

SEXUALIDAD Y ENVEJECIMIENTO: PERCEPCIONES ACERCA DE LAS CAPACIDADES Y POSIBILIDADES

SEXUALIDADE E ENVELHECIMENTO: PERCEPÇÕES SOBRE HABILIDADES E POSSIBILIDADES

SEXUALITY AND AGING: PERCEPTIONS ABOUT ABILITIES AND POSSIBILITIES

Recibido: 17/06/2014
Aprobado: 08/01/2015

Thaís Cristina Silva Sousa¹

Marina Leandrini de Oliveira²

El envejecimiento y los cambios fisiológicos en el cuerpo pueden producir efectos directos e indirectos sobre el deseo y el rendimiento sexual de los ancianos. El presente estudio tuvo como objetivo analizar las percepciones de la sexualidad en el envejecimiento e identificar los factores que influyen en el alcance de las habilidades de desempeño. Se trata de un estudio cualitativo, con la utilización de grupo de enfoque como herramienta para la recolección de datos. El estudio fue realizado con personas mayores en una Asociación de Vecinos. Las discusiones planteadas en el grupo fueron grabadas en medio digital, transcritas y evaluadas mediante análisis de contenido temático. Los resultados del estudio muestran que las habilidades de rendimiento están relacionadas con la sexualidad. Se puede deducir que las personas mayores entienden y vivencian debates acerca de la sexualidad en el envejecimiento de manera diferente y, a menudo esta cuestión no se aborda de forma natural, sin embargo, los participantes de mayor edad mostraron un gran interés en la discusión.

Descriptor: Sexualidad; Envejecimiento; Terapia Ocupacional.

O envelhecimento e as alterações fisiológicas do corpo podem produzir efeitos diretos e indiretos sobre o desejo e o desempenho sexual dos idosos. O presente estudo teve como objetivo analisar as percepções da sexualidade no envelhecimento e identificar os fatores que a influenciam no âmbito das habilidades de desempenho. Trata-se de um estudo qualitativo, com a utilização de grupo focal como instrumento para coleta de dados. O estudo foi realizado com idosos em uma Associação de Moradores. As discussões suscitadas no grupo foram gravadas em meio digital, transcritas e avaliadas por meio da análise de conteúdo temática. Os resultados evidenciam que as habilidades de desempenho estão relacionadas à sexualidade. A partir deste estudo, infere-se que os idosos entendem e vivenciam discussões acerca da sexualidade no envelhecimento de diferentes formas e que frequentemente este tema não é tratado com naturalidade, entretanto os idosos participantes mostraram interesse sobre a discussão.

Descriptor: Sexualidade; Envelhecimento; Terapia ocupacional.

Aging and physiological changes in the body can produce direct and indirect effects on sexual desire and performance of the elderly. The present study aimed to analyze the perceptions of sexuality in aging and identify factors that influence the scope of performance skills. These are a qualitative and exploratory study, with focus group for data collection. The study was conducted in a Residents Association. Raised in the group discussions were recorded in digital, transcribed and evaluated through analysis of thematic content. The study results show that performance skills are related to sexuality during aging. From this study, it can be inferred that older people understand and live discussions about sexuality in aging in different ways and often this issue is not addressed naturally.

Descriptor: Sexuality; Aging; Occupational therapy.

¹Terapeuta Ocupacional. tcssousa_18@hotmail.com

² Maestría en Ciencias de la Salud. Docente del Curso Terapia Ocupacional de la Universidad Federal del Triángulo Mineiro. marinaleandrini@gmail.com

INTRODUCCIÓN

EL envejecimiento es un proceso natural y gradual y puede ser considerado como una etapa de grandes transformaciones¹. Tanto los hombres como las mujeres, durante el proceso de envejecimiento, pasan por alteraciones funcionales, físicas y psicológicas. Las alteraciones físicas corporales se vuelven visibles a través de procesos como la pérdida o blanqueamiento de los cabellos, apareamiento de arrugas, cambios en la estatura, entre otras². El envejecimiento resulta en alteraciones fisiológicas que pueden influir directa e indirectamente el deseo y el desempeño sexual³.

La sexualidad y el envejecimiento, cuando son discutidos en conjunto, pueden revelar tanto *mitos y estereotipos*, como aceptación y entendimiento acerca de la sexualidad, como algo natural en la vida del individuo en diferentes fajas etarias, que puede ser fuente de placer².

Los estudios^{4,5} evidencian gran interés de profesionales del área de la salud por la sexualidad de los ancianos, fundamentando en la constatación de que la “regularidad de la actividad sexual garantiza el bienestar físico y psicológico, además de contribuir para la reducción de problemas físicos y de salud mental asociados con el envejecimiento”.

Para profesionales, como el Terapeuta Ocupacional, la sexualidad es objeto de intervención, una vez que este profesional entiende al individuo como un ser integrado, por lo tanto, “el terapeuta ocupacional en sus intervenciones considera la sexualidad y su expresión sexual” no de forma aislada del individuo y su contexto⁶.

La actividad sexual es entendida por la terapia ocupacional como una de las actividades de vida diaria que incluyen, además de ésta, el baño, el comer, el vestir-se, la alimentación, la movilidad funcional, la higiene personal y el autocuidado. Para que esas actividades de vida diaria puedan ser desempeñadas con suceso, es necesario que las habilidades de desempeño estén bien

estructuradas con la intención de que esas funciones sean realizadas sin restricciones⁷.

Basado en los estudios sobre las habilidades humanas, se considera en este trabajo la sexualidad como una habilidad innata que se desarrolla a lo largo de la vida a partir de la adquisición de nuevas habilidades y vivencias. Las adquisiciones de las habilidades pasan por diversos factores que pueden o no influir en el desempeño de cada una de ellas, y esos factores son así descriptos: trayectorias sociales, propósitos, valores, rutinas y cotidiano⁸.

Delante de lo expuesto, el presente estudio tuvo como objetivo analizar las percepciones de la sexualidad en el envejecimiento e identificar los factores que influyen en la sexualidad del anciano en el ámbito de las habilidades de desempeño.

MÉTODO

Se utilizó abordaje metodológico cualitativo teniendo como instrumento para la recopilación de datos el uso de la técnica del grupo focal.

Este instrumento de recopilación de datos abordó las percepciones y las vivencias de la sexualidad en el envejecimiento y la identificación de los factores que influyen en la sexualidad del anciano en el ámbito de las habilidades de desempeño. Como disparador para favorecer la expresión de los contenidos en el Grupo Focal fue propuesta una dinámica con imágenes que serían asociadas o no a las percepciones de cada integrante sobre la temática abordada.

El estudio fue realizado a partir de encuentros semanales en el período de abril a mayo de 2013, con 11 ancianos en una Asociación de Moradores, en Uberaba, una ciudad de medio porte del Triángulo Sur de Minas Gerais. Se destaca que anteriormente a la recopilación de datos fueron realizados un total de cuatro encuentros buscando la creación de vínculo, aumentando la posibilidad de intercambios con los ancianos participantes. Así, los datos analizados en esta investigación se refieren al último encuentro, con duración aproximada de dos horas. Fueron convidados a participar del estudio, individuos con edad igual o superior

a sesenta años, que aceptaron hacer parte de la investigación y poseen vínculo y /o participación en grupos de la Asociación de Moradores.

Las discusiones suscitadas en el grupo fueron grabadas en medio digital (audio), transcritas y posteriormente evaluadas por medio del análisis de contenido del tipo temática, que “consiste en descubrir los sentidos que componen una comunicación cuya presencia signifique algo para el objetivo analítico buscado”⁹.

El material transcrito fue organizado y subsecuentemente fue realizada la lectura exhaustiva del conjunto de palabras (lectura fluctuante) configurando la etapa inicial de *pre-análisis*. En seguida, fue realizada la etapa de *exploración del material* a través del análisis sistemático del material transcrito, y posteriormente el *tratamiento, inferencia e interpretación de los resultados* en que fue realizado el análisis de las categorías, deducciones y discusión utilizando referenciales teóricos^{9,10}.

Vale destacar que la participación de los ancianos en el estudio fue condicionada a la firma del Término de Consentimiento Libre y Esclarecido, siendo anteriormente aprobado por el Comité de Ética e Investigación de la Universidad Federal del Triángulo Mineiro, bajo protocolo 2446.

RESULTADOS

Participaron del presente estudio 11 ancianos, siendo 02 hombres y 09 mujeres, con media de edad de 70 años. La mayor parte de la muestra (73 %) es casada, siendo que 45% de los ancianos participantes residen solo con el cónyuge, el restante de la muestra reside también con los hijos. Luego 64% de la muestra total poseen la constitución familiar compuesta por solo una persona más.

El análisis del contenido de los datos provenientes del grupo focal permitió elaborar dos categorías que presentan los resultados del estudio. Esas dos unidades fueron tituladas: *“Percepciones sobre la sexualidad en el envejecimiento”* y *“La sexualidad en el envejecimiento bajo la perspectiva de las habilidades de desempeño”*.

Percepciones sobre la sexualidad en el envejecimiento

Para comprender las percepciones de los ancianos frente a la sexualidad fueron elaboradas dos subcategorías temáticas: *Conceptos sobre la sexualidad: trascendiendo el sexo en la vejez* y *Sexualidad en la vejez: fase que revela contradicciones*.

Conceptos sobre la sexualidad: trascendiendo el sexo en la vejez

Esta subcategoría presenta las percepciones de los ancianos participantes del estudio acerca de la sexualidad. Los datos analizados retratan que los ancianos participantes del estudio asociaron conceptos como acto sexual y afectividad a la sexualidad. Estos contenidos pueden ser ilustrados por medio de las palabras a seguir:

“(…) para mí todavía no acabó no, quiero hacer eso hasta morir (risas)” Sujeto 4.

“(…) y el sexo no es tan importante, con la edad ese asunto de sexo se va acabando, pero el amor puede continuar (…) el amor, la amistad, el respeto eso no acaba, solo acaba si la persona deja” Sujeto 3.

“(…) no se entiende cuando tá él para acá ella para allá, si yo pongo el pie en el portón, la María ya está allá en el paseo (calle), esperando para ir a pasear para otro lugar, toda fiesta nosotros vamos a tomar café, almorzar juntos” Sujeto 10.

El sujeto 3 (sexo femenino) y el sujeto 10 (sexo masculino) son casados y viven con el cónyuge y el sujeto 4 (sexo femenino) es viuda y reside con hijos y nietos. Se destaca que aunque los sujetos tengan características distintas en estos aspectos, presentan una percepción homogénea, así como los demás integrantes del grupo. Se observa, sin embargo, en las palabras del sujeto 4 la ausencia de claridad sobre la permanencia del sexo o de la sexualidad durante toda la vida.

Los ancianos relataron que tratar del tema “sexualidad” trajo satisfacción, aprendizaje e intercambios de experiencias aunque el contenido de algunas palabras demostrase la resistencia con los conceptos relacionados a la discusión, como “sexo” y “preservativo”. En las palabras abajo el sujeto 10, sexo masculino y casado, utiliza términos como “eso ahí”, “cambio allá” y “no voy a agarrar eso ahí no” refiriéndose al preservativo.

(...) "un día la muchacha que trabaja en el puestito formó un grupo de gente allá para discutir eso, ahí había unas señoras a mi lado hasta arregladas, y ella vino con aquél coso de allá, ahí ella fue a hacer la demostración de cómo usar el coso, llegó a mí y yo le dije: oh, yo no voy a agarrar eso ahí no" **Sujeto 10.**

(...) "mire, para mí fue óptimo, aprendí mucho también, se fue el sexo pero quedó el cariño y el respeto" **Sujeto 4.**

Aunque no hayan sido observadas particularidades relativas al interés sexual de los hombres y mujeres, se verificó en el presente estudio que los participantes identifican algunas diferencias relacionadas al género.

(...) "unos que piensan que es solo en el momento y eso no es amor es solo aprovechar, humillación principalmente para la mujer" **Sujeto .3**

(...) "el hombre piensa que cuando no tiene sexo, ahí acabó, acabó para los dos" **Sujeto 4.**

Las palabras del sujeto 3 remite a una perspectiva no positiva sobre la vivencia de la sexualidad, en que se vuelve particularmente al sexo.

Sexualidad en el envejecimiento: fase de contradicciones

Esta subcategoría presenta la relación del proceso de envejecimiento y la sexualidad, como uno de los discursos traídos de forma más recurrente.

Se observa por medio de las palabras de los participantes, las alteraciones de las relaciones y de la sexualidad en la vejez que se desarrollan procesualmente a lo largo de la vida y se diferencian de etapas anteriores, como la adolescencia y la vida adulta.

"(...) muda un poco. Porque parece que uno pasa a ser hermanos, hermana del marido, tiene sexo, es en vano, ya no es igual como era antes" **Sujeto 1.**

"(...) es claro que va quedar para siempre, pero mismo así uno desvaloriza" **Sujeto 10.**

En contrapartida a esta perspectiva, dos de los ancianos participantes relataron la interrupción de la vivencia de la sexualidad en el envejecimiento.

"(...) pasó de los sesenta, acabó, mi sexualidad fue hace muchos años atrás, y era una vez, pero acabó hace muchos años, gracias a Dios, ya murió tarde" **Sujeto 9.**

"(...) yo misma ya a mi edad, ya ni pienso más, no tengo más tiempo, entendió?! Yo tengo marido, pero tener marido es la misma cosa que no tener, y nosotros no somos tan viejos así, yo quedo sola el

tiempo entero, y él no está ni ahí no. Entonces queda así, de esa manera." **Sujeto 3.**

El sujeto 9 es una mujer de 81 años, viuda que reside con la hermana, y se refiere a una vida conyugal con histórico de abandono, de esta forma sus palabras también traducen su vivencia en relación a la sexualidad. En ese sentido las palabras del sujeto 9 remite a una sensación de "libertad", como si la sexualidad no hubiese sido vivida de forma satisfactoria, entendiendo como un "fardo pesado", siendo posible observar aún la connotación de la sexualidad entendida como el acto sexual en sí. Ya el sujeto 3, también del sexo femenino, 60 años relata que su vida conyugal es bastante conturbada y el primer término usado cuando el tema sexualidad fue abordado es "mucho problema", también mostrando la vivencia de su sexualidad como un aspecto negativo.

La vivencia de los ancianos en relación a la sexualidad puede ser entendida a través del relato de sus percepciones que se presentan como experiencias negativas en algunos casos, como fue relatado anteriormente, y positivas en otros, como en las siguientes palabras.

"(...) el sexo no es tan importante como el amor, si dos personas se gustan, el sexo no es tan importante, se hace para complementar (...) cariño, atracción, felicidad, compañerismo y respeto" **Sujeto 4.**

La vivencia de la sexualidad en las palabras representan las posibilidades encontradas a lo largo del relacionamiento de dos, siendo priorizado el compañerismo y el afecto. Además de estos aspectos se verificó la importancia del autocuidado junto a la vivencia de la sexualidad.

"(...) porque cuando usted está bien, usted puede dar cariño para el otro, usted queda feliz de lado de una persona que te respeta, que te da cariño, entonces, eso es importante" **Sujeto 4.**

"(...) eso representa los cuidados que la gente debe tener y si está bien así es porque ella se cuidó" **Sujeto 6.**

La sexualidad en el envejecimiento bajo la perspectiva de las habilidades de desempeño

Esta categoría discute las habilidades de desempeño presentando aquellas más recurrentes en los discursos de los ancianos

participantes del estudio al relacionar con la satisfacción de la sexualidad.

En el estudio realizado fueron abordadas las habilidades cognitivas también como siendo la capacidad de almacenar, secuenciar, recordar y organizar las informaciones y la capacidad de hacer multitareas, o sea, realizar más de una actividad al mismo tiempo. Los ancianos participantes no atribuyen directamente a las habilidades cognitivas o a los factores que interrelacionan la sexualidad en el envejecimiento, sin embargo, puntualizan que hubo considerable reducción de las preocupaciones diarias con las alteraciones de algunos papeles ocupacionales en el envejecimiento y con la salida de los hijos de casa, siendo posible destinar más tiempo al compañero y a la satisfacción sexual. Se entiende que el estrés y la preocupación excesiva pueden relacionarse al desempeño cognitivo.

(...) *“con el tiempo eso, a veces, hasta mejora, porque las preocupaciones van acabando”* **Sujeto 1.**

Los ancianos participantes puntualizan que hay interferencia de las habilidades de regulación emocional en la sexualidad.

(...) *“uno tiene siempre que ta sintiendo bien para hacer lo otro bien no?, para dar amor y cariño, porque cuando uno ta bien uno deja al otro bien y cuando uno no ta, uno no quiere ni ver la cara del otro.”* **Sujeto 5.**

Según los participantes de este estudio, hay habilidades sociales que se relacionan también a la vivencia de la sexualidad en la vejez.

(...) *“uai, porque cuando yo era más joven, no? conversaba más, coqueteaba más y ahora no (...) soledad es muy triste, una vida de dos es mucho más fácil, tener amigos es siempre bueno, porque uno cuenta y divide los problemas”* **Sujeto 4.**

(...) *“es siempre bueno tener alguien para conversar, dividir las cosas, desahogar, yo siempre tuve y quiero tener siempre (...)”* **Sujeto 1.**

Los sujetos que hablan retratan la importancia dada al hecho de tener un apoyo social, resaltando que los sujetos 1 y 4 son mujeres y viudas. Cuando ellas citan ese apoyo social, se refieren tanto al compañero como a un amigo.

En este estudio, la mayor parte de los ancianos participantes puntualizó que las habilidades prácticas y motoras se alteran significativamente en el envejecimiento y que ellas interfieren en la vivencia de la sexualidad.

(...) *“con la vejez el cuerpo va quedando más pesado, uno no puede hacer las mismas cosas, hay que tomar más cuidado, porque si cae demora para mejorar.”* **Sujeto 4.**

(...) *“con la edad uno va quedando más debilucho, no? Y ella no tiene en cuenta, la salud se va acabando, no?!”* **Sujeto 1.**

(...) *“yo, por ejemplo, ya ni puedo más hacer todo lo que yo hacía, el cuerpo de uno lo siente más rápido”(...).* **Sujeto 2.**

En este sentido, los sujetos de la investigación relatan que las habilidades de percepción sensoriales son las que más influyen la vivencia de la sexualidad y que con el envejecimiento sienten considerable disminución de estas funciones.

(...) *“eso influye, porque con la vejez eso va acabando”* **Sujeto 9.**

(...) *“el oído porque tiene que oír; la boca, porque si uno va a conversar y la persona no entiende, uno queda sin conversar, el ojo es para ver y la boca es para besar y sentir el gusto, y todo eso va disminuyendo”* **Sujeto 3.**

(...) *“cambia sí, uno va teniendo dificultades de mover el cuerpo [quedan], va quedando todo más sensible, no? Es toda aquella cosa, pero con amor y paciencia funciona”* **Sujeto 4.**

DISCUSIÓN

Percepciones sobre la sexualidad en el envejecimiento

Conceptos sobre la sexualidad: trascendiendo el sexo en la vejez.

Esta categoría temática puede ser ilustrada inicialmente a partir del fragmento de Almeida y Lourenço¹²:

(...) *la sociedad muchas veces clasifica ese período de la vida como de asexual y, hasta mismo, de androginia”. De esa forma, en ese período el individuo tendría que únicamente asumir el papel de abuelo, o de abuela, al serles delegado por los hijos el cuidado de sus nietos, con la expectativa de que los vigilen mientras, concomitantemente realizan actividades como hacer croché y asistir televisión, usufructuando su jubilación (...)*

Se observa que la temática abordada puede involucrar mitos, preconceptos y diferentes perspectivas. Según Moraes¹³ la sexualidad es considerada una necesidad del ser humano presente durante toda la vida presentando una dinámica que contempla el amor y el placer, y de esta forma, no terminan con el envejecimiento.

Moraes¹³ complementa la discusión al discurrir sobre la sexualidad en la vejez relacionada más a la sensualidad de que al acto sexual en sí. Así, para los ancianos participantes, se observó que son elementos significativos en la vivencia de la sexualidad las miradas o caricias. El compañerismo es señalado como elemento que representa una manifestación de la sexualidad. Se evidencia, por tanto que aunque los ancianos participantes del estudio presentaron tal perspectiva sobre la sexualidad, en sus relatos fueron comunes los momentos en que mezclaban los conceptos refiriéndose también al sexo.

El grupo refirió a las transformaciones del cuerpo durante el envejecimiento y la manutención de la demostración de afecto. “La anatomía y la fisiología sexual se modifican, pero la capacidad de amar, de besar, de abrazar continúa intacta hasta el fin de la vida”. Estudios señalan que los hombres ancianos presentaron más interés sexual de que las mujeres^{3,14}.

Esas divergencias relacionadas al género se asocian a la generación, pues, una generación más antigua vivió relaciones de poder y nociones rígidas sobre papeles de dominio masculino y femenino¹⁵:

Así, los más viejos de hoy experimentaron relaciones de poder hombre-mujer que, en el transcurrir de sus trayectorias, fueron alterándose de una nítida asimetría relacional, principalmente en lo tocante a la visión de la sexualidad y del trabajo, hasta relaciones más próximas y simétricas, ellos vienen más asistiéndolas, de que participando de ellas, propiamente.

Algunos ancianos relatan puntos de vista negativos sobre la sexualidad. Aspectos histórico cultural pueden ser atribuidos al género y a la femineidad señalando una perspectiva muy rígida de intercambios sobre la sexualidad, dejando muy tenue los

límites en el ámbito de la sexualidad, o sea, “lo que es propio o impropio; lo que es natural, agradable, normal, o al contrario: dañino, excesivo, insultante; aquello que es pasible de admiración, aceptación o, inversamente, de repulsión, negación¹⁵”.

Sexualidad en el envejecimiento: fase de contradicciones

La sexualidad durante la vejez presenta algunas particularidades, pues en esta etapa de la vida los valores defendidos son diferentes de los defendidos en la edad adulta. El envejecimiento se caracteriza por la madurez y por la acumulación de experiencias, consecuentemente los deseos cambian, siendo más puros y acomodados¹³.

El avance de la edad es un factor relevante en las alteraciones del deseo sexual, tanto para los hombres como para las mujeres. Los comportamientos sexuales de ambos sexos sufren una disminución a lo largo de la vida, particularmente en recurrencia de factores fisiológicos^{16,17}.

Cada persona expresa su sexualidad de forma particular y única, siendo que, cada anciano manifiesta o entiende la sexualidad de acuerdo con su vivencia^{18,19}.

El autocuidado también fue citado por los ancianos que refirieron ser un importante aspecto para la vivencia de la sexualidad. El autocuidado puede estar relacionado al cuidado con el cuerpo, siendo caracterizado por las acciones del individuo que son dirigidas a sí mismo y a su contexto, a fin de regular el propio funcionamiento de acuerdo con sus intereses en la vida, constituyendo la práctica de actividades en beneficio propio y con el propósito de mantener la vida, la salud y el bienestar, para que así él pueda estar pronto para cuidar del otro¹⁶.

En síntesis, los conceptos sobre sexualidad y envejecimiento expresaron aspectos que van más allá de actos o comportamientos específicos y cubrieron una serie de relaciones que se dieron de acuerdo con la vivencia y con aspectos socio cultural y religioso de los participantes. La sexualidad aparece como un aspecto dinámico en la vida de los individuos en que el proceso de envejecimiento tiene relaciones directas con la vivencia de la misma.

La sexualidad en el envejecimiento bajo la perspectiva de las habilidades de desempeño

Se adoptó el referencial de la *American Occupational Therapy Practice*⁷ para fundamentar la estructuración sobre las habilidades de desempeño. De esta forma, se subdividen las habilidades en: habilidades práctica y motora; habilidades precepto sensoriales; habilidades de regulación emocional; habilidades cognitivas y las habilidades sociales y de comunicación; siendo cada una desempeñada con sus particularidades.

Las *habilidades de regulación emocional* pueden ser consideradas acciones que el anciano usa para expresar sus sentimientos durante la realización de actividades y en como él se involucra en las interacciones sociales⁷.

Las *habilidades sociales y de comunicación* son comportamientos que el anciano usa con la intención de comunicarse e interactuar con otras personas⁷.

Las *habilidades prácticas y motoras* son acciones que los ancianos utilizan para moverse, acciones utilizadas para planificar, secuenciar y ejecutar movimientos⁷.

Las *habilidades cognitivas* son entendidas como las acciones que el anciano puede utilizar para planificar y controlar el desempeño en una actividad, como la sexualidad⁷.

Las *habilidades precepto sensoriales* constituyen las "acciones o comportamientos que utilizan para identificar, y responder las sensaciones y para seleccionar, interpretar, asociar, organizar y recordar de eventos a través de sensaciones que incluyen las visuales, auditivas, propioceptivas, táctiles, olfativas, gustativas y vestibulares"⁷.

Por medio de los relatos se puede discutir sobre el papel de las habilidades de desempeño en la sexualidad. Entre los factores que pueden influir en esa vivencia están: contextos, valores, rutinas, creencias, que están fuertemente ligadas al desempeño de las habilidades. Se entiende que las habilidades pueden ser perfeccionadas a lo largo de la vida o adquiridas de acuerdo con

el tiempo, la individualidad y el contexto en que viven.

En relación a las *habilidades cognitivas*, los ancianos la relacionan a las preocupaciones acerca de los hijos, casa, nietos y trabajo. De forma general, la cantidad de tareas ejercidas por los ancianos disminuye a lo largo de los años, con la salida de los hijos de casa y la jubilación, lo que reduce las preocupaciones y permite que ellos pasen la mayor parte del tiempo en la presencia del compañero, ofreciendo más atención para el otro y para sí mismo.

Se destaca en este momento la interrelación entre todas las habilidades que en la vivencia práctica de los ancianos no se separan. Las habilidades cognitivas influyen la regulación emocional, una vez que los participantes consideran la preocupación y el estrés como sentimientos que interfieren en el cuidar bien de sí mismo y también del otro.

Considerando las *habilidades de regulación emocional* se observa que los ancianos comparan estas habilidades al sentirse bien, al estar bien consigo mismo para quedar bien con el otro. Los ancianos demostraron que esa habilidad puede ser relevante para el desempeño de la sexualidad.

Fue mencionado además, que las *habilidades sociales y de comunicación* cambian con el envejecimiento y, cuando no son desempeñadas adecuadamente, interfieren en la vivencia de la sexualidad.

Se resalta la importancia de considerar las características de este grupo de ancianos integrantes en la muestra (participantes en actividades comunitarias), una vez que pueden no atribuir tanta importancia aquellas habilidades que están preservadas, volcándose a las alteraciones más aparentes decurrentes del envejecimiento.

A partir del análisis de las palabras, se puede deducir que este grupo considera las *habilidades prácticas y motoras* como las más afectadas durante el envejecimiento y en el desempeño de la sexualidad. Durante el envejecimiento ocurren varios cambios, siendo que entre los principales, están las alteraciones físicas, que están relacionadas a

la “disminución de la elasticidad en las articulaciones que están menos capaces de absorber presiones volviéndose rígidas, el poder muscular disminuye, llevando a la desaceleración de los movimientos y a la pérdida de la coordinación, se puede tener osteoporosis en los huesos, las dificultades con el equilibrio aparecen y ocurren alteraciones en la postura corporal”^{20,21}.

La actividad motora es esencial para el desarrollo de la autoconciencia y de la relación con el mundo externo; por medio de esta habilidad el anciano garantiza un aspecto importante de su independencia, participación en actividades de vida diaria y adaptación social^{22,23}. En el ámbito de la sexualidad, así como en demás aspectos del individuo, la actividad motora es esencial para el desarrollo del ser humano, pues “*un buen control motor hará con que él explore el mundo exterior y viva experiencias concretas*”^{22,24}.

A partir de las palabras se puede deducir que para los ancianos las habilidades prácticas y motoras fueron evidenciadas en lo que dice respecto a las demandas para acto sexual en sí, siendo estas habilidades bastante exigidas para esta actividad, en la perspectiva de los mismos. Ya para las demás habilidades (regulación emocional, precepto sensoriales, sociales y de comunicación) los ancianos parecen haber realizado una asociación volcada para la sexualidad en la amplitud del concepto refiriéndose a compañerismo, cariño, amor.

Considerando las *habilidades precepto sensorial*, los ancianos reflexionan en sus palabras que las mismas pueden relacionarse al desempeño sexual cuando no desempeñadas con satisfacción y alegan aún que esas habilidades van siendo modificadas negativamente con el envejecimiento. El “envejecimiento” no es solamente un pasaje por el tiempo; más de que esto, es la acumulación de eventos biológicos que ocurren a lo largo del tiempo. El envejecimiento, por lo tanto, puede ser definido como la pérdida de las habilidades de adaptación al medio²¹.

Con el envejecimiento las alteraciones pueden aparecer gradualmente perjudicando

las funciones corporales e intelectuales^{25,26}. Siendo así, el prejuicio de la visión y de la audición es lo que trae mayor número de problemas, pues éstos dos sentidos son de gran importancia en la adaptación a la vida del día-a-día e igualmente a la convivencia social.

CONCLUSIÓN

A partir de este estudio, se puede deducir que los ancianos se interesan y participan de discusiones acerca de la sexualidad en el envejecimiento. Entre tanto, se observó que ese tema causa vergüenza para algunos ancianos y además puede ser visto y tratado con preconcepto. Además de eso, se verificó que, para la mayoría de los ancianos, la sexualidad no se encierra en el envejecimiento, pero es vivida de formas diferentes. El toque, la mirada, el cariño, el abrazo y el apretarse de manos son gestos que se vuelven más significativos durante el envejecimiento, en detrimento del acto sexual.

La sexualidad es un área de intervención para la Terapia Ocupacional, una vez que se configura como una actividad de vida diaria, y, por tanto relacionada a las habilidades de desempeño. Estas habilidades sufren transformaciones a lo largo de la vida, pero la estructuración adecuada de las habilidades de desempeño es importante en el ámbito de la sexualidad en la vejez, en el sentido de asegurar que algunas funciones puedan ser realizadas sin restricciones. En este contexto, las habilidades que ejercen mayor influencia en el desempeño de la sexualidad, según el presente estudio, son las habilidades precepto sensoriales, habilidades prácticas y motoras y las habilidades de regulación emocional.

La terapia ocupacional, en este contexto, es evidenciada a partir de las innúmeras posibilidades de intervenciones, individuales y/o grupales, que a partir del hilo conductor de las sensibles percepciones y vivencias presentadas por los ancianos permiten suscitar discusiones, reflexiones, informaciones, intercambios y estrategias que pueden representar subsidios para evaluaciones e intervenciones.

A partir de los resultados se identifica la importancia de los profesionales en el área de la salud y en formación que pretendan actuar con la población anciana de dirigir su atención a los aspectos relacionados a la sexualidad.

El presente estudio consiste en una iniciativa para proveer contribuciones relacionadas a las reflexiones sobre habilidades que pueden ser relevantes con la implicancia de los ancianos en la práctica satisfactoria de esta actividad. Se observa además, la escasez de producción brasileira en el área de la sexualidad en el ámbito de la terapia ocupacional, sugiriéndose el fortalecimiento de las discusiones en el área profesional.

REFERENCIAS

1. Pinto ALS. A sexualidade nos idosos. Contribuições para a avaliação das atitudes face à sexualidade nos idosos e a sua relação com a religião e nível cognitivo. Dissertação [mestrado]. Coimbra: Instituto Superior Miguel Torga; 2012. 45p.
2. Ribeiro JM. Uma abordagem sobre a sexualidade na terceira idade. Trabalho de Conclusão de Curso [graduação]. Porto: Universidade Fernando Pessoa; 2010. 62 f.
3. Yee L. Aging and sexuality. Aust Fam Physician. 2010; 39(10):718-21.
4. Brody S. The relative health benefits of different sexual activities. J Sex Med. 2010; 7 (1):1336-61.
5. Fleury HJ, Abdo CHN. Envelhecimento, doenças crônicas e função sexual. Diagn Tratamento. 2012; 17(4):201-5.
6. Couldrick L. Sexual issues: an area of concern of occupational therapists? Br J Occup Ther. 1998; 61(11):593-5.
7. Carleto DGS, Souza ACA, Silva M, Cruz DMC, Andrade VS. Estrutura da prática da terapia ocupacional: domínio e processo. Rev Triang Ens Pesq Ext. 2010; 3(2):57-147.
8. Bueno KMP. Os processos sociais de constituição das habilidades. Rev Ter Ocup. 2007; 18(2):47-53.
9. Minayo MCS. O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde. 12ed. São Paulo: Hucitec; 2010.
10. Silva SJR, Assis BSM. Grupo focal e análise de conteúdo como estratégia metodológica clínica qualitativa em pesquisas nos distúrbios do desenvolvimento. Cad Pós-Grad Distúr Desenvolv. 2010; 10(1):146-52.
11. Organização Mundial da Saúde (OMS). Envelhecimento ativo: uma política de saúde. Brasília: Organização Pan-Americana da Saúde; 2005.
12. Almeida T, Lourenço ML. Envelhecimento, amor e sexualidade: utopia ou realidade? Rev Bras Geriatr Gerontol. 2007; 10(1):101-13.
13. Moraes KM, Moraes KM, Vasconcelos DP, Silva ASR, Silva RCC, Santiago LMM, Freitas CASL. Companheirismo e sexualidade de casais na melhor idade: cuidando do casal idoso. Rev Bras Geriatr Gerontol. 2011; 14(4):787-98.
14. Papaharitou S, Nakopoulou E, Kirana P, Giaglis G, Moraitou M, Hatzichristou D. Factors associated with sexuality in later life: an exploratory study in a group of Greek married older adults. Arch Gerontol Geriatr. 2008; 46:191-201.
15. Negreiros TCGM. Sexualidade e gênero no envelhecimento. Alceu. 2004; 5(9):77-86.
16. Fernandes MGM. Problematizando o corpo e a sexualidade de mulheres idosas: o olhar de gênero e geração. Rev Enferm UERJ. 2009; 17(3):418-22.
17. Bozon M. Sociologia da sexualidade. Rio de Janeiro: FGV; 2004.
18. Frugoli A, Magalhães-Junior CAO. A sexualidade na terceira idade na percepção de um grupo de idosas e indicações para a educação sexual. Arq Ciências Saúde UNIPAR. 2011; 15(1):85-93.
19. Rodrigues LCB. Vivências da sexualidade de idosos(as). Dissertação [mestrado]. Rio Grande, RS: Fundação Universidade Federal do Rio Grande; 2008.
20. Thomson A, Skinner A, Piercy J. Fisioterapia de Tydi. Oppido T, Tradutor. 12ed. São Paulo: Santos; 2002.
21. Silveira MM, Pasqualotti A, Colussi EL, Wibelinger LM. Envelhecimento humano e as alterações na postura corporal do idoso. Revista de Atenção à Saúde 2010; 8(26):52-8.
22. Picolli JJC, Santos GA, Ferrareze ME, Haas Junior W. Parâmetros motores e envelhecimento: um estudo de idosos de 60 a 83 anos de Ivoti, RS. Textos Contextos (Porto Alegre). 2009; 8(2):306-18.
23. Matsudo SMM, Matsudo VK, Barros Neto TL. Impacto do envelhecimento nas variáveis antropométricas, neuromotoras e metabólicas da aptidão física. Rev Bras Ciênc Mov. 2000; 8(4):21-32.
24. Rosa Neto F (org). Manual de avaliação motora para a terceira idade. Porto Alegre: Artmed; 2009.
25. Giro A, Paúl C. Envelhecimento sensorial, declínio cognitivo e qualidade de vida no idoso com demência. Actas de Gerontologia. 2013; 1(1):3-8.
26. Serra AV. Que significa envelhecer. In: Firmino H, editor. Psico geriatria. Porto Alegre: Artmed; 2006. p. 21-33.

CONTRIBUCIONES

Thaís Cristina Silva Sousa contribuyó en la construcción del proyecto de investigación, en la colecta de los datos, en el análisis de los datos y en la redacción del artículo. **Marina Leandrini de Oliveira** orientó la construcción del proyecto de investigación, en la colecta de los datos, en el análisis de los datos y en la redacción y crítica del artículo.