaciones más sanas con nuestros propios cuerpos y con nuestras parejas. Por esta razón, es importante que quienes no recibieron esta información de manera adecuada en su juventud, actualmente puedan acceder a herramientas e información adaptada, entendible y verídica.

¹ UNESCO

<https://es.unesco.org/fieldoffice/quito/dsostenible/aceleracion#:~:text=La%20educaci%C3%B3n%20integral%20en%20sexualidad,sexuales%20y%20la%20salud%20reproductiva>.

² PROFAMILIA

Sexualidad, Salud Sexual y envejecimiento en Colombia 2015-2021 <https://share-net-colombia.org/wp-content/uploads/2021/11/in-fografia-envejecimientno.pdf>